

30 Anos AAPPU Notícias

ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA PREVIDÊNCIA USIMINAS

Belo Horizonte • Setembro/Octubro /2015 • Edição 275

Para inglês ver



Ângela Pinto



Sônia Freitas



Shiyauko Takane

Aprimorar conhecimentos, melhorar a saúde mental, comunicar-se melhor em viagens ao exterior, trocar experiências pessoais e afetivas. Estes, alguns dos motivos que levaram e levam associados e familiares a cursar inglês na AAPPU. O curso, parceria da Associação com a Zanol Idiomas, é ministrado pela teacher Rachel das Graças de Souza que se orgulha da dedicação e comprometimento de seus alunos. Nesta edição, vamos conhecer um pouco da trajetória de alguns deles e vivenciar como encaram o desafio de voltar ao "banco da escola" superando dificuldades e desafios. Vejam nas págs. 4 e 5



Ângela Reis

CONFRATERNIZAÇÃO DE NATAL /2015 - 30 ANOS



Imagem internet

Programem-se! O nosso tão esperado encontro de final do ano, a nossa confraternização de Natal está batendo às portas.

Data: 4 de dezembro de 2015, sexta-feira
Local: Restaurante Porcão - Espaço Meet, Av. Raja Gabaglia, 2671, Belo Horizonte
Horário: de 20:30 a 01:00
Mais informações na pág. 3

Encontro discute Usifamília e mensalidades do Usisaúde – Pág. 3

Viagens em promoção: Punta del Este e Natal Luz – Pág. 7

Seu Direito: Educação e Informação – Pág. 8

Flores de setembro e o rosa de outubro

Cada um com seus destaques, os meses de setembro e outubro nos trazem datas que celebram saúde e vida. O **início da primavera, em 23 de setembro** no hemisfério sul, nos encanta com o florir das árvores e outras plantas e o doce perfume que emanam, lembrando-nos que podemos – e devemos – emprestar da natureza as mais belas cores para também enfeitar nosso dia a dia. No **dia 25, é o Dia do Trânsito**: como informa o site Brasil Escola (<http://www.brasilecola.com/datas-comemorativas>), dados recentes divulgados pelo Observatório Nacional de Segurança Viária, referentes a 2013, asseguram que, no Brasil, morrem mais pessoas nesse tipo de acidente do que, por exemplo, de câncer. A maioria desses acidentes deve-se a infrações cometidas pelos motoristas e até pelos pedestres, dentre as quais destacam-se: dirigir alcoolizado; excesso de velocidade; a não utilização correta da sinalização do carro (seta, luz de alerta, faróis, etc); a não utilização do cinto de segurança; o desrespeito ou o desconhecimento da sinalização e das leis do trânsito; falta de manutenção técnica do veículo (motor, combustível, óleo, freios, pneus e demais equipamentos e acessórios do carro); uso do celular com o veículo em movimento. Muito cuidado, pois!

Já em **outubro** comemoramos o **Dia do Idoso (1º)**, data que faz referência ao dia da aprovação do Estatuto do Idoso, em 2003. Também, a Assembleia Geral da ONU de 1991 aprovou a Resolução 46/91, que trata dos direitos dos idosos, cujos princípios defendem a “autorrealização” e a “dignidade” dessa população. É ainda o site Brasil Escola que esclarece: Autorrealização - Aproveitar as oportunidades para o total desenvolvimento das suas potencialidades; ter acesso aos recursos educacionais, culturais, espirituais e de

lazer da sociedade.

Dignidade - Poder viver com dignidade e segurança, sem ser objeto de exploração e maus-tratos físicos ou mentais; ser tratado com justiça, independentemente da idade, sexo, raça, etnia, deficiências, condições econômicas ou outros fatores. Sem esquecer as questões da assistência aos idosos e de sua integração e participação na sociedade, bem como da independência que lhes é inerente e que deve ser-lhes garantida em direitos como: oportunidade de trabalho, lazer, poder viver em ambientes seguros etc. (www.brasilecola.com/datas-comemorativas/dia-idoso.htm)

Fechamos com o **Outubro Rosa**, movimento internacional que estimula a luta contra o câncer de mama, conscientizando sobre a importância de um diagnóstico precoce para evitar a grande quantidade de mortes relacionadas à doença. O símbolo da campanha é um **laço rosa** e, além dele, muitas cidades passaram a iluminar os seus monumentos públicos com luz rosa como uma forma de chamar a atenção para a saúde da mulher. O câncer de mama é o mais comum entre as mulheres em todo o mundo, sendo raro em homens. Normalmente a doença é diagnosticada em exames de rotina quando se percebe um nódulo na região dos seios. O exame mamográfico é o principal exame realizado para diagnóstico e deve ser feito por mulheres entre 40 e 69 anos de idade. O câncer de mama possui significativos índices de cura, que giram em torno dos 95% quando descoberto precocemente.

Façamos, então, a nossa parte. Fiquemos atentos a nós mesmos e aos que nos rodeiam. Cuidemo-nos. E sigamos o conselho de Sêneca: “Apressa-te a viver bem e pensa que cada dia é, por si só, uma vida.”

Novos Sócios

Alexandre Artur da Fonseca Matos – Trabalhou na Superintendência Geral de Comercialização

Eduardo Mossri de Almeida – Trabalhou em Logística em Taubaté (SP).

João Márcio Mantini Viana – Trabalhou em Logística em Belo Horizonte.

José Carlos Alonso – Trabalhou na Engenharia em Belo Horizonte.

Maria Ângela Gonçalves Hilário – Trabalhou em Patrimônio / Seguros.

Ronaldo Amarante Coelho Júnior – Trabalhou em Logística em Belo Horizonte.

Shirley Benedete de Figueiredo – Trabalha em Vendas.

Óbitos

Arildo Pereira Valentim – 27/07/2015

Ayer Machado – 08/10/2015 – Trabalhou nas áreas: Compras, Matérias-Primas e Contratos.

Francisco Lago de Sousa – 24/07/2015 – Trabalhou no RH e em Câmbio e Exportação em Belo Horizonte.

Raimunda Viana da Silva – 25/08/2015 – Pensionista.

Expediente

Informativo da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Previdência Usiminas (AAPPU)

Av. Amazonas, 298 – sala 1401 – 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 - MG02940

Fotografias

Perfis Academia / Olhar Fotografia /

Arquivo AAPPU / Dani Katoo

Colaboração

Nária Soares

Diagramação, composição e arte

Lucilaine Silva

Tiragem

1200 exemplares

Impressão

Big Editora Gráfica

Circulação

Distribuição Gratuita

Encontro discute Usifamília e mensalidades do Usisaúde

Com a presença de 70 aposentados e pensionistas, realizou-se, em 13 de agosto, a reunião para apresentação do Programa Usifamília e para esclarecer sobre o percentual de reajuste da mensalidade do Usisaúde. A presidente da AAPPU, Maria Inês Gerken, fez a abertura da reunião, cujo tema foi exposto pelo gerente de Planos de Saúde da FSFX, Dr. Adseu de Andrade.

Segundo a associada Beth d'Ávila, a reunião foi muito objetiva e esclarecedora. Todos os associados receberam correspondência informando sobre o programa. Para melhor aproveitamento do Usifamília, algumas recomendações devem ser observadas:

- Ao receber a convocação para a consulta é muito importante comparecer ou, caso haja algum impedimento, informar a tempo à FSFX para que ela seja cancelada e remarcada oportunamente. Em BH há uma geriatra que fará o antigo papel do “médico da família”, com o apoio de uma equipe de promoção da saúde, em um consultório com toda infraestrutura, na sede, na Rua dos Otoni. Na data agendada, será feita uma avaliação clínica e funcional (parte motora, funcional, sarcopenia etc) e, a partir daí, essa profissional acompanhará cada caso, não excluindo tratamentos que possam estar em andamento.

O objetivo é que essa equipe de saúde tenha o papel de educadores e orientadores da saúde, proporcionando a todos um envelhecimento ativo ao longo do curso da vida. O público alvo são os titulares e dependentes maiores de 60 anos.

médicos especializados, ampliação de beneficiários, centralização do processo de avaliação e compra de quimioterápicos utilizados por via oral no HMC, reduzindo o custo do medicamento. Em BH, três dos melhores hospitais são credenciados – Madre Teresa, Felício Rocho, Biocor. Além deles, há também o Life Center e o Vila da Serra, com ótima avaliação.



Fundo Saúde

Congrega 83.000 beneficiários (ativos/aposentados/demitidos) – 62% com idade acima de 54 anos. Todos os Planos – A, B e C – com direito a apartamento. Não há atendimento em enfermaria. Os atuais aposentados pagam plano precificado por idade. O custo do plano de saúde está equilibrado e no último período até gerou reserva.

Um dos grandes fatores é o Hospital Márcio Cunha estar muito bem estruturado, com alta qualidade e baixo custo. Quando o dólar sobe, o impacto é maior por causa de equipamentos e medicamentos importados. Segundo a Towers, há previsão de 18 % de aumento nos planos de mercado. O Fundo Saúde teve 10.19 %. Também a sinistralidade e o custo administrativo são menores que os de mercado. Outros fatores contribuem para o equilíbrio dos custos: fortalecimento da auditoria, consultoria/ negociação – feitas por

Natal/2015 – 30 anos da AAPPU: uma comemoração diferente

Arminda Soares*

A nossa confraternização de Natal vai celebrar também os 30 anos de vida e saúde da nossa AAPPU. Por isso vamos fazer diferente, mas no alto padrão de sempre: no dia **4 de dezembro**, vamos nos encontrar no restaurante Porcão para brindar o Natal e já ir esquentando as turbinas para oficialmente, em abril, comemorarmos os 30 anos da Associação.

O restaurante **Porcão** dispensa apresentações: é um espaço requintado, frequentado por todos que apreciam uma boa mesa, onde se destacam o rodízio de carnes - desde as opções mais nobres, como os cortes de cordeiro e a tradicional picanha e filet mignon argentinos - bem como os saborosos baby beef, beef ancho, costelinha defumada com molho barbecue. Sem falar de outros, sempre servidos ao gosto do cliente e preparados na hora.

Riqueza de cores, aromas e sabores é o que nos oferece o buffet, recheado de antepastos, frios, queijos, saladas, acompanhamentos diversos, culinária japonesa (sushis e sashimis variados), além de receitas cuidadosamente elaboradas pelo chef da casa à base de frutos do mar, carnes, aves e peixes grelhados. E não nos esqueçamos das bebidas: chope, refrigerante, água mineral, suco, água de coco e caipis vão nos manter hidratados e animados. Para terminar, todos terão direito a uma sobremesa (exceto as flambadas). Quem pensa que nos esquecemos dos embalos de sexta à noite, aqui vai:

a animação musical fica a cargo da Banda Marco Musical (vocal, teclado, guitarra, saxofone e violão) que vai garantir a descontração e alegria total. E ainda: o restaurante conta com estacionamento e manobristas, no valor de R\$ 15,00 por carro, mas tentaremos negociar este valor e comunicar a tempo.

O melhor vem agora: é a oportunidade de nos reunirmos novamente para um abraço, para compartilhar lembranças, risos e matar saudades. Não dá para ficar de fora. Vamos nos encontrar no Espaço Meet do Restaurante Porcão (Raja Gabaglia, 2671).

Participação simbólica

Como já é do conhecimento de todos, para este evento contamos com a participação simbólica do associado no custeio do convite.

Valor para o associado e um acompanhante: R\$ 50,00 por pessoa; caso seja aberta a venda de convite para terceiros, repassaremos o valor negociado para o evento, que será de **R\$ 135,00** o convite individual.

Data para buscar o convite: de 16 de novembro a 1º de dezembro, na AAPPU, Av. Amazonas, nº 298 – 14º sala 1401.

Contamos com a presença de todos, pois com tudo isso, mas sem a sua presença, associado, foco principal da festa, com certeza o evento deixa de ser especial. Eu vou!

Shiyauko Katoo Takane, Ângela Maria Pinto, Sônia Maria Moreira de Freitas e Ângela Reis: aprendendo inglês e fazendo amigos

Shiyauko Katoo Takane



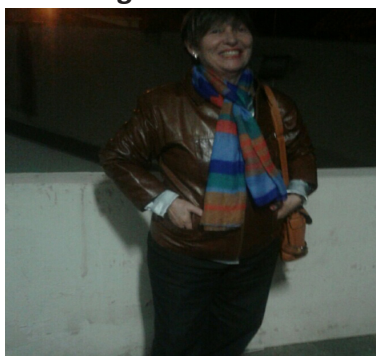
Estudo a língua japonesa há um tempo, (bem antes de conhecer meu marido japonês) e resolvi encarar também o curso de inglês. Fui fazer o curso pela UFMG, achei melhor parar, pois só tinha universitários e eu teria que estudar bastante para acompanhar esses jovens. Agora, estudo inglês na AAPPU, com mais tranquilidade, na convivência com os colegas (hoje, amigos) que são ótimos, para aprimorar conhecimentos e melhorar a saúde mental. Temos uma professora excelente que é a Rachel.

Nascida em 13.06.1945, em São Paulo, Shiyauko é filha de pais japoneses -Tokuju Katoo (marinheiro) e Thiyoko Katoo (enfermeira) que vieram para o Brasil (Santos) como imigrantes, em meados de 1939, antes da guerra. O pai trabalhou em São Paulo como açougueiro e a mãe trabalhava em casa, para uma loja, fazendo caixinha de jóias. A convite de um amigo vieram de São Paulo para Minas. Ela lembra: "Já com 5 filhos, eu com 3 anos, mudamos para Pará de Minas. Morei em meio a grandes plantações de tomate, pepino, pimentão melão, melancia, etc. Estudei no grupo escolar Torquato de Almeida e Colégio São Francisco. Vim para BH com 13 anos para estudar, morava em um pensionato e logo depois estudava e trabalhava. Casei em 1971 com Lindomar A. Assis (falecido).

Tivemos três filhos: Daniela Katoo Barbosa, casada com Spencer Barbosa da Silva, que nos deram as netas Gabriela e Alice que nascem este mês; Ricardo Katoo de Assis, casado com Denise Kussara; Marcelo Katoo de Assis, gêmeo com Ricardo, falecido aos 9 meses".

Casei pela segunda vez, este ano, com Akihide Takane, homem de bom caráter, corajoso, trabalhador, que trabalhava no Japão como funcionário público em Nagasaki; dentre 500 candidatos passou em 2º lugar, veio para o

Ângela Maria Pinto



Faço o curso de Inglês há um ano e meio na Associação, no qual me matriculei, primeiramente porque amo idiomas, sem contar a convivência harmoniosa com os colegas e a oportunidade que a Associação nos proporciona em poder aprender, o que vale de grande ajuda nas viagens.

Nascida em Ipanema/MG, divorciada, Ângela Maria Pinto é mãe de três filhas (Fânora, Francielle e Paula) que lhe deram cinco netos (Gustavo, Pedro Henrique, Arthur, Júlia e Bernardo). Ela conta que ingressou na Usiminas na década de 70, na época da expansão, trabalhando no departamento de compras, onde ficou por 25 anos até se aposentar. Durante esse período, teve a oportunidade de trabalhar na rua Santa Catarina, no edifício Bradesco, na sede e também em Ipatinga.

Brasil (Santos), 40 dias de navio, chegou com 20 dólares no bolso, trabalhou muito, em vários segmentos: granja, lavoura, restaurante e floricultura.

Usiminas

Trabalhei na Usiminas, chapa 2304, admitida em 01.07.1975, área de pessoal e treinamento – RSH/RHP/RHT - durante 18 anos, onde tive tranquilidade para trabalhar e sustentar a minha família, pelo que agradeço a Deus todos os dias. Fiz grandes amigos, mas alguns já se foram. Dentre eles a minha grande amiga e confidente Margarida Cardoso Bastos, que levou com ela os meus segredos (risos). Agradeço a minha amiga e maestrina do Usicanto, Expedita Vieira Rocha, por ter me apresentado na área de pessoal da Usiminas – José Alfredo (RHP). Após a aposentadoria, trabalhei no Japão como dekassegui durante quase dois anos. Foi uma experiência difícil e cansativa, pois era um trabalho braçal. A compensação vinha no dia da folga que dava para curtir bastante. Valeu a pena!

Viagens, lazer, inglês

Adoro viajar: pelo Brasil, cada lugar com seu jeito, sua beleza, seu povo. Fui novamente para Japão (a turismo); conheço alguns países da Europa (Portugal, Espanha, Itália e França) e também o Chile e Argentina. Adoro passear no Mercado Central, tomar café, no Café 2 Irmãos ou comer abacaxi/melancia. Gosto da brisa do mar, do cheiro de mato, do curral, sítio, fazenda, carrapato, etc. Sempre fiz hidroginástica e caminhada. Atualmente faço musculação e natação (tentativa, estou aprendendo), pois meu marido é um peixe e preciso acompanhá-lo. Adoro tirar um cochilo depois do almoço.

Quanto a AAPPU, ela representa para nós a continuidade da Usiminas. É tudo de bom para os associados, tomar um bom café, rever os amigos, as festas etc. Qualquer informação ou dificuldade que temos, todos da AAPPU estão dispostos a nos ajudar. Como seria se não tivéssemos a AAPPU?

Receita de aposentadoria

Em primeiro lugar, Deus. Agradeça todos os dias pela sua vida, seus familiares, seus amigos, etc; saber lidar com o dinheiro que você ganha, pra dormir tranquilo; fazer aquilo que gosta, as propostas são várias, mas não adianta se você não quer.

Ela lembra: “Depois que me aposentei, passei a dedicar o meu tempo aos netos, mas nunca abrindo mão das minhas viagens (apesar da maioria delas ser em companhia da família), da prática de exercícios físicos (na AEU, pelo projeto Equilibrar), ir ao teatro, ao cinema. Só tenho a agradecer a Associação por nos proporcionar momentos inesquecíveis junto aos amigos, onde podemos estar juntos em festas, viagens, academia e até mesmo nos cursos, como o de Inglês. Parabéns a Associação.”

Receita de aposentadoria

Viva cada minuto com qualidade de vida, buscando aprender cada dia mais e tudo isso com bastante harmonia e sempre em companhia de entes e amigos queridos.

Sônia Maria Moreira de Freitas

Ao tomar conhecimento do curso de inglês oferecido também pela Associação, apressei-me em realizar a matrícula. Gosto muito do curso, formamos um outro grupo social, pessoas alegres, com os mesmos ideais. Esta é a vantagem, além de exercitar a mente.

Natural de Belo Horizonte, formada em Magistério e Pedagogia, com habilitação em Orientação, Supervisão e Inspeção Escolar e mãe de Daniela, Sônia é uma das pioneiras da AAPPU. “Sou viúva e pensionista do funcionário Dilton Antônio de Freitas, que trabalhou na Usiminas em Ipatinga, onde deixamos muitos amigos e boas lembranças”, diz. Ex-servidora da Secretaria de Estado de Educação de Minas Gerais, Sônia revela que, ao se aposentar refletiu bastante sobre a nova fase de sua vida: “O que fazer? Porque? Para quê? Quando?”, indagou-se. Uma alternativa foi a Associação dos Aposentados e Pensionistas da Usiminas “que sempre foi muito importante em minha vida, abençoada mesmo”, revela.

Sônia destaca que é importante planejar, ver o lado positivo da vida, valorizar a família, os amigos, realizar atividades, curtir viagens, dançar, cantar, praticar esportes:

“Participo do Coral Usicanto, levando música de boa qualidade a diversos lugares, igrejas, casas de acolhimento a idosos e festivais. Já estivemos em Poços de Caldas, Caxambu, Serra Negra e São João del-Rey. Em dezembro próximo, estaremos no Rio de Janeiro, na pequena cidade de Conservatória.”



Ângela Reis

Como estou sempre atrás de alguma coisa que me preencha a vida com sabedoria e entusiasmo, depois de ter aprendido a bordar, fazer craquelê, pátina, arraiolo, pinturas em telas, AutoCAD e muitos outros cursos; ingressei no curso de Inglês da Associação para me aperfeiçoar e novamente conheci pessoas especiais. Na minha turma da quinta-feira somos seis mulheres, lindas, inteligentes e sorridentes, onde nos divertimos muito e trocamos experiências de vida e família. Temos uma teacher muito especial, Rachel, que nos conduz com paciência e entusiasmo, nos apresentando um mundo novo que aos poucos vamos desvendando e perdendo o medo de falar esta língua essencial nos dias de hoje.



Ângela e o seu marido João Gabriel

“Sou de uma família de 10 irmãos, nasci em Curvelo /MG, infância na fazenda, com tudo que se tem direito, banho de cachoeira, andar a cavalo, pular cordas, balanço em mangueiras, pernas de pau etc. Em 1972 vim estudar em BH, começando assim minha vida profissional nesta cidade grande, cheia de planos e sonhos. Formei-me em Análise e Sistemas na UFMG, sendo a única mulher entre 18 homens”.

Assim se apresenta Ângela Reis, que, em 1976, ingressou na Usiminas, “ainda na Rua Timbiras, prédio antigo e aconchegante, onde foi muito bom trabalhar;”, revela. “Comecei e terminei a carreira na Superintendência de Recursos humanos, onde trabalhei como secretária substituta em todas as diretorias e presidência. Passando o tempo, fui aos poucos ocupando a minha especialidade - trabalhar com programação de computadores (na época IBM 360/370), que era a minha paixão. Sempre que solicitavam algum relatório sobre empregados, tanto da Usina, Sede ou Escritórios Regionais, eu estava lá para atendê-los. Tive como chefe a Aparecida (RHP) e como superintendente o Dr. Décio de Carvalho (RSH), que faleceu muito jovem. Bom, tudo isto me remete a lembranças saudosas e jamais esquecidas. Fiz grandes amigas e amigos os quais procuro manter até hoje, como o Concesso e Maria Ignez, que hoje estão aqui na Associação. Tornaram-se amigos naquele tempo...”, relembra Ângela.

E prossegue: “Em 1980 me casei com João Gabriel e fui agraciada com três filhos lindos, Rafael, Felipe e Júlia, hoje já adultos, mas não casados. Quando fomos trabalhar na Pampulha, compramos uma casa também na região para ficar mais próximo e vir em casa no horário de almoço para ver os filhos e levar à escola. O tempo foi passando, e como frequentávamos a igreja da região, participamos do ECC daqui da Paróquia Divina Providência na Pampulha, já há 19 anos, onde mantemos um círculo de amizades e fundamos na paróquia a farmácia comunitária, na qual doamos medicamentos, todas as terças e quintas-feiras, a pessoas carentes que nos procuram.

Hoje aos 61 anos, já aposentada há 17 anos, curto a vida viajando, pois adoro conhecer outras culturas e aprender coisas novas. Depois de aposentada eu ainda cursei, no INAP, o curso de Design de Interior onde novamente voltei a uma sala de aula e aumentei meu círculo de conhecimento e amizades.

Receita de aposentadoria

Gosto muito de ler um bom livro, ir ao cinema, circo, fazenda, praia, cantar, dançar, sudoku, de cachorro e de sorrir! Apesar dos tropeços pela vida, ainda acho que o melhor da vida está na alegria de viver e na confiança que devemos ter Naquele que tudo pode.

CONVITES – REAJUSTE

Os convites para acesso ao Clube foram reajustados em 6 de outubro. Agora, os preços são os seguintes:
De 3ª a 6ª feira: R\$30,00 / Sábados, domingos e feriados: R\$50,00 / Crianças de 7 a 12 anos pagam meia.

A AEU QUER OUVIR VOCÊ

Já está disponível um novo canal de comunicação entre você e a Associação: faleconosco@aeusiminas.com.br. Esse é o caminho para que suas sugestões, críticas e elogios não se percam com os chamados “ruídos da comunicação” e cheguem, exatamente da forma como você pensa, diretamente às pessoas responsáveis por promoverem as mudanças necessárias ao equilíbrio entre o que o associado precisa, quer e merece e o potencial da AEU. Faça contato.

RÉVEILLON 2016

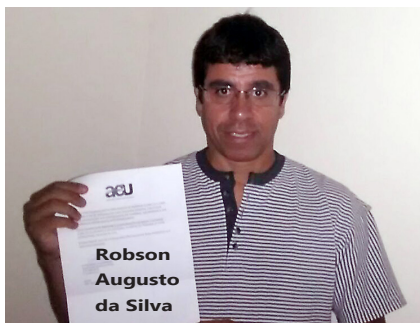
Após criteriosa análise, foi confirmado que os custos de produção desta festa aumentariam em muito o preço dos convites. Então, movidos pela atual conjuntura econômica, os gestores da Associação decidiram por não realizar o evento este ano.

USO DA CARTEIRINHA

É imprescindível o uso da carteirinha para ter acesso ao Clube. Se você não tem a sua, favor providenciar com urgência, evitando problemas na portaria.

SORTEADOS 6ª HAPPY

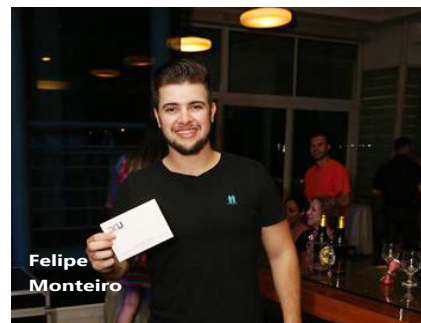
Com o patrocínio da Forlan Ford e Furnaspark Resort, a AEU agradeceu a presença dos convidados da 6ª HAPPY (evento promovido em 25/09 último) realizando vários sorteios. São estes os felizes ganhadores:



Robson
Augusto
da Silva



Glender
Vieira



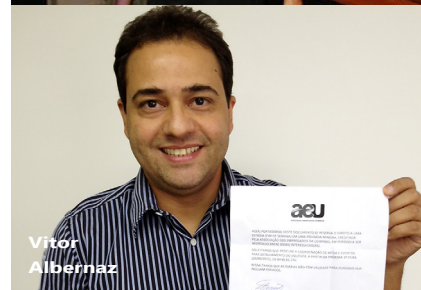
Felipe
Monteiro



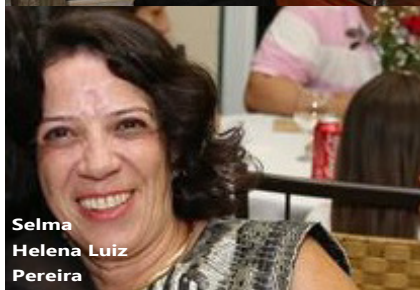
Aloizio
Martins da
Costa



Angela Ari-
célia Teixeira
de Sousa



Vitor
Albernaz



Selma
Helena Luiz
Pereira



Lorena
Barbosa
Brescia



Wilson
de Paula

OUTUBRO ROSA

Cuidado é fundamental. Por isso, a AEU e a PERFIS ACADEMIA estão empenhadas na campanha pela conscientização, prevenção e cura do câncer de mama: durante este mês, além de cartazes espalhados pelo Clube, os alunos e professores da academia, bem como todos os colaboradores, estão sendo incentivados a usarem alguma roupa ou acessório na cor rosa. **Entrem nessa!**



Punta del Este e Natal Luz – é só escolher

Final de ano chegando, tempo de curtir férias com a família e as viagens são uma ótima opção.

Confirmam as promoções da Geraes Viagens.



Imagem internet

Punta del Este

Punta del Este, no Uruguai, está entre os dez balneários de luxo mais famosos do mundo e é um dos mais charmosos da América Latina, oferecendo tanto praias oceânicas quanto de rio. O valor, de USD756 está por USD546.

Formas de pagamento:

Entrada + 5 parcelas no cheque / boleto
Entrada + 9 parcelas no cartão de crédito.
Parcela mínima: R\$ 200,00.

Datas de saída: 18 a 22/10/15; 25 a 29/10/15; 08/11/15 a 12/11/15; 15 a 19/11/15; 22 a 26/11/15; 29/11/15 a 03/12/15; 06 a 10/12/15; 13 a 17/12/15.

O pacote inclui: passagem aérea ida e volta voando TAM; transfer aeroporto/ hotel/ aeroporto; 4 noites no Hotel Conrad com café; cupom de desconto de USD 20,00.

O pacote não inclui: passeios opcionais; pernoites e refeições não mencionadas ou que por quaisquer motivos excedam as programadas; despesas de caráter pessoal, tais como: frigar, telefonemas, lavanderia etc.; taxas de serviço nos hotéis, sobre as despesas de caráter pessoal; taxa de turismo quando cobrado; bebidas em geral; despesas com documentação; tudo quanto não esteja expressamente mencionado como incluído no programa. sujeito a alteração sem aviso prévio.

Contato: Fernando Bomfim - Consultor de Viagem - Tels.: 55 (31) 9660.1484 / (31) 3309.9885 / fernando@geraesviagens.com.br /Rua Padre Demerval Gomes, 368 - Coração Eucarístico |



Imagem internet

Natal Luz

Em novembro e dezembro, Gramado, cidade localizada na Serra Gaúcha e de clima europeu, que revela sua influência alemã e italiana na arquitetura, na culinária e nos jardins de hortênsias, promove o Natal Luz, considerado o maior evento natalino do Brasil e um dos maiores do mundo. Gramado expõe uma decoração inovadora de adornos natalinos criados por habilidosos artesãos e oferece diversas atrações, shows piromusicais, desfiles, corais, musicais, concertos, exposições, teatro, entre outros.

Com saídas marcadas para **19 a 23 de novembro / 26 a 30 de novembro / 4 a 8 de dezembro / 10 a 14 de dezembro / 17 a 21 de dezembro e 24 a 28 de dezembro**, o pacote inclui:

Valor por pessoa em apartamento duplo: R\$ 1.886,00 + 44,00 taxas desembarque
Passagem aérea saindo de Confins; transfer aeroporto/ hotel aeroporto; 4 noites de hospedagem com café da manhã; city tour: Gramado e Canela cultural; 1 dia de ticker bustour; 1 ingresso para espetáculo do Natal Luz.

A Geraes Viagens esclarece que nada está reservado ainda, somente cotado, e que os valores e disponibilidade estão sujeitos a alteração sem aviso prévio. Apenas a emissão garante a tarifa.

Diversos

De 15 a 17 de outubro, foi realizada na Serraria Souza Pinto, em Belo Horizonte, a primeira edição da Feira da Longevidade Ativa. Realizada pela Fundação de Educação Geni Nunes (Fundeg) e organizada pela Person Up, a Feira apresentou atividades que propõem um novo modo de ver e sentir o envelhecimento. A ideia é sensibilizar e informar governantes, empresários e sociedade sobre o significado do “Envelhecimento Ativo”, preconizado pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

A AAPPU foi parceira nesse evento porque, assim como a Fundeg, trabalha para oferecer aos nossos associados possibilidades que podem redirecionar a longevidade de forma a agregar mais qualidade de vida. Por exemplo, despertar o interesse para o empreendedorismo, cooperativismo e outros negócios inclusivos, como especializar-se em uma atividade que atenda às demandas do mercado.

O encontro abriu espaço, ainda, para apresentação de produtos e serviços de empresas e profissionais de diversas áreas, como hotelaria, turismo, saúde, alimentação, tecnologia/informação, transporte, instituições financeiras e de crédito. Palesstras, oficinas, exposições, atividades artísticas e apresentações culturais e musicais enriqueceram a programação.

Educação e Informação

A importância dada à educação precisa urgentemente ser prioridade de cada cidadão. Educação não é mera questão governamental. Educação não é apenas um produto que se encontra nas prateleiras das lojas. Educação é o conjunto de atitudes e experiências que nos permitem melhor comportamento e, conseqüentemente, melhor qualidade de vida.

Educação implica no dever de cada cidadão ser um fiscal das ações dos governantes, mas também um fiscal de seus próprios atos. O simples ato de não jogar um pequeno pedaço de papel fora da lixeira já identifica o grau de civilidade do cidadão. O cuidado com as atitudes e as conseqüências precisa ser mais bem-entendido. Educação não pode ser “terceirizada” pelos pais, eximindo-se da responsabilidade de preparar cidadãos. É indiscutível que a ESCOLA é peça importantíssima na formação do cidadão, preparando-o com os conhecimentos necessários para o enfrentamento das tomadas de decisão. Entretanto, a base familiar é fundamental para a preparação do ambiente de respeito, que todo cidadão necessita ter muito bem balizado.

Não se pode culpar o governo, exclusivamente, pela situação caótica que estamos vivendo. Realmente as coisas não estão boas. O observador não precisa ser “brilhante” de inteligência para perceber. Mas, individualmente, muito poderia ser feito para melhorar a qualidade de vida. Esclarecer uma criança que não se deve falar quando a boca está cheia de alimento é ensinamento simples e começa a estabelecer regras de comportamento que serão aumentadas, e muito, durante toda a vida. A ausência dos pais em casa, justificada pelo trabalho, permite aos filhos um crescimento sem a devida orientação de limites e provocará, em geral, a criação de adulto pouco ajustado aos conceitos de bom relacionamento.

O respeito no trânsito é marginalizado, uma vez que não

há repressão, não há fiscalização adequada e nem a conseqüente punição aos transgressores. Isso vale para ricos e pobres. Educação deve ser de todos e para todos. Educação deve alcançar todas as raças, todos os gêneros e todas as classes sociais. Não se pode presumir que o advogado, médico, engenheiro, professor seja educado em razão de sua formação acadêmica. Aliás, esses deveriam ter a obrigação de serem educados, mas infelizmente, essa regra não se confirma. A Associação dos Aposentados e Pensionistas da Previdência Usiminas cumpre seu dever de orientar e defender seus associados. Tão mais fácil será essa missão, quanto melhores forem recebidas pelos associados orientações sobre os procedimentos que podem melhorar a qualidade de vida deles e de seus familiares. Mas, infelizmente, são muitos os associados que não se preocupam em participar dos eventos promovidos pela AAPPU, alienando-se das modificações do PLANO DE SAÚDE e também da PREVIDÊNCIA PRIVADA. O afastar-se dessas informações, de certa forma, pode ser avaliado como desinteresse à EDUCAÇÃO. Evitando-se o recebimento das novas informações, mergulha-se na acomodação, com a conseqüente perda de qualidade de vida, e muitas vezes, de dinheiro.

Importante destacar que o aposentado e pensionista são formadores de opinião, educadores de seus netos e de seus filhos. Muitas vezes provedores de famílias de seus filhos. Por esta razão, participar dos eventos da AAPPU é gesto de EDUCAÇÃO, aumentando informações e preparando-se para tomadas de decisões e de extrema importância.

É sempre bom lembrar que a Associação dos Aposentados e Pensionistas da Previdência Usiminas, por sua presidente faz parte do Conselho Deliberativo da Previdência Usiminas e mantém estreitos laços com os principais órgãos de interesse do aposentado e pensionista como: USISAÚDE e PREVIDÊNCIA USIMINAS.

Avisos

Aulas de Informática

Associados e seus dependentes interessados em adquirir noções básicas de informática ou aprimorar seu conhecimento na área podem se inscrever no curso ministrado por Larissa Carvalho (internet, rede sociais, uso do email, Windows, Word, Excel, além de outros de interesse dos alunos). As aulas são ministradas na AAPPU ou na residência do associado.

A data e horário deverão ser acertados com Larissa Carvalho. **Valor:** R\$30,00 (hora/aula) + despesas com transporte.

Contato: Tel.: (31) 3424-1145 / 9481-2652 / E-mail: lah_c_r@hotmail.com

Curtas

Shykô e suas histórias

Com a presença de 45 convidados, o lançamento do terceiro livro “Shykô e suas histórias”, do autor Carlos Alberto Severino (Shykô), no dia 11 de agosto, na sede da AAPPU, foi o maior sucesso. Confirmam as opiniões de amigos, associados e convidados.

Maria Ignez Gerken (presidente da AAPPU)

Já estou lendo o seu livro, e às vezes, fico emocionada do nada e outras vezes morro de rir. A minha parte adorei – era assim mesmo a minha atuação. Obrigada também pela referência.

Geraldo Justiniano diretor do Jornal Opinião de Caeté (jornalista que prefaciou o livro)

Terminei hoje de ler seu livro, delicioso como imaginei. Parabéns, o que mais me impressionou é a riqueza de nomes, datas e lugares que você cita. Fabuloso mesmo.

Pércio Guimarães e Dorinha (companheiro de viagem do Shykô – Nordeste/ 1970)

Gostamos muito de ler o seu livro, e as histórias que mais nos tocaram foi da Caderneta vermelha e Gagnei uma família, apesar de que todas as outras também são muito boas. Pode preparar o próximo livro e não esqueça o caso de 1969 – das ciganas em Salvador, Bahia.

