



EVENTOS E TURISMO



PARTICIPE DA CONFRATERNIZAÇÃO DE FINAL DE ANO

Com todo carinho. É assim que o Departamento de Eventos e Turismo da Regional está preparando a Festa de Confraternização de Final de Ano, que será realizada no Floridiana Tênis Clube, dia 05 de Dezembro (sexta-feira), das 11 às 17 h.

Mas para que a festa fique completa é preciso que você venha participar.

Compareça! Não desperdice a oportunidade de rever as velhas amizades e reencontrar os antigos companheiros de trabalho.



FOTO DE ARQUIVO



FOTO DE ARQUIVO

Saiba também que a sua presença é a única maneira de demonstrarmos o quanto você é querido e importante para nós.

Vamos festejar como todo mundo. Afinal viver é exatamente isso: rir o máximo possível e ficar triste o mínimo possível.

Aos associados residentes fora de Rio Claro pedimos que entrem em contato com o Representante da Associação na localidade (ver relação na página 2) e verifiquem a melhor maneira de transporte.

INCLUSÃO DIGITAL



NOÇÕES BÁSICAS DE INFORMÁTICA

Noções Básicas de Informática é um curso destinado aos aposentados e pensionistas, associados da AAFC-Regional Rio Claro, interessados em inserir-se na era da informática. É gratuito, visa atingir um grupo de no máximo 4 pessoas por turma, não importando sexo, idade e escolaridade.

Trata-se de um grupo semanal, estruturado em 4 etapas, com aulas de 2 horas de duração. O dia da semana e o horário serão acordados com os participantes.

● Na primeira etapa do curso – **CONHECER O COMPUTADOR** – o participante aprende sobre a estrutura básica do computador.

● Na segunda etapa – **WINDOWS** – o participante terá noções de como abrir e fechar programas e utilizar adequadamente pastas e arquivos.

● Na terceira etapa – **ESCREVER TEXTOS** – o participante aprende sobre o processador Word, como utilizar alguns dos recursos da edição de textos, desde a criação de um novo documento até a impressão dele.

● Na quarta etapa – **NAVEGAR NA INTERNET** – o participante aprende a navegar na Internet, fazer pesquisas e downloads, visitar lojas virtuais, etc. Cada aluno vai registrar um e-mail gratuitamente, fazer exercícios práticos de envio e rece-



Associado
Beraldo R. Mendes
(Paraná)

bimento de mensagens com arquivos anexados. Além disso, cada aluno vai aprender a utilizar os recursos de comunicação instantânea (Skype).

Mais detalhes e informações, entrar em contato com nossa Secretária, telefone (19) 35347755, falar com o Rafael, até o dia **29/08/14**.



**SE PRECISAR DE AJUDA
SAIBA A QUEM RECORRER**

● **ARARAS E CONCHAL**

Alcides N. Teixeira - (19) 3542 4662
Moacir Terassi - (19) 3541 6748

● **LEME E SANTA CRUZ DA
CONCEIÇÃO**

Alberto J. Bortolotto - (19) 3571 2171

● **PIRASSUNUNGA E SANTA CRUZ
DAS PALMEIRAS**

Celso I. A. Santos - (19) 3561 5753

● **PORTO FERREIRA**

José L. Soratto - (19) 3589 1016
Sebastião P. Cruz - (19) 3581 4783

● **SANTA RITA DO PASSA QUATRO E
TAMBAÚ**

Elvio R. Nascimento - (19) 3582 5254
Paulo R. Pelegrini - (19) 3582 1540

● **MOGI MIRIM, MOGI GUAÇU,
SANTO ANTONIO DA POSSE,
ESTIVA GERBI, ENG.º. COELHO E
ARTHUR NOGUEIRA**

José E. Mazotti - (19) 3805 3051
Moisés T. Martins - (19) 3806 2431

● **SÃO JOÃO DA BOA VISTA, AGUAÍ E
ÁGUAS DA PRATA**

Roberto R. Redher - (19) 3623 1695

● **VARGEM GRANDE DO SUL**

Antonio L. Buozi - (19) 3641 3498
Rosana H.R.A.Dias - (19) 3643 2417

● **LIMEIRA, CORDEIRÓPOLIS E
IRACEMÁPOLIS**

Lúcia A. de Almeida - (19) 3442 1190
Antonio C. Catai - (19) 3441 2548

● **PIRACICABA, SÃO PEDRO, ÁGUAS
DE SÃO PEDRO, RIO DAS PEDRAS,
RAFARD, SALTINHO, CAPIVARI E
CHARQUEADA**

Marlene T. M. Pires - (19) 3434 4660

● **RIO CLARO, STA. GERTRUDES,
ITIRAPINA, IPEÚNA E
CORUMBATAÍ**

Sede Regional - Rua 1 n.1690-Centro
(19) 3534 7755



O Boletim do Sênior - Rio Claro é uma publicação trimestral da **AAFC - Associação dos Aposentados da Fundação CESP-Regional Rio Claro**, que circula entre os associados da cidade de Rio Claro e Região.

Endereço:

Rua 01, 1690, Centro
CEP 13500-141 - Rio Claro - SP
Telefone/fax: (19) 3534 7755 e 3523 8383
e-mail: rioclaro@aafc.org.br
www.aafc.org.br

Tiragem: 1500 exemplares.

Distribuição gratuita.

Permite-se a reprodução parcial ou total das matérias contidas nesta edição, desde que citada a fonte.

Editoração: Departamento de Comunicação
Impressão: Nova RC Editora e Artes Gráficas



Festa da Primavera



Convidamos todas as mulheres: associadas, esposas ou companheiras de sócios, para que venham participar da Festa da Primavera, que faremos realizar no dia 30 de setembro próximo (terça - feira).

Para mais detalhes e confirmação de presença, entre em contato com a Secretária de nossa Sede através do telefone (19) 3534 7755, falar com Rafael, até o dia 26 de setembro.

CONVITE PARA VOCÊ MULHER

Venha participar dos encontros realizados às terças-feiras, das 14h30 às 16h30.

Passar horas agradáveis, desfrutando de jogos recreativos e saboreando um cafezinho da hora.

Compareça!



Agende-se!

O 2º Encontro de Aposentadas da AAFC-Regional Rio Claro está marcado para o dia 04 de novembro



5º CURSO PARA CUIDADORES DE IDOSOS

Com a participação de 25 pessoas, teve início no dia 18 de junho passado, o 5º Curso para Cuidadores de Idosos.

Com 6 das 12 palestras programadas já realizadas, o Curso, com o seu final previsto para 10 de setembro, vai de "vento em popa".

Bom curso para todos nós!



Envelhecimento e Alzheimer
Psicóloga - Carla A.A.Andreatto



Primeiros Socorros - Corpo de Bombeiros
Soldados - Fabrízio e Rogério



Direitos e Deveres dos Idosos e Cuidadores
Assistente Social - Katylerine D.F.Santos



Cuidados de Enfermagem - Palestras 1 e 2
Elisandra Claro - Enfermeira Dermatológica, especialista em Curativos



GERONTOFOBIA

O medo de envelhecer, ou seja, gerontofobia, talvez seja a condição maior que determina a sociedade na exclusão dos velhos.

Como a sociedade brasileira enxerga os mais velhos? Como vivem os idosos de nossas cidades? São perguntas que deveriam estimular pesquisas de profissionais que atuam no campo da gerontologia. Historicamente, o Estado brasileiro não tem tradição no cuidado dispensado às pessoas idosas. A baixa aposentadoria e as famosas filas da previdência pública não são os únicos problemas; inúmeros comentários, contáveis às dezenas, mostram como a Terceira Idade é desprotegida e desrespeitada também pela sociedade que entrará ela própria nessa faixa etária dentro de alguns anos.

A violência contra a pessoa idosa não é um fato recente. Desde que o mundo é mundo ela atinge os idosos: a gerontofobia vem de longa data. Essa violência pode ser medida de várias formas e expressões. Desde a que deixa marcas no corpo à

que fere a alma, que é invisível, vindas de pessoas que creem que idosos não devem trabalhar, que devem simplesmente se aposentar e passar o dia numa cadeira de balanço, como se não pudessem dar mais qualquer contribuição à sociedade, e que podem ser livremente insultados de velhos.

Casos de violência contra os idosos vem acontecendo e são mostrados na mídia. O que fazer diante de tais ocorrências? É preciso uma reação coletiva de toda a sociedade: deflagrar por parte de movimentos sociais um processo urgente de sensibilização de toda comunidade para as questões que afetam o dia-a-dia dos idosos, principalmente para a garantia de seus direitos elementares e sua integridade física e emocional; divulgar a Política Nacional do Idoso – Lei 8.842, de 04 de janeiro de 1994; o Estatuto do Idoso – Lei

10.741 de 1º de outubro de 2003. O Estado de São Paulo tem a consolidação da legislação relativa ao Idoso – Lei 12.548 de 27 de fevereiro de 2007. A questão do idoso é uma questão social, que requer políticas públicas para a garantia de seus direitos e diz respeito a todos nós.

REFLEXÃO:

Envelhecer não é para qualquer um, envelhecer é para quem merece.

Não tenha medo de envelhecer. É uma das poucas coisas que se pode fazer de graça, com dignidade ou não, depende de cada um.

A partir da terceira idade, o que nos deixa injuriados diante de conhecidos e familiares mais jovens é que a gente tem muita experiência de vida, muita sabedoria e muita competência para responder qualquer pergunta, mas ninguém nos pergunta nada.

Fonte: www.atibaia.com.br - adaptação do texto do colaborador - Prof. Wilson Brinkmann



ATENDIMENTO AO ASSOCIADO



3º CAFÉ AMIGO NAS LOCALIDADES

Assim como sabemos da importância dos encontros periódicos realizados nas localidades, onde, além de levar informações e esclarecer dúvidas, buscamos estreitar o relacionamento da Sede Regional com os associados, entendemos também, ser o CAFÉ AMIGO a ocasião ideal de reunir antigos companheiros de trabalho para discutir os problemas que afetam o nosso dia a dia, bem como, relembrar momentos que marcaram o cotidiano de trabalho vivido por cada um.

Portanto, esperamos contar com a presença de todos os associados e mais pessoa da família no CAFÉ que iremos realizar conforme o cronograma abaixo:

Dia	Localidade	Período
22/08	São João da Boa Vista	Manhã
22/08	Vargem Grande do Sul	Tarde
29/08	Porto Ferreira	Manhã
29/08	Santa Rita do Passa Quatro	Tarde
05/09	Mogi Guaçu/Mogi Mirim	Tarde – a confirmar
12/09	Araras	Manhã
19/09	Limeira	Tarde – a confirmar
25/09	Piracicaba	Tarde
03/10	Pirassununga	Manhã
03/10	Leme	Tarde



Café Amigo em Santa Rita do Passa Quatro dia 8 de novembro de 2013



Café Amigo em Pirassununga dia 31 de outubro de 2013

DESCONTO INDEVIDO

Através da aprovação de um dispositivo que permite aos sindicatos continuar descontando a contribuição sindical de empregados aposentados, diretamente da folha de pagamento do INSS mediante autorização expressa, o SINDINAPI e mais outros sindicatos variados, estão descontando esses valores sem a autorização do aposentado e com a anuência do INSS.

O mais grave é a falta de demonstrativo de pagamento para a conferência dos descontos, pois impede que o aposentado veja o débito sendo efetuado em sua aposentadoria. Somente acessando a Internet e imprimindo o detalhamento de crédito é possível saber se você foi vítima do golpe ou não. Além disso, se tiver “tirado a sorte grande” e descobrir-se uma vítima, o INSS não suspende o desconto. Será necessário que você vá até a central sindical ou ao sindicato responsável pelo débito solicitar a interrupção do desconto.

Para obter o seu Detalhamento de Crédito, peça na Agência do INSS ou acesse o site da Dataprev, mais precisamente na página:

<https://www8.dataprev.gov.br/SipaINSS/pages/hiscre/hiscreInicio.xhtml>

A partir dessa página você consegue o detalhamento de crédito.

Na dúvida informe-se em nossa Sede Regional, fale com Márcia ou Rafael, telefone (19) 35347755.

DINHEIRO NO BOLSO!

Os aposentados e pensionistas do INSS vão receber metade do 13º salário junto com o benefício de agosto. O calendário de pagamento vai de 25 de agosto a 5 de setembro.

Para quem recebe um salário mínimo (R\$724), o pagamento de 50% sairá entre 25 de agosto e 5 de setembro. Quem ganha acima desse valor receberá entre os dias 1º e 5 de setembro. A primeira parcela vem sem o desconto do Imposto de Renda.

A segunda parcela será paga entre o fim de novembro e início de dezembro, com todas as deduções cabíveis.

COMPLEMENTAÇÃO

Com vigência a partir do mês de junho passado, foi aprovado o índice de 7% relativo ao reajuste da complementação de aposentadoria e pensões, período de 2014/2015.

O reajuste de 7% aplicado nos benefícios dos aposentados e pensionistas complementados, bem como, o retroativo de junho, julho e agosto, devem ser pagos, provavelmente, no final de setembro*.

* Previsão baseada nos procedimentos adotados nos últimos anos.

FUNDAÇÃO CESP

Reajuste das tabelas para os Planos de Saúde

Em reunião realizada no dia 23 de julho último, o Conselho Deliberativo da Fundação CESP aprovou um reajuste anual de 12,46% para os Planos de Saúde (PES e NOSSO PLANO) com vigência a partir de 1º de setembro. Porém, como o regime é de pagamento antecipado, a primeira correção será cobrada no demonstrativo de pagamento de agosto.

AVISO IMPORTANTE

O recadastramento anual é obrigatório e deve ser feito por todos os aposentados e pensionistas, complementados ou suplementados, no mês de seu aniversário. O não recadastramento implicará na suspensão do pagamento até a sua regularização.



Associação dos
Aposentados da
Fundação CESP

Rua 1 n°. 1690 - Centro
Rio Claro/SP - CEP: 13500-141

Mala Direta Postal
Básica

9912251031-DR/SPM
AAF/CESP
CORREIOS