



## Parabéns aos Servidores Públicos!

Roberto Carlos transforma música em emoção na noite especial da AFPESP para os servidores públicos



O show do cantor e compositor Roberto Carlos foi muito esperado pelos associados da Entidade. Há mais de oito anos, a AFPESP recebe mensagens de associados solicitando o espetáculo do Rei para comemorar o Dia do Servidor Público. A noite de 31 de outubro de 2015 foi um verdadeiro show de emoções.

A AFPESP também presenteou os associados com 700 DVDs de Roberto Carlos, gravado em Las Vegas, que estavam na parte inferior dos assentos. O presidente da AFPESP, Antônio Carlos Duarte Moreira, saudou os associados, especialmente os que estavam nas caravanas das Regionais. Sobre o espetáculo, falou do sonho de trazer o cantor Roberto Carlos para comemorar o Dia do Servidor Público. “A magia que breve viveremos trará uma cumplicidade, porque depois desta noite teremos todos uma história comum para contar aos nossos amigos e familiares”. Duarte Moreira ainda comentou, em entrevista, que este é o maior evento já realizado pela AFPESP em toda sua história, parabenizando

a equipe da Coordenadoria de Eventos, responsável geral, e as demais Coordenadorias da Entidade que estavam envolvidas no trabalho. Agradeceu a empresa Qualicorp, destacando o nome do diretor de Assuntos Estratégicos e presidente do Conselho Administrativo, José Seripieri Filho que, juntamente com a AFPESP, patrocinou o show do Roberto Carlos.

Os associados foram recepcionados pelas equipes da organização, e os mestres de cerimônia realizaram sorteios de dez prêmios: Francisco Rodrigues (estada na UL Campos do Jordão); Claudia Pasqualini (estada na UL Guarujá); Ana Sandra Rodrigues F. Trindade (estada na UL Poços de Caldas); Francisco de Assis C. Murasaki (Geladeira Frost Free Inox); Aparecido Donizetti dos Santos (Lavadora Brastemp 11 kilos); Maria Aparecida de Carvalho Fígaro (TV de 42 polegadas); João Carlos Cruz (Geladeira/frigorifer Retrô); Reni A. Oliveira Navarro (Tablet); Lilian Ferreira dos Santos (Tablet); e Valdomiro de Oliveira (Micro-ondas).





## AFESP

Fundada em 5/11/1931

Associação dos Funcionários  
Públicos do Estado de São Paulo

Sede Própria: Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155  
01017-909 - São Paulo - SP

Telefone: (11) 3188-3100 - www.afesp.org.br

**AFESP** - Associação dos Funcionários Públicos do Estado de São Paulo - filiada à Fespesp - Federação das Entidades de Servidores Públicos do Estado de São Paulo. Contri-buinte do Sespesp - Sindicato de Entidades Representativas de Servidores Públicos do Estado de São Paulo. Integrante do Instituto Mosap do Comitê das Entidades dos Agentes Públicos.

### DIRETORIA EXECUTIVA

**Antônio Carlos Duarte Moreira** (Presidente); Thais Helena Costa (1ª Vice-Presidente); João Baptista Carvalho (2º Vice-Presidente); Antonio Arnosti (Diretor Econômico-Financeiro); Ia-suey Homma (1º Tesoureiro); Danglares Junta (2º Tesoureiro).

### COORDENADORIAS

João Baptista Carvalho (responde pela Administrativa); Ester Mirian Belo Rodrigues (Assistência à Saúde); Joaquim de Camargo Lima Júnior (Chefia de Gabinete); Maria Edna Silva Roza (Educação e Cultura); Márcia Moreno Duarte Moreira (Eventos); Reynaldo dos Anjos (Unidades Recreativas e de Lazer); Romeu Benatti Júnior (Obras e responde pela coordenadoria de Meio Ambiente); Renato Del Moura (Patrimônio) e Mucio Rodrigues Torres (Turismo).

### CONSELHO DELIBERATIVO

Álvaro Gradim (Presidente); Paulo Lucas Basso (Vice-Presidente); Ruy Galvão Costa (1º Secretário); Mário Miyahara (2º Secretário).

### CONSELHEIROS VITALÍCIOS

Adelaide Botignon Martins, Adeilson Custódio, Alcides Amaral Salles, Álvaro Gradim, Antonio Arnosti, Antônio Carlos Duarte Moreira, Antonio da Rosa Guimarães, Antonio Luiz Ribeiro Machado, Antônio Oscar Guimarães, Antonio Sérgio Scavacini, Antonio Tuccilio, Arita Damasceno Pettená, Carlos Eduardo Tir-lone, Claudio Antonio Plaschinsky, Dalva Mariuzzo Guimarães, Edison Pinceli, Edna Pedrosa de Moraes, Elvira Stippe Bastos, Emílio Françolin Júnior, Getúlio Hiroji Teraoka, João Baptista Carvalho, Jorge Luiz de Almeida, Lizabete Machado Ballesteros, Luiz Carlos Pires, Maria Rosa Ascar, Mário Palumbo, Martin Teodoro Myczkowski, Milton Maldonado, Mucio Rodrigues Torres, Nelson Galdino de Carvalho, Nelson Paes, Octavio Fernandes da Silva Filho, Odette Martins, Orbeta Nogueira Borges, Pedro Roberto Giannasi, Raphael Liberatore, Reynaldo dos Anjos, Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva, Ricardo Salles Fragoso, Thais Helena Costa, Ubirajara Ramos, Wagner Dalla Costa, Walter Giro Giordano e Walter Paulo Siegl.

### CONSELHEIROS

Adherbal Silva Pompeo, Ana Maria Villela A. Martinez, Antonio Carlos de Castro Machado, Antonio Carlos Licco, Antonio Luiz Pires Neto, Arlete Gomes Donato Torres, Arthur Corrêa de Mello Netto, Artur Marques da Silva Filho, Benedito Vicente da Cunha, Cássio Juvenal Faria, Edison Moura de Oliveira, Edson Toshio Kubo, Eduardo Primo Curti, Edvar Pimenta, Elisabeth Massuno, Elza Barbosa da Silva, Gilmar Belluzzo Bolognani, Hay-dée Santos Galvão, José Carlos Carone, José Luiz Rocha, José Oswaldo Pereira Vieira, Leda Regina Machado de Lima, Leticia Jobert Andrade de Melo, Luis Gustavo da Silva Pires, Luiz Manoel Galdes, Luiz Reynaldo Telles, Magalí Barros de Oliveira, Marcelo Pereira, Maria Auxiliadora Murad, Maria das Graças da Silveira, Mário Palumbo Junior, Marli Sampaio Strasbrug, Mariza Aparecida Amaral, Meire Eveli Tamen, Miguel Angelo Paccagnella, Milton dos Santos, Nivaldo Campos Camargo, Paulo César Corrêa Borges, Reinaldo Musetti, Regina Maria de Oliveira Moraes, Romeu Musetti, Rosemari Braga do Rosário, Rosy Maria de Oliveira Leone, Sérgio Roxo da Fonseca, Sônia Cerdeira, Vera Lúcia Pinheiro Morgado, e Yolanda Cintrão Forghieri.

### CONSELHO FISCAL

Walter Paulo Siegl (Presidente), Luiz Sérgio Schiachero (Vice-Presidente), Olavo Silva Júnior (Secretário) e Membros: Gloria Della Monica Trevisan e Tadeu Sérgio Pinto de Carvalho.

### OUVIDOR

Antonio da Rosa Guimarães  
Arthur Corrêa de Mello Netto, respondendo em conjunto

## Escritórios

Escritório **Regional de Franca** - Luiz Carlos Wirz - Rua Floriano Peixoto, 1888 - Centro - 14400-760 . Tel.:16-3701-6866/3082 - franca@afesp.org.br

Escritório **Regional de Osasco** - Márcia da Silva Bernardino- Rua Vitorio Tafarello, 509 -Vila Quitaúna - 06192-150-Tel./Fax.: 11- 3608-4602/ 5753 - osasco@afesp.org.br

Escritório **Regional de São Bernardo do Campo** - Marcelo Romeo Monteiro Guilherme - Avenida Indico, 295 - Jd. do Mar - 09750-600- Tel.: 11-4332-5728/ 11- 4122-3182 - sbcampo@afesp.org.br

Escritório **Regional de São Carlos** - Ivo Nildo Gambini - Rua Dona Maria Isabel de Oliveira Botelho, 1.929, Jardim - 13569-265- Tel.:16-3372-2411/16- 3364-2257- scarlos@afesp.org.br

Escritório **Regional de São José dos Campos** - Sheila Aparecida de Paula - Rua Inconfidência, 129 -Jd. S. Dimas -12245-370 -Tel.: 12-3941-7486/12-3923-1072 - sjcampos@afesp.org.br

## Delegacias

Delegacia **Regional Araçatuba** - Bianca Estatuti Cavalaro- Rua Cussy de Almeida Junior, 1215 - Centro - 16010-400 - Tel.: 18-3623-5293/3621-5874 - aracatuba@afesp.org.br

Delegacia **Regional Araraquara** - Sandra Fernandes Saladini - Av. Antonio Lourenço Corrêa, 210 - Bairro Vila Xavier - 14810-138- Tel.: 16-3324-4140- araraquara@afesp.org.br

Delegacia **Regional Bauru** - Maria das Dores de Oliveira Fernandes - Rua Virgilio Malta, 8-50 - Centro - 17015-220- Tel/fax.: 14-3234-7600/3227-3998/14-3234-9909- bauru@afesp.org.br

Delegacia **Regional Botucatu** - Edimar de Amaral Lima - Avenida Julio Vaz de Carvalho s/n (altura 1123) esquina com Rua Gregório Pedro Garcia, 305, Jardim Itamarati - 18608-012 Tel/fax.: (14) 3814-7168/ 3814-7167 - botucatu@afesp.org.br

Delegacia **Regional Campinas** - Rosana Rodrigues Ferreira - R. General Osório, 2.121 - Cambui - 13025-155- Tel/fax.: 19-3294-8971/3294-7946/3294-8972/ Centro de Beleza (19) 3294-9108 - campinas@afesp.org.br

Delegacia **Regional Marília** - Maraclei Nahás Curi - Rua Dezesseis de Setembro, 400 - Palmital - 17510-451 Tel: 14-3413-8927- marilia@afesp.org.br

Delegacia **Regional Piracicaba** - Fernanda da Fonseca Rodrigues (respondendo) - R. do Rosário, 2184 - B. Paulista -13400-186- Tel.: 19-3402-5096 e 19-3402-5043/3434-7997- piracicaba@afesp.org.br/

Delegacia **Regional Presidente Prudente** - Maria Cecília Cardoso de Oliveira (respondendo) - Rua Ribeiro de Barros,929 - Vila Dubus -19015-030 -Tel.: 18-3916-3363/ 3916-3368 - pprudente@afesp.org.br

Delegacia **Regional Ribeirão Preto** - Angelo Vlamir Razera - Av. Anhanguera, 621 - Alto da Boa Vista- 14025-480 Tel.: 16 -3931 -3030/3610-2534 - ribeiraopreto@afesp.org.br

Delegacia **Regional Santos** - Isaura Monteiro M. Mello - Rua Dr. Luiz Suplicy, 67 - Gonzaga -11055-330- Tel.: 13-3233-3401/ 3221-1448/ 3234-6850 (r.22 fax) - santos@afesp.org.br

Delegacia **Regional São José do Rio Preto** - Anercio Luciano Filho - Rua São Paulo, 2.073 - Vila Maceno - 15060-035 - Tel.: 17-3235-2246/2273 - sjrpreto@afesp.org.br

Delegacia **Regional Sorocaba** - Fernanda Gomes de Góes Rocha - Rua Maranhão, 151- Centro-18035-570- Tel.: 15-3222-2837/ fax:15-3222-9120 -sorocaba@afesp.org.br

**Ouvidoria:** Formulário Online (www.afesp.org.br). Tel.: 11 -3188 -3286; Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155, 11º andar, Sé, São Paulo

## Unidades de Lazer e Clube

AFESP **Amparo** - Gilberto Moreira Piassa - Rodovia Professora Pedrina Maria da Silva Valente,S/n - Três Pontes - 13900-970- Caixa Postal 83 -Tel.: 19-3807-2870/ 3807-9841/3808-4490- amparo@afesp.org.br

AFESP **Areado** - Geraldo Vinicius Malosti - Sítio Paivas, S/N - Baguari - 37140-000- Tel.: 35-3291-5699/4971/6019 - Caixa Postal nº 52- areado@afesp.org.br

AFESP **Avaré** - Daniel Jacomini Cachone- Rodovia João Melão/SP255 KM 276 - acesso pela Rodovia Castelo Branco, saída 241 B.Tel.: 14-3711-4400- avare@afesp.org.br

AFESP **Caraguatuba** - Edsangela Galdino Costa- Rua Quatro, 50- Porto Novo - 11667-430 - Tel.: 12- 3887-1654- caragua@afesp.org.br

AFESP **Campos do Jordão** - Durval P. Machado Filho - R. Bento Cerqueira César, 150- V. Capivari 12460-000- Tel.: 12-3663 -1260 e 3663-1983 -camposdojordao@afesp.org.br

**Appenzell Campos do Jordão** - R. Deputado Plínio de Godoy, 272, Campos do Jordão, Capivari - Tel.: 12- 3663-1526/3663-2350 - appenzell@afesp.org.br

Clube de Campo de **Guarapiranga** - Valéria dos Santos Tiago Borges - Av. dos Funcionários Públicos, 2.501 - 04962-000 - Tel.: 11- 5896-6198/ 11-5896-7384 - guarapiranga@afesp.org.br

AFESP **Guarujá** - Wesley del Ducca de Aguiar - Av. General Rondon, 643- Vila Alzira - 11420-000 - Tel.: 13-3389 -8800 - guaruja@afesp.org.br

AFESP **Itanhaém** - Cleyton de Melo Barreto - Rua Beritiba, 1.500- Suarão - 11740-000 - Tel.: 13-3421-1500 - itanhaem@afesp.org.br

AFESP **Estância de Lindoia** - Renato Satriano - Rodovia Dr. Octavio de Oliveira Santos (Rodovia SP147, KM 18) - Rio do Peixe - 13950-000- Tel.: 19 -3898 -1378- lindoia@afesp.org.br

AFESP **Poços de Caldas** - Jean Eduardo Quessada - Rua Pernambuco, 328 - Centro-37701-021- Tel.: 35-2101-6100/ fax: 35-2101-6111 pcaldas@afesp.org.br

AFESP **São Pedro** - Rua Dois Amores S/N. Chácara Camargo I, Rodovia Piracicaba - São Pedro, Km 190 - Tel.: 19-3181-1200 - spedo@afesp.org.br

AFESP **Serra Negra** - Cleber Sarao Scarparo - Rodovia Serra Negra/Lindoia - Km 159 - 13930-000- Tel.: 19 -3842-9600 serranegra@afesp.org.br

AFESP **Socorro** - Dorisley de Cássia Buscalin - Rodovia Socorro-Lindoia KM 1 - 13960-000 - Tel.: 19 -3855 -9900 - socorro@afesp.org.br Balneário Socorro - Hotel Pompeia - Km 1 da Rodovia Socorro- Lindoia - Tel.: (19) 3855-9915- balneario@afesp.org.br

AFESP **Termas de Ibirá** - Ivonete Carla Miranda Svazate - Av. Ibirá, 521- 15860-000 - Tel.: 17- 3551-3000/3551-3001- ibira@afesp.org.br

AFESP **Ubatuba** - Sérgio Costa - Av. Marginal, 675 -Bairro Toninhas - Tel.: 12-3842-8800 ubatuba@afesp.org.br

### Escola AFESP

Botucatu: Av. Julio Vaz de Carvalho s/n - Jd. Itamarati -14-3814-7168  
Campinas: R. General Osório, 2.121, Sala 5 - Cambui - 19-3294-8971  
Marília: R. Dezesseis de Setembro, 400, Palmital - 14-3413-8927  
Piracicaba: R. do Rosário, 2184, B. Paulista - 19-3402-5096  
Ribeirão Preto: Av. Independência 2.976, Alto da B. Vista - 16-3931-3030  
Santos: R. Othon Feliciano, 02, cj. 21, Gonzaga, 13- 2202-2195  
S.J do Rio Preto: Rua São Paulo,2.073, Vila Maceno, 17-3235-2246

Palácio Luso Junior - Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155 - Restaurante:11-3188-3222  
Consignações (inclusão, seguro de associado, carteira social titular e dependente):  
11-3188-3138/3166/3167/3168  
Protocolo: 11- 3188-3165/3254 e Reservas URL\*s\*: 11-3188-3142/3143/3144/3145  
Edifício Carton Rua Venceslau Brás, 206  
Ambulatório Médico: 11-3293-9537 - Academia Centro\*s\*: 11-3293-9551/9552/9553  
Edifício São Roque Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 88  
Salão de Beleza: 11-3188-3100 ramal 240.

\* Serviços disponíveis também nos Escritórios e Delegacias.

**Diretor: Antônio Carlos Duarte Moreira**

## Folha do SERVIDOR PÚBLICO

Órgão Oficial de comunicação da Associação  
dos Funcionários Públicos do Estado de São Paulo  
www.folhadoservidorpublico.inf.br

**Conselho Editorial:** Thais Helena Costa (Coordenadora), Membros: Elvira Stippe Bastos, Gilmar Belluzzo Bolognani, Mucio Rodrigues Torres, Olavo Silva Júnior e Ruy Galvão Costa. E-mail: conselhoeditorial@afesp.org.br

Jornalista Responsável: Maristela Ajalla (MTB 19.098 J/R/J); Colunista de Finanças Pessoais: Roberto Macedo. Colaboradores: Antônio D'Avino, Claudia Hamamoto e Daniel Dias de Almeida Santos. Ana Primo: Assessora de Imprensa. Fotos: Carlos Marques e Márcio Oliveira; Distribuição: Cícero Marcos Dias; Fechamento para CTP: Maristela Ajalla; Impressão: Gráfica Plural; Tiragem: 233.000 mil exemplares.

Registro: A FOLHA DO SERVIDOR PÚBLICO está registrada no 1º Cartório de registro de Títulos e Documentos sob nº 162.967, no livro "B", conforme dispõem as Leis 5250/67 e 6015/73. Os artigos assinados são de responsabilidade dos autores e nem sempre expressam o pensamento desta entidade. A direção deste jornal leva ao conhecimento dos associados e público em geral que dele tomar conhecimento, não assumir a AFESP qualquer responsabilidade por publicidade comercial nele veiculada, não respondendo assim em nenhuma circunstância por oferta e venda de produtos e serviços prestados, envolvendo preços, qualidade, entrega, vantagens, descontos, e outros itens que possam estar atrelados à operação, salvo quando a publicidade seja realizada pela própria entidade, ou que conjuntamente com a publicação contenha a marca figurativa, em razão de contrato de parceria mantido com algumas empresas.

## EDITORIAL

Antônio Carlos Duarte Moreira - Presidente da AFPEP  
e-mail: presidente@afpesp.org.br

## Bola de neve

*É por isso que uma boa colheita não é favorável apenas para os agricultores, mas também para os comerciantes de todos os outros produtos. Nós compramos mais sempre que interagimos mais. A má colheita, no entanto, afeta todas as vendas. O mesmo é verdade para os bens e coleções produzidos pelas artes e comércio. Um ramo do comércio que seja próspero o suficiente para comprar, portanto, fornece vendas para todas as outras lojas e, por outro lado, quando algumas fábricas ou empreendimentos tornam-se debilitados, a maioria dos outros sofre. (Jean-Baptiste Say - Des débouchés, Livro I, Capítulo 15)*

Como se não bastassem os escândalos de corrupção interminável no Brasil, a crise mundial, que movimenta refugiados em vários países da Europa, revela a dimensão do atual problema da humanidade.

No Brasil, as crises políticas afetam diretamente o desenvolvimento de vários setores. Em certos momentos, sem nenhuma responsabilidade com o coletivo, as brigas entre partidos assumem proporções inaceitáveis em uma República Democrática.

O baixo nível das discussões apavora os brasileiros, que ficam sem entender os rumos da política e da economia. O povo acaba sendo manipulado por informações indevidas e é levado a pensar de forma errônea sobre um problema. Quando falta atendimento médico, por exemplo, o cidadão culpa o servidor público da Saúde, como se o trabalhador fosse responsável direto pelo mau gerenciamento dos recursos da área. Isso se repete na Educação, Segurança Pública, Habitação e todas as demais frentes de atendimento à população. É como se a cada novo escândalo, a imagem do servidor público ficasse mais desgastada.

Fica fácil comparar com uma bola de neve que desce montanha abaixo. À medida que a crise econômica e política avançam, os problemas sociais acompanham e o volume aumenta. Em certos momentos, não enxergamos uma possível saída, pois não há como deter a avalanche de problemas que vivemos.

Não há uma só reforma a ser realizada para todos os setores voltarem a andar no trilho



do desenvolvimento. É preciso mais do que reformas. O Brasil parece que esqueceu o que é respeito, no sentido mais amplo da palavra.

Por exemplo, não há respeito, quando as autoridades de governo ignoram as leis e não promovem a reposição salarial dos servidores públicos. Os governantes usam as crises como argumentos para falar da impossibilidade de reposição salarial. Mas sabemos que a falta de reajustes salariais atravessa décadas, incluindo o período em que o Brasil estava em pleno desenvolvimento, com a economia equilibrada. Portanto, existe uma tendência de desvalorizar o trabalho dos servidores públicos em qualquer situação social.

A inflação é uma realidade dolorida, que destrói o poder de compra de um mês para o outro. Todos nós sentimos no bolso o peso da crise. Podemos esperar mais mudanças no setor público, como já foi anunciado pelo governo do Estado: não contratação, não reajuste e reformas, sendo a mais recente a reorganização das escolas estaduais.

Nossa Entidade está atenta aos direitos dos servidores públicos e à manutenção da política de valorização da categoria, porque o Estado não existe sem os servidores públicos.

A reposição salarial dos servidores públicos precisa ser imediata e com índices reais que acompanhem as perdas inflacionárias. Sem isso, o cidadão poderá sentir ainda mais a falta do Estado, porque muitos profissionais capacitados poderiam desistir de trabalhar para o governo, desmotivados e infelizes com seus vencimentos, contudo não o fazem porque são verdadeiros abnegados faltando, todavia, por parte dos governantes, todavia, sensibilidade e reconhecimento.



**NOVEMBRO AZUL**

O alerta contra o câncer de próstata

### FUNCIONALISMO

⇒ **Lei Complementar nº 1.272/15**, de 14 de setembro de 2015, instituiu o Plano de Cargos, Carreiras e Vencimentos aos servidores do Tribunal de Contas do Estado de São Paulo e dá outras providências.

⇒ **Lei nº 15.946**, de 19 de outubro de 2015. (Projeto de lei nº 678/15, do Deputado Carlos Giannazi). Institui o “Dia Estadual de Luta pela Dignidade do Servidor Público Readaptado”. Artigo 1º - Fica instituído o “Dia Estadual de Luta pela Dignidade do Servidor Público Readaptado”, a ser comemorado, anualmente, em 14 de abril.

⇒ Cerca de 1.500 gestores e profissionais de RH participaram do 4º Congresso sobre Gestão de Pessoas no Setor Público Paulista, nos dias 21 e 22 de outubro. O Congresso é realizado pela Secretaria de Planejamento e Gestão (SPG), por intermédio da Unidade Central de Recursos Humanos (UCRH), coordenada por Ivani Bassoti.

⇒ **SPPREV**: Resolução Conjunta CC/SG-6, de 29/10/15, publicada no Diário Oficial do Estado de 30/10/15, dispõe sobre a definição e os critérios de apuração e avaliação, dos indicadores globais da São Paulo Previdência - SPPREV para fins de pagamento da Bonificação por Resultados – BR a seus servidores, nos termos da LC 1.079-2008.

### ASSOCIATIVISMO

⇒ **AGE**: Conforme Edital publicado nos jornais Diário Oficial Empresarial e Empresas & Negócios, em 17 de outubro, tem Assembleia Geral Extraordinária em 6 de novembro, às 10 horas, para adequação do Estatuto Social.

⇒ **UL Maresias**: A Unidade de Lazer em Maresias está em reformas estruturais e, também, atendendo normas de acessibilidade e sustentabilidade, adequações necessárias ao padrão AFPEP, com previsão de entrega para o 1º semestre de 2016.

⇒ **Regionais**: O presidente da AFPEP, Antônio Carlos Duarte Moreira, nos meses de setembro e outubro, visitou as Regionais de Ribeirão Preto, Campinas e Sorocaba. Nas reuniões com associados e conselheiros locais foram apresentados os relatórios das atividades do ano.

**FUNCIONALISMO**

Assessoria Técnica: Romualdo Pegoraro  
Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155 - 11º andar  
Sé - São Paulo - SP - (11) 3188-3200

## Proposta do Governo de reorganização escolar gera debate entre professores, alunos e sociedade

**M**uitas manifestações públicas foram realizadas no Estado por professores, alunos e pais, contra a proposta de reorganização escolar. A presidenta da Apeoesp, Maria Izabel Azevedo Noronha, em nota oficial comenta: “A chamada reorganização da rede estadual de ensino promovida pelo Governo do Estado de São Paulo está repleta de contradições e não se sustenta em bases pedagógicas e argumentos plausíveis. O que o Governo Estadual está fazendo é um retrocesso, um rompimento com os avanços que experimentamos nos últimos anos e a quebra do ensino fundamental de nove anos. É um retorno à seriação, aos tempos em que, em plena ditadura, tínhamos separados o primário, o ginásio e o segundo grau”.

### O que diz a Secretaria da Educação

A Secretaria da Educação vai criar mais 754 escolas de ciclo único, focadas em uma única faixa etária. Assim, 2.197 escolas em todo o Estado (43% do total) passarão a funcionar deste modo a partir de 2016.

Segundo informações da Secretaria da Educação o professor concorrerá à atribuição de aulas normalmente, primeiro na escola e, depois, na diretoria de ensino, caso não complete a sua carga horária na unidade escolar. Os benefícios como contagem de tempo e assiduidade serão assegurados. Os professores efetivos que mudarem de unidade de trabalho continuarão com a classificação do cargo. Já os professores temporários, com contratos em vigor, serão destinados às novas unidades à

medida que houver necessidade.

### O que não vai mudar

A Educação de Jovens e Adultos não vai acabar; o Professor Mediador vai continuar existindo; as Salas de Leitura continuarão funcionando; os professores-coordenadores permanecerão nas escolas; o período noturno não vai acabar e ainda teremos professores temporários atuando na rede.

As unidades ainda não foram definidas. Só haverá lista de escolas reorganizadas em novembro.

**#VemProDiaE** - megaencontro sobre a reorganização no dia 14 de novembro.

Fontes: Apeoesp e Secretaria da Educação

Curso on-line

Sistema de Registro de Preços

# REDUZIR OS GASTOS PÚBLICOS COMPRANDO MELHOR.

**UMA FERRAMENTA PARA COMPRAR E CONTRATAR COM EFICIÊNCIA**

Aprenda a tirar maior proveito das vantagens da ferramenta que é uma aliada na redução dos gastos públicos:

- @ Contratar serviços e adquirir bens de forma rápida;
- @ Redução dos gastos e simplificação administrativa;
- @ Redução do volume de estoques;
- @ Padronização dos preços.



CURSO ON-LINE - FAÇA SEM SAIR DE CASA!

[www.escola.afpesp.org.br](http://www.escola.afpesp.org.br)

F: 0800-7711-373  
Seg. a Sex. das 9h às 12h / 14h às 17h

@ **escola**  
**AFPESP**



## AFPESP 84 anos

5/11/2015

No ano de 1931, momento de grande turbulência política no Brasil, os funcionários públicos da Secretaria de Agricultura, liderados por Victor José de Carvalho, fundaram a Associação dos Funcionários Públicos do Estado de São Paulo – AFPESP.

Administrações dinâmicas e eficientes fazem da Associação uma Entidade cada vez mais próspera.

Em sua existência, muitos serviços envolveram os interesses dos associados, como os de Educação, Cultura, Saúde, Lazer, Esportes, Social e, especialmente, Turismo.

A AFPESP expressa sua competência na área do Turismo com 17 Unidades de Lazer nos estados de São Paulo e Minas Gerais e, ainda, um Clube de Campo na capital paulista.

As Unidades de Lazer unem os conceitos associativos da fundação da Entidade, que incluem, por exemplo, a união dos servidores públicos e a promoção de atividades de lazer.

As Unidades Regionais, hoje em 17 cidades do Estado, oferecem os mesmos serviços da Sede Social e permitem encontros e reuniões dos servidores públicos.

São 84 anos de prosperidade que revelam a competência dos servidores públicos de bem gerir e planejar ações em função do coletivo.

Parabéns aos associados da AFPESP, que mantêm vivo o ideal dos fundadores da Entidade.

# AFPESP



## Bazar de Artesanato de Natal

Quem você ama merece uma lembrança sua!  
30 de novembro a 11 de dezembro

Participe!

Sede (São Paulo) e nas Regionais: Araraquara, Bauru, Botucatu, Marília, Ribeirão Preto, São Carlos, São José do Rio Preto e São José dos Campos.  
Exceto fins de semana

0800 771 71 44  
[www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)

**AFPESP**

## FUNCIONALISMO

# TJSP homenageia servidores com o “Diploma Ramos de Azevedo”

A cerimônia de entrega do “Diploma Ramos de Azevedo” aconteceu no dia 29/10, no Salão do Júri do Palácio da Justiça. A condecoração foi criada pelo Assento Regimental 420, de 2013, e é concedida a pessoas que prestaram relevantes serviços ao Poder Judiciário de São Paulo.

O presidente do Tribunal, desembargador José Renato Nalini, disse que o desejo da Administração seria entregar o diploma a todos os funcionários, que são “o maior patrimônio do Tribunal”. “Cada agraciado está representando uma coletividade. Procuramos escolher uma pessoa de cada setor, trazer aqueles que nos ajudaram há tantas décadas, e não nos esquecemos nem daqueles que o criador já chamou”, disse. Renato Nalini fez questão de agradecer pelo trabalho e ressaltar que a atual gestão tem enorme respeito, gratidão e carinho pelo funcionalismo.

Também prestigiaram a homenagem o vice-presidente do TJSP, desembargador Eros Piceli; o presidente da Seção de Direito Público, desembargador Ricardo Mair Anafe; o presidente da Seção de Direito Criminal, em exercício, desembargador Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva (conselheiro da AFPEPSP); o juiz assessor da Presidência de Direito Privado, Décio Luiz José Rodrigues, representando o presidente, desembargador Artur Marques da Silva Filho (conselheiro da AFPEPSP); os juizes assessores da Presidência Ricardo Felício Scaff, Deborah Ciocci e Kleber Leyser de Aquino; desembargadores;



magistrados; servidores e familiares.

Luís Sérgio Schiachero (foto acima com Renato Nalini, e abaixo, com Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva), vice-presidente do Conselho Fiscal da AFPEPSP, foi um dos homenageados com o Diploma Ramos de Azevedo.



## SAÚDE

### Novembro Azul

Nesta edição do jornal estamos destacando a campanha mundial de saúde “Novembro Azul”, com o símbolo do laço na capa e em algumas páginas.

Trata-se de um alerta sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de próstata e outras doenças masculinas.

Segundo o urologista Fábio Vicentini, médico do Centro de Saúde de Referência do Homem, “é importante que o homem não espere ter sintomas para procurar o médico”, alerta o especialista. De acordo com o urologista, alguns casos são assintomáticos. “Homens com histórico na família ou negros precisam procurar um especialista a partir dos 40 anos de idade”, explica. Já os demais, podem ser avaliados depois dos 50 anos. Há casos em que o corpo dá sinal de alerta, como dores fortes ao urinar, jato fraco, dores abaixo do umbigo ou nas costas.

No Brasil, o câncer de próstata é o segundo mais comum entre os homens. Em valores absolutos, é o sexto tipo mais comum no mundo e o mais prevalente em homens, representando cerca de 10% do total de cânceres. Sua taxa de incidência é cerca de seis vezes maior nos países desenvolvidos.

Fontes: INCA e Portal do Governo do Estado

### Missão AFPEPSP

Defender os interesses dos servidores públicos associados, promovendo ações de atendimento nas áreas de esporte, lazer, recreação, cultura, saúde e educação, visando à qualidade de vida dos associados, atuando de forma integrada e harmônica para o alcance dos seus objetivos.

Fonte: TJSP

**Aproveite**  
as parcerias da AFPEPSP.  
**Descontos exclusivos**  
para associados!!

Compre pelo site ou por telefone\*:

**Walmart** 

[www.walmart.com.br/afpesp](http://www.walmart.com.br/afpesp)  
3003.6000

**COMPRA CERTA**  
  
SONY  
make.believe

[www.compracerta.com.br/afpesp](http://www.compracerta.com.br/afpesp)  
4004 0019 (capitais e regiões metropolitanas)  
0800 722 0019 (demais localidades)



\*informe o código: **AFPEPSP**

Consulte o site da AFPEPSP: [www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)

**AFPEPSP**

## UNIDADES DE LAZER

# AFPESP compra Pousada em Monte Verde (MG) e pode abrir hospedagem em novembro

**M**ais uma conquista dos associados! Com essa frase, o presidente da AFPESP, Antônio Carlos Duarte Moreira, resumiu o planejamento e a compra da Pousada Moinho Velho, na cidade de Monte Verde, Minas Gerais.

A assinatura da escritura foi em 1º de outubro, na Sede Social, e no dia 3 de outubro, uma breve solenidade para a entrega das chaves.

A Pousada Moinho Velho tem 29 chalés, com variadas acomodações e lareiras, num terreno com 11.122 m<sup>2</sup> de muita área verde e um prédio administrativo de arquitetura regional.

Há em Monte Verde um clima especial para os turistas, com atrações no comércio que incluem, por exemplo, o chocolate artesanal, o famoso queijo mineiro, além de vinhos, roupas de lã, sapatos e cerâmicas. A temperatura é amena, de montanha, com máximo de 28 graus no verão e até -10 graus no inverno.

A cidade é um distrito de Camanducaia e fica ao sul do Estado de Minas Gerais, no alto da Serra da Mantiqueira, a 170 km de São Paulo. A comida mineira dispensa apresentação e na cidade de Monte Verde ainda existem boas opções da gastronomia alemã.

Duarte Moreira ainda fez um retrospecto do planejamento da aquisição da nova Unidade de Lazer em Monte Verde, agradecendo a Comissão que avaliou os imóveis, coordenada por João Baptista Carvalho.

Vale registrar que a assinatura da escritura de compra da Pousada Moinho Velho, em Monte Verde, foi prestigiada por João Baptista Carvalho (2º vice-presidente), lasuey Homma (1º tesoureiro e na ocasião representando o Diretor Econômico-Financeiro), Reynaldo dos Anjos (coordenador das ULs), Joaquim de Camargo Lima Júnior (coordenador Chefe de Gabinete), Audrey Schlossmacher Gallarreta (gerente das ULs), os advogados da Associação Hécio Giorgi Filho e Caio Amorim e Sônia Conceição (escrivã).

### Abertura para os associados

As equipes administrativas estão acertando pequenos detalhes, com objetivo de abrir as vagas, possivelmente, no mês de novembro. Acompanhe no *site* da AFPESP ([www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)) as novidades.



## CULTURA

## 4º Encontro de Corais AFPEP celebra a música como instrumento de qualidade de vida

A Coordenadoria de Educação e Cultura promoveu, em 3 de outubro, o 4º Encontro de Corais AFPEP com oito grupos de coralistas: Coral AFPEP, Coral Agnus Dei, Coral Vozes de Santana, Coral Conviver Ocian, Coral Sefaz, Coral Grande Coro de São Paulo, Coral Mestras Cantoras do Centro do Professorado Paulista e Coral Cantares de Espanha. O evento foi realizado no Teatro Gamaro, em São Paulo. “Neste encontro, regentes e coralistas de diversos coros propõem uma integração artística, em que a boa música é o trilha enlevado a conduzir-nos pelo caminho da emoção”, disse Maria Edna Roza, coordenadora de Educação e Cultura, na abertura do espetáculo.

O presidente da AFPEP, Antônio Carlos Duarte Moreira, falou sobre a história do Coral AFPEP, que foi uma iniciativa do maestro Roberto Zeidler, parabenizando os atuais integrantes e agradecendo as presenças dos demais corais, que abrilhantaram o show musical. Duarte Moreira ainda comentou sobre a gravação de um DVD do Coral AFPEP, que dever ser um novo projeto para 2016.

Também compareceram João Baptista Carvalho (2º vice-presidente) e Edvar Pimenta (conselheiro).

As vozes encantaram a plateia, com interpretações especiais de autores como Tom Jobim (Águas de Março); Luiz Gonzaga (Vida de Viajante), Cole Porter (Let's do it), Heitor Villa-Lobos (Trenzinho Caipira, parte de As Bachianas); Casiano (Primavera) e Chico Buarque (Todo Sentimento). O Coral Vozes de Espanha apresentou peças da cultura, entusiasmando o público.

No encerramento, o Coral AFPEP, as bailarinas e a cantora Elizabeth de Oliveira promoveram uma celebração à música, à dança e à arte.

Entre as coralistas, Ariane Cristina Marquezini, servidora pública da Secretaria da Fazenda, comentou: “A música melhora a qualidade de vida, a motivação no trabalho e até a produtividade. Eu já cantava e agora com o maestro estou conhecendo mais técnica vocal”.



Maria Edna e Duarte Moreira



Coral AFPEP



Ariane

Loretana

A professora Loretana Paollieri Pantera, fundadora do Coral Mestras Cantoras, e vice-presidente do CPP, completa: “Precisamos de música nas escolas, porque promove o desenvolvimento global e o equilíbrio das emoções. Parabéns a AFPEP pela oportunidade e também por incentivar a arte e a cultura entre os servidores públicos”.



Coral da Sefaz



Coral Cantares de Espanha



Coral Grande Coro de São Paulo



Coral Mestras Cantoras



## Virada da Maturidade

O grupo de Teatro da AFPEP participou da Virada da Maturidade, em São Paulo, de 1 a 4 de outubro. Os atores do Grupo Rádio Ilusão, sob direção de Jorge Julião, apresentaram a peça “Quando o Mundo Tinha a Nossa Idade”, no Centro Cultural Chico Science. A peça, em tom de comédia, promove a reflexão da plateia sobre o que é felicidade, com texto fragmentado de lembranças, sonhos e aspirações.

## FINANÇAS PESSOAIS

Roberto Macedo\*

## O que fazer com o 13º salário?



Próximo do fim de ano o Dieese (Departamento Intersindical de Estatísticas e Estudos Socioeconômicos) divulga os números do pagamento do 13º salário. Os de 2015 ainda não saíram, mas os do ano passado mostram o enorme alcance desses números.

Em 2014 a previsão foi a de que 84,7 milhões de pessoas receberiam um total de R\$157,7 bilhões por conta do 13º. Esse total equivalia a cerca de seis vezes o valor anual de todos os pagamentos do programa Bolsa Família em 2014. O valor médio seria de R\$1.774 por pessoa. Seguem dicas sobre o que fazer com o 13º. Para começar, deve ser separado do salário usual, e tratado como dinheiro extra antes da destinação final. Esta não deve incluir gastos usuais como alimentação, habitação, transporte, serviços públicos etc., a serem cobertos pelos 12 salários mensais recebidos ao longo do ano. O 13º chega numa época de despesas extras, de celebração do Natal e da virada do ano. Seria frustrante não dar presentes nem comemorar a chegada de 2016, até porque já se sabe que 2015 foi um ano ruim para os brasileiros. Será bom deixá-lo para trás. Sobre comprar presentes e seus preços, hoje há tantas opções que é possível fazer uma lista que não aperte orçamentos de pessoas como os servidores públicos estaduais. Mas, assim como no réveillon, a moderação deve estar sempre presente. Outro destino deve ser o de atender a gastos que virão logo no início de 2016, como IPTU, IPVA, taxas de matrícula e material escolar dos filhos. E há que também reservar recursos para o seguro do automóvel. Outras despesas comuns nessa época são as de viagens para visitar parentes, para férias e para as festas do último dia do ano. As primeiras têm justificável prioridade; as demais, principalmente se envolverem hotéis e passagens aéreas de maior custo nessa época, são para quem tem orçamento para acomodá-las, respeitados prioritariamente os dois objetivos que se seguem. Primeiro, o de gastos necessários, mas postergados por negligência ou falta de recursos, como os de tratamentos dentários ou de saúde em geral, bem como os correspondentes a necessidades educacionais específicas, como os de treinamento ou reciclagem profissional, de aprendizado de línguas estrangeiras e cursos de pós-graduação, inclusive os de especialização.

Segundo, o de itens que deixei para o final para realçar a sua importância e terem maior probabilidade de lembrança pelo leitor. Trata-se de ampliar a poupança para uma reserva emergencial e investimentos rentáveis. Quanto mais jovem for uma pessoa, mais ela deve atentar para essa ampliação. E o 13º é também para pagar dívidas, exceto aquelas de aquisição de imóvel próprio, que constituem um investimento, e costumam ter prazos longos e juros baixos.

Um objetivo síntese da poupança é o de assegurar Natais e Anos-Novos financeiramente felizes por toda a vida.

**Roberto Macedo** é doutor em Economia pela Universidade Harvard (EUA), e servidor público estadual aposentado, pela USP.



NOVEMBRO AZUL

O alerta contra o câncer de próstata

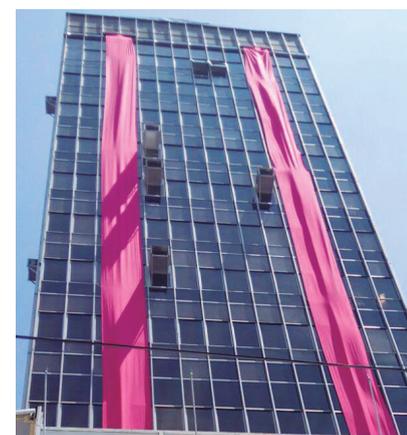
## AFPEP apoia a Campanha de Prevenção do Câncer de Mama

A Associação dos Funcionários Públicos do Estado de São Paulo, pela primeira vez, em solidariedade à campanha de saúde da mulher, conhecida como Outubro Rosa, ilumina a Sede Social e coloca faixas externas na cor rosa, para integrar-se ao movimento.

O movimento, internacionalmente conhecido como Outubro Rosa, é comemorado em todo o mundo. O nome remete à cor do laço rosa que simboliza a luta contra o câncer de mama e estimula a participação da população, empresas e entidades. Esta ação teve início nos Estados Unidos, onde vários Estados mantinham atividades isoladas referentes ao câncer de mama e ou à mamografia durante o mês de outubro. Posteriormente, com a aprovação do Congresso Americano, o mês de Outubro passou a ser o mês nacional, no país, de prevenção do câncer de mama.

A história do Outubro Rosa remonta à última década do século 20, quando o laço cor-de-rosa foi lançado pela Fundação Susan G. Komen for the Cure e distribuído aos participantes da primeira Corrida pela Cura, realizado em Nova York, em 1990 e, desde então, promovida anualmente na cidade ([www.komen.org](http://www.komen.org)).

A ação de iluminar de rosa monumentos, prédios públicos, pontes, teatros, entre outros, surgiu posteriormente, e não há uma informação oficial de como, quando e onde foi efetuada a primeira iluminação. O importante é que foi uma forma prática para que o Outubro Rosa tivesse uma expansão cada vez mais abrangente para a população e que, principalmente, pudesse ser replicada em qualquer lugar, bastando apenas adequar a iluminação já existente. Com informações de [www.komen.org](http://www.komen.org)



## Serviço de Atualização Cadastral - SAC



O SAC é um **novo serviço** de contato com o Associado, para **atualização e regularização de cadastro** social na AFPEP. A equipe de atendimento é formada pela sra. Guiomar Silva, Assistente da Diretoria Econômico-Financeira, que atende pelo telefone (11) 3115-6397, e suas assistentes de atendimento ao associado, que podem ser contatadas pelos seguintes canais:

Atendente	Telefone	E-mail
Érika	(11) 3113-3726	epracero@afpesp.org.br
Ivanice	(11) 3113-3721	ivmsilva@afpesp.org.br
Michele	(11) 3113-3723	mibarbos@afpesp.org.br
Lurdes	(11) 3113-3724	msylvest@afpesp.org.br

O atendimento pessoal é realizado na **Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 88 - conj. 504**  
Sé - São Paulo - CEP 01017-010 (prédio em frente à Sede Social).  
Aproveite este novo canal de relacionamento e atualize seus dados!

## RELAÇÕES INSTITUCIONAIS

# Presidente da AFPEsp ministra palestra no XIII Congresso Ítalo-Brasileiro

O presidente da AFPEsp, Antônio Carlos Duarte Moreira, no dia 22 de outubro, realizou palestra sobre Dignidade Humana e Associativismo. “Responsável pela formulação clássica de dignidade humana, o alemão Immanuel Kant, no livro ‘Fundamentação da Metafísica dos Costumes’, de 1785, defendia que as pessoas deveriam ser tratadas como um fim em si mesmas, e não como um meio (objetos), e que assim formulou tal princípio: ‘No reino dos fins, tudo tem ou um preço ou uma dignidade. Quando uma coisa tem preço, pode ser substituída por algo equivalente; por outro lado, a coisa que se acha acima de todo preço, e por isso não admite qualquer equivalência, compreende uma dignidade’”, disse Duarte Moreira.

O XIII Congresso foi realizado de 21 a 23 de outubro, sendo presidido pelo professor doutor Raffaele Palumbo e coordenado pelo professor doutor Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva, esse conselheiro da AFPEsp.

A abertura contou com a palestra do desembargador Renato Nalini, presidente do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, que falou sobre “Os Desafios da Justiça Criminal e a Dignidade Humana”. Neste mesmo dia, os palestrantes Eros Piceli e Artur Marques da Silva Filho completaram a programação, cada um em sua especialidade, abordando aspectos da Dignidade Humana. O colóquio ainda contou com apresentações de Guido Arturo Palomba, José Geraldo Brito Filomeno, Kleber Leyser de Aquino, Flávio Fernandes Paccetta, Guido Barrella, Gaspare Dalla, William José Carlos Marmonti Di Gaeta, Carlos Eduardo Silos de Araújo, Raffaele Palumbo, Juliana Maria Finati e Ricardo Cardozo de Melo Tucunduva.

O evento foi realizado em dias e locais diferentes: Palácio da Justiça (21/10); Associação Paulista de Medicina (22/10) e Fórum de Serra Negra (23/10).

O Congresso é organizado pelo Instituto Internacional de Estudos de Polícia Judiciária (Interpoj), associação que tem por finalidade promover, incentivar, e congregar os estudiosos dos assuntos concernentes às atividades das Polícias Judiciárias do Brasil e do exterior, para uma troca permanente de conhecimentos e experiências, visando a difusão e ao aperfeiçoamento dos métodos de combate ao crime.



Antônio Carlos Duarte Moreira, presidente da AFPEsp, na palestra proferida na APM



Renato Nalini, presidente do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, na abertura do evento



Coordenador do Congresso, Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva, na abertura, no Palácio da Justiça



Artur Marques da Silva Filho, também conselheiro da AFPEsp, durante a palestra

## Curiosidades dos 85 anos AFPEsp 2016



1952  
Campos do Jordão

Setembro de 1952, quatro professores de Educação Física ganham um prêmio especial: cinco dias de estada na Unidade Recreativa e de Lazer da AFPEsp, em Campos do Jordão. A honraria foi concedida porque no mesmo ano, depois do encerramento dos jogos estaduais, no Estádio do Pacaembu, o grupo de apresentação de ginástica foi convidado para fazer a mesma demonstração no Estado do Rio de Janeiro. Os professores eram da Escola de Educação Física do Estado e entre eles o Professor Walter Giro Giordano (acima na foto no carro Citroën, que era de outro professor), atual coordenador de Esportes da AFPEsp. A hospedagem em Campos do Jordão foi uma grande alegria para o grupo. Eles receberam diversos convites para outras solenidades, entre eles a inauguração da Colônia da Força Pública, hoje Polícia Militar. O Professor Walter Giordano participou de todas as atividades e recorda com emoção o evento mais importante de sua vida. “No baile de inauguração da Colônia, conheci Hermínia de Carvalho que foi minha esposa e mãe dos meus filhos. É uma alegria lembrar deste momento, da vivência na Unidade da AFPEsp de Campos do Jordão e tudo mais que a viagem me proporcionou. A AFPEsp faz parte da minha história de vida”.



## Seguro de Vida em Grupo da AFPEsp - Proteção para você e sua família!

Morte Natural, Acidental e Invalidez Permanente Total ou Parcial por Acidente - Plano exclusivo com valores abaixo do mercado!

Assistência a Pessoas: extravio de bagagem, remoção médica, repatriamento, etc..

Assistência a Residência: encanador, chaveiro, faxineira, etc..

Assistência ao Automóvel: guincho e socorro mecânico.

CAPITAIS	FAIXA ETÁRIA - PRÊMIOS							
	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55	56-60	61-65
20.000	6,54	7,26	7,92	10,00	14,06	18,86	27,30	37,32
35.000	11,45	12,71	13,86	17,50	24,61	33,01	47,78	65,31
50.000	16,35	18,15	19,80	25,00	35,15	47,15	68,25	93,30
80.000	26,16	29,04	31,68	40,00	56,24	75,44	109,20	149,28
100.000	32,70	36,30	39,60	50,00	70,30	94,30	136,50	186,60

Consulte outros valores - Reajuste anual pelo IPCA e por faixa etária.

CAPITAIS	FAIXA ETÁRIA - PRÊMIOS							
	26-30	31-35	36-40	41-45	46-50	51-55	56-60	61-65
120.000	39,24	43,56	47,52	60,00	84,36	113,16	163,80	223,92
160.000	52,32	58,08	63,36	80,00	112,48	150,88	218,40	298,56
200.000	65,40	72,60	79,20	100,00	140,60	188,60	273,00	373,20
250.000	81,75	90,75	99,00	125,00	175,75	235,75	341,25	466,50
300.000	98,10	108,90	118,80	150,00	210,90	282,90	409,50	559,80

4 Sorteios de Capitalização (R\$ 5 mil cada) e 2 Sorteios de Hospedagem gratuita nas Unidades de Lazer da AFPEsp.

Saiba mais: 11 3105 9666 ou 0800 726 9666 | [www.segurodevida.afpesp.com.br](http://www.segurodevida.afpesp.com.br)

Programa de Orientação e Preparação  
para Aposentadoria do Servidor Público Associado



Preparando você para outra fase da vida

## A religiosidade na vida



Aproximadamente 70 pessoas acompanharam, no dia 21 de outubro, a palestra do professor Robson Barbosa sobre a questão da religiosidade na vida. O evento foi uma ação do Programa Nova Etapa que objetiva preparar os servidores públicos para a fase da aposentadoria. O professor Robson Barbosa, de forma científica, demonstrou como a religiosidade pode ajudar as pessoas na transposição dos momentos da vida.

O Nova Etapa é coordenado por Luiz Manoel Gerales, que abriu os trabalhos. A palestra foi prestigiada por membros do programa, como Thais Helena Costa, Leda Regina Machado de Lima, Leticia Jobert Andrade de Melo, Elvira Sttipe Bastos, Lizabete Machado Ballesteros, José Luiz Riani Costa e Amarilis Maria Muscari Riani Costa; pela coordenadora Social da AFPESP, Adelaide Botignon Martins e por Elza Barbosa da Silva, conselheira da Associação. Na ocasião, Thais Helena Costa (1ª vice-presidente), representando o presidente Antônio Carlos Duarte Moreira, recebeu o relatório de atividades do segundo ano do programa.



### Agenda - Novembro

**24/11** - (terça-feira) às 14 horas, no auditório da Sede Social (3º andar), palestra sobre "Planos de Saúde no Brasil - Impacto na Vida do Servidor que se Prepara para a Aposentadoria", com o advogado Marcos José Marques de Almeida.

## Eleições AFPESP 2015: conheça os candidatos às vagas do Conselho Deliberativo



**NOVEMBRO AZUL**

O alerta contra o câncer de próstata

**A**FPESP informa que no dia **5 de dezembro de 2015, das 9 às 17 horas**, na Sede Social, São Paulo (Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155), será realizada a eleição de renovação parcial dos membros do Conselho Deliberativo da entidade. Os candidatos abaixo relacionados, **em ordem alfabética**, concorrerão às 26 vagas para o mandato de 2016 a 2021.

### Nome

Ana Maria Villela Alvarez Martinez  
Antonio Carlos de Castro Machado  
Antonio Luiz Pires Neto  
Artur Marques da Silva Filho  
Benedito Vicente da Cunha  
Cassio Juvenal Faria  
Edison Moura de Oliveira  
Eduardo Quadros  
Edvar Pimenta  
Elza Barbosa da Silva  
Ester Mirian Belo Rodrigues  
Feres Sabino  
Gilmar Belluzzo Bolognani  
Helena Niskier  
José Carlos Carone  
Josemary Rosas  
José Oswaldo Pereira Vieira  
Leda Regina Machado de Lima  
Luiz Manoel Gerales  
Luiz Reynaldo Telles  
Luzinete Umbelina da Costa Lopes Araujo  
Magalí Barros de Oliveira  
Márcia Moreno Duarte Moreira  
Maria Auxiliadora Murad  
Maria das Graças da Silveira  
Maria Edna Silva Roza  
Maria Regina Freire Martins  
Matheus Falconi Fialho  
Meire Eveli Tamen  
Norival José Pereira  
Paulo César Corrêa Borges  
Paulo Lucas Basso  
Pedro Issamu Tsuruda  
Regina Maria de Oliveira Moraes  
Renato Del Moura  
Romeu Benatti Júnior  
Romeu Musetti  
Rosangela Santana Shigemoto  
Rosemari Braga do Rosário  
Ruy Galvão Costa  
Sérgio Afonso Pilão Cunha  
Vera Lucia Pinheiro Morgado

### Localidade

São Paulo  
São Paulo  
São Paulo  
Jundiaí  
Campinas  
São Paulo  
Campinas  
São Paulo  
São Bernardo do Campo  
São Paulo  
Campinas  
Ribeirão Preto  
São Paulo  
São Paulo  
Bragança Paulista  
Santos  
São Paulo  
São Paulo  
São Paulo  
Piracicaba  
São Vicente  
Taboão da Serra  
São Paulo  
São José Rio Preto  
Jacareí  
São Bernardo do Campo  
Santos  
São Paulo  
São Paulo  
Guarulhos  
Campinas  
São Carlos  
São Paulo  
São Paulo  
Itu  
São Paulo  
Ribeirão Preto

## EVENTOS

## “Parece um sonho!”

Ao término do show do cantor Roberto Carlos, pelos corredores de acesso às portas de saída, muitos associados repetiam “parece um sonho”. A plateia ficou como que hipnotizada com a apresentação do expressivo ídolo brasileiro, que comove muitas gerações. Muitas lágrimas durante o espetáculo marcaram momentos de emoção e o coro uníssono ajudou a abrilhantar, ainda mais, as músicas “Nossa Senhora” e “Como é grande o meu amor por você”.

O cantor Roberto Carlos interpretou seus mais famosos sucessos e saudou a plateia, agradecendo a AFPESP e a Qualicorp pela oportunidade de comemorar o Dia do Servidor. Em todos os momentos, muito aplaudido, o cantor demonstrava seu carisma e simpatia, conversando, contando um pouco da história de cada música. Elogiou seus músicos e ficou por quase cinco minutos distribuindo rosas brancas e vermelhas, que as associadas que conseguiam pegar seguravam como um troféu.

O show de 2015 foi organizado pela Coordenadoria de Eventos, sob a responsabilidade da conselheira Márcia Moreno Duarte Moreira. A parceria de patrocínio incluiu como empresa principal a Qualicorp, mas também contou com o apoio da Arin Corretora de Seguros, Compra Certa e NTP Marketing Promocional. Neste ano, cerca de 20 mil associados tentaram conseguir os ingressos, que foram vendidos aos primeiros quatro mil associados.

As Unidades Regionais organizaram excursões, promovendo a real integração dos servidores públicos do Estado, em comemoração ao Dia do Servidor. Na plateia, entre diretores, conselheiros e coordenadores, registramos as presenças de Arnaldo Faria de Sá (deputado federal), Carlos Giannazi (deputado estadual) e Glauco Castilho Dall’Antonia (Vice-Almirante e Comandante do 8º Distrito Naval) e seu Estado Maior.

O presidente da AFPESP, Antônio Carlos Duarte Moreira, agradeceu a presença de todos os associados que participaram desse grandioso evento, que também realiza uma ação social e solidária. “Os recursos que obtivemos com as vendas dos ingressos serão todos destinados a instituições assistenciais”.

Roberto Carlos foi sempre um pedido de todos para esta comemoração associativa. A plateia, de forma geral, saiu em êxtase por ter vivido momentos de pura magia: “É o Rei. É único!”, disseram.



Roberto Carlos, o rei da noite, entregando rosas aos fãs no término do show



Antônio Carlos Duarte Moreira, presidente da AFPESP



Plateia formada por servidores das mais diversas cidades



Associados sorteados, que ganharam prêmios

## Histórias de fãs



### Realização de um sonho

“Aos 66 anos, com mais da metade desse tempo ouvindo as canções de Roberto Carlos, finalmente vou assistir ao seu show. Sinto-me feliz, pois era um sonho antigo que estou realizando, graças à AFPESP”. (Valdir de Pinho e esposa Sueli Sorares Pereira - **Santos**)



### Primeiro show

Claudia Braga, filha da associada Adelina Braga, traz a mãe ao show como um presente. A senhora Adelina sempre foi fã do cantor, assistindo anualmente pela televisão ao famoso Especial do Roberto Carlos. Em 2015, com diagnóstico de uma grave doença, a filha promoveu a realização de um sonho antigo, pois as músicas do Rei foram a trilha sonora do casamento que durou mais de 30 anos. (Adelina e Claudia Braga - **Ribeirão Preto**)



### Nós que amamos o Rei

De **São Carlos**, Catia Aparecida Silva Santilli (20 shows); Luzia Chudes Generoso (2 shows) e Rosilene Cassia M. Andreossi (8 shows).



### Vida em versos

“Trago, não uma história romântica como seria esperada, mas sim um pouco de uma vida. Cresci ao som do rei, sempre com presença muito importante em todos os momentos, mas que som poderia melhor representar e nos remeter aos anos em que temos na inocência a sabedoria? Ganhei muitos amigos, senti e sinto muitas saudades por ter partido e muitas vezes a vida me viu chorar sorrindo, mas chego a este momento com a pessoa que me apresentou o mundo e me ensinou tanto, sabendo que estamos em paz com a vida e com que ela nos traz, tentando ser otimistas demais e podemos concluir que se choramos ou se sorrimos o importante é que emoções continuamos vivendo”. (Claudia Roberta de Oliveira Prado - **Botucatu**)



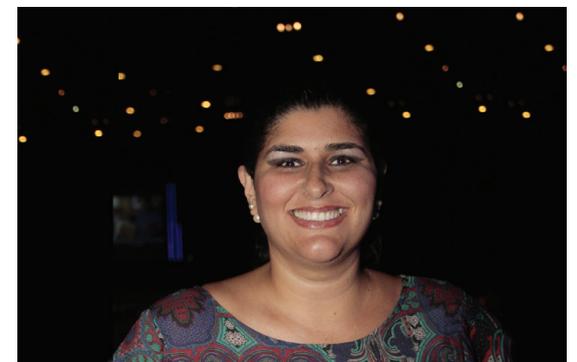
### Esperança de vida

A associada Maria das Dores dos Santos morou no Orfanato Lar e Escola Nossa Senhora do Perpétuo Socorro, em Montes Claros (MG). Foi lá, aos nove anos de idade, que viu um show do Roberto Carlos pela primeira vez. O cantor, sensibilizado com a história do orfanato, reverteu a renda do espetáculo para as Freiras Franciscanas que cuidavam das crianças, mais ou menos no ano de 1961. Maria das Dores tornou-se fã do cantor e por meio da Regional de **Campinas** está vendo mais uma vez seu grande ídolo.



### Como é grande meu amor...

Milton Moraes, marido de Aurea Alves, trouxe a esposa, fã de Roberto Carlos desde menina. Aurea ficou emocionada quando soube do show promovido pela Associação, mas até o dia 31/10 não sabia que estaria na plateia. O senhor Milton fez uma surpresa para a esposa. “Índia é a música que ela mais gosta e nossa história começou também com outra canção de Roberto, ‘como é grande o meu amor por você’”. (Milton Moraes e Aurea Alves - **Botucatu**)



### Alegria

A associada Juliana Oliveira Coelho realiza um sonho de ver o show do cantor. “Meu pai, quando eu era criança, cantava as músicas do Roberto Carlos no chuveiro. Era uma festa. Ele desafinava, cantava com notas agudas e graves. A música do caminhoneiro era sua preferida. Não pude trazê-lo, mas estou com o coração cheio de alegria de viver este momento”. (**São José dos Campos**)

### Fã incondicional

**Rosane Santiago Portásio, de Santos**, diz viver nas ondas sonoras do Rei. “Há 28 anos minha filha subiu no palco da escola, no dia das mães, e cantou ‘como é grande o meu amor por você’; eu me recuperei de um grave acidente com os versos de “Fera Ferida”. Nos momentos alegres e tristes, Roberto Carlos sempre esteve comigo.

## CONSELHO DELIBERATIVO

**Presidente:** Álvaro Gradim

**Vice-Presidente:** Paulo Lucas Basso

**1º Secretário:** Ruy Galvão Costa

**2º Secretário:** Mario Miyahara

Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155/4º andar,  
Sé, São Paulo. E-mail: conselho@afpesp.org.br

# Resumo da Ata da 9ª Reunião Ordinária do Conselho Deliberativo realizada em 24 de setembro

O Conselho Deliberativo sob a Presidência do Conselheiro **Álvaro Gradim** e demais membros da Mesa Diretora, após declarar aberta a 9ª Reunião Ordinária do Conselho Deliberativo da AFPESP, teve início em cumprimento à convocação expedida anteriormente.

### PEQUENO EXPEDIENTE

Apreciação e votação a Ata da reunião anterior. Após as observações e correções a ata da reunião anterior foi aprovada.

**Conselheiro Ruy Galvão Costa:** Comunicado da Coordenadora de Educação e Cultura: Homenagem à Professora **Elvira Stippe Bastos**, por sua atuação significativa na história da AFPESP. Convite para o Encontro de Corais AFPESP, dia 3 de outubro, no teatro Gamaro, antigo Anhembi-Morumbi, às 15 horas, com vista a promover integração com outros corais e valorizar o trabalho do Coral AFPESP.

**Comunicado da Diretoria Executiva:** Informa que a Senhora Maria das Dores de Oliveira Fernandes, a partir do dia 15 de setembro, assume o cargo de Supervisora da Unidade Regional de Bauru.

**Comunicado da Diretoria Executiva:** Informa que a Senhora Maria Cecília Cardoso de Oliveira, a partir do dia 15 de setembro, responderá pela Unidade Regional de Presidente Prudente.

**Comunicado da Diretoria Executiva:** Informa que as aquisições de móveis, decorações, paisagismos, brindes, enfeites e uniformes da Sede Social, Unidades de Lazer e Unidades Regionais passarão à responsabilidade da Coordenadora de Eventos e, excepcionalmente, pelo Setor de Suprimentos e Logística da Coordenadoria Administrativa.

**Conselheiro Mário Miyahara:** "Portaria 32/2015: Reedita a Portaria 22/2015, de 29 de maio de 2014, para alterar a composição da Comissão de Cadastramento Médico, composta pelos membros a seguir nominados, mantida vigente toda a norma de procedimento, constituída de quatro folhas, juntadas à presente reedição: **Ester Mirian Belo Rodrigues**, Marcos José Marques de Almeida, Maria Luciana Gomes da Silva, e Mariane de Souza Oliveira.

**Conselheiro Paulo Lucas Basso:** Re-



Magali Barros de Oliveira, Paulo Lucas Basso, Álvaro Gradim, Ruy Galvão Costa e Mario Miyahara

latório dos Conselheiros afastados por motivo de saúde, elaborado pela Coordenadoria de Assistência à Saúde, emitido dia 24 de setembro e desejando breve restabelecimento.

### BREVES COMUNICADOS

**Conselheira Leda Regina Machado de Lima:** O Programa de Orientação e Preparação para a Aposentadoria dos Servidores Públicos Associados da AFPESP – Nova Etapa promoveu, no dia 23 de setembro, no auditório da Sede Social, a quarta atividade do Cine Nova Etapa, com a exibição do filme Elza e Fred, do Diretor Marcos Carnevale, com posterior roda de conversa com os participantes, buscando a discussão de temas relacionados a aposentadoria, saúde e relacionamentos familiares. No dia 22 de agosto, na Unidade de Lazer de Serra Negra tivemos a exibição do filme Tio Nino, do Diretor Robert Schallcross, também seguida de uma roda de conversa. No próximo mês, promoveremos no auditório da Sede Social palestra a respeito do tema Religiosidade. Prestigiem o Programa Nova Etapa e participem das atividades voltadas aos associados próximos do período de aposentadoria ou já aposentados, pela publicação mensal no jornal *Folha do Servidor Público*. **Conselheira Maria Rosa Ascar:** Dia 27 de setembro, às 9 horas, com saída da Sede tem o passeio ciclístico da Coordenadoria de Esportes. **Conselheira Edna Pedroso de Moraes:** Fez um relato da reunião, de 21 de setembro, no plenário Tiradentes da As-

sembleia Legislativa, com a pauta do Decreto 61.466 e da reunião da Federação dos Sindicatos dos Servidores Públicos do Estado de São Paulo, presidente Lineu Neves Mazano, dia 23 de setembro, com a pauta: reajuste salarial, contratação dos aprovados com exame médico, fim da licença-prêmio, retirada de direito, nova reforma da Previdência, ajuste fiscal, PPA, Projeto Programa Anual, LDO, Lei de Diretrizes Orçamentárias, LOA e Lei Orçamentária Anual. Audiência pública com setores concursados, às 17 horas, em 7 de outubro. Iamspe: denúncia Tribunal de Contas e Ministério Público, inquérito civil, superfaturamento e problema de gestão. Escrevente nível universitário, audiência em 22 de setembro, agenda do Tribunal de Justiça. Central de Atendimento Presencial novo serviço do Iamspe para os usuários com marcações pelo telefone (11) 5583-7001 ou no site do Instituto: [www.iamspe.sp.gov.br](http://www.iamspe.sp.gov.br)

### ORDEM DO DIA

Posse do Conselheiro Suplente **Reinaldo Musetti**, como Conselheiro Efetivo, na vaga da Conselheira Vitalícia **Adelaide Botignon Martins**. Assuntos Associativos **Conselheiro Luiz Reynaldo Telles:** Infelizmente, as prioridades brasileiras são invertidas. O dinheiro dos impostos toma um rumo e o da educação toma outro bem diferente. A educação e a cultura estão substituídas pelo espetáculo da violência e pelo consumo. **Conselheiro Mário Palumbo:** Fez

## CONSELHO DELIBERATIVO

um relato sobre o seminário de meditação realizado na Unidade de Lazer de Serra Negra nos dias 17,18 e 19 de setembro com a participação de uma psiquiatra, uma psicóloga e este conselheiro, com práticas, vivências e participação de 80 pessoas.

Conselheira **Edna Pedrosa de Moraes**: Fez referência à minuta de lei municipal com sugestão do Depre para criação das Câmaras de Conciliação do Regime Especial, competentes para celebrar acordos individuais de que trata o Artigo 97, parágrafo 8º, inciso III, do ADCT, da Carta Federal, introduzido pela EC 62/200, no âmbito municipal. Manifesta ainda a preocupação dos clientes da Unimed Paulistana e algumas medidas que estão sendo tomadas para a solução desta crise.

Conselheira **Fátima Aparecida Carneiro**: Fez referência aos programas de incentivo ao turismo de algumas redes hoteleiras, que poderão servir de exemplos e contribuir para melhorar a qualidade dos serviços

oferecidos pelas nossas Unidades de Lazer.

Conselheira **Elisabeth Massuno**: Fez referência à campanha para prevenção ao uso de drogas com o tema: “Prevenção do Uso de Drogas Associada ao Comportamento de Risco”, junto com o Centro de Integração Escola Empresa, conforme publicamos na edição passada.

Conselheiro **Álvaro Gradim**: Comunica que o Diário Oficial do dia 17 de setembro publicou o edital de abertura do concurso para preenchimento de 125 vagas de Auxiliar Administrativo do Tribunal de Contas do Estado de São Paulo, com exigência de ensino médio completo. As inscrições previstas até 23 de outubro.

### GRANDE EXPEDIENTE

Patrícia Maria de Mendonça, supervisora de qualidade da AFPEP: Fez relato do monitoramento do processo relativo ao ISO 9001:2008, por meio de auditorias nas Unidades de Lazer, nas Unidades Regionais e em alguns departamentos da Sede, estabelecendo procedimentos, implantando programas como

o chamado PIQ (Programa de Incentivo à Qualidade), voltado às Unidades de Lazer, e o resultado desse programa. Também respondeu e esclareceu perguntas formuladas pelos conselheiros.



**Palestra: Marcelo Gatti Reis Lobo** atendendo a um convite do Conselho Deliberativo da AFPEP, o doutor **Marcelo Gatti Reis Lobo** (foto), discorreu sobre precatórios, a situação atual nos tribunais, respondeu a numerosas perguntas feitas pelos conselheiros esclarecendo dúvidas e situações específicas.

## Campanha do Ministério Público Federal mobiliza a sociedade contra a corrupção



**S**e queremos um país livre de corrupção, precisamos nos unir. O Ministério Público Federal acredita em um Brasil mais justo, com menos corrupção e menos impunidade. É possível transformar a indignação com a corrupção em mudanças efetivas para a sociedade.

Para acabar com o círculo vicioso de corrupção privada e pública, é preciso implementar mudanças sistêmicas e estruturais. Essas mudanças incluem o fim da impunidade, pois esta e a corrupção aparecem intimamente relacionadas em diversos estudos e pesquisas internacionais sobre esse problema.

O MPF tem trabalhado com rapidez e agilidade nos processos envolvendo crimes de

corrupção. Mesmo assim, nem sempre alcança a Justiça, porque o sistema favorece a demora, a prescrição (cancelamento do caso penal decorrente da demora) e a anulação do caso com base em formalidades.

Para construirmos uma nova realidade, o MPF apresenta dez medidas para aprimorar a prevenção e o combate à corrupção e à impunidade. As propostas objetivam Transparência, Prevenção, Eficiência e Efetividade.

As medidas buscam, entre outros resultados, evitar a ocorrência de corrupção (via prestação de contas, treinamentos e testes morais de servidores, ações de marketing/conscientização e proteção a quem denuncia a corrupção), criminalizar o enriquecimento ilícito, aumentar penas da corrupção e tornar hedionda aquela de altos valores, agilizar o processo penal e o processo civil de crimes e atos de improbidade, fechar brechas da lei por onde criminosos escapam (via reforma dos sistemas de prescrição e nulidades), criminalizar caixa dois e lavagem eleitorais, permitir punição objetiva de partidos políticos por corrupção em condutas futuras, viabilizar a prisão para evitar que o dinheiro desviado desapareça, agilizar o rastreamento do dinheiro desviado e, por fim,

fechar brechas da lei por onde o dinheiro desviado escapa (por meio da ação de extinção de domínio e do confisco alargado).

As propostas do MPF são resultado da Portaria PGR/MPF nº 50, de 21 de janeiro de 2015, assinada pelo procurador-geral da República, Rodrigo Janot. O documento permitiu a criação de comissões de trabalho compostas por integrantes da instituição, com o objetivo de encaminhar sugestões de mudança legislativa para implementar medidas de combate à corrupção. O trabalho teve início com os estudos desenvolvidos pela força-tarefa do MPF na Operação Lava Jato na primeira instância.

### Como participar?

Qualquer cidadão pode apoiar a campanha do Ministério Público Federal.

Acesse:

[www.combateacorrupcao.mpf.mp.br/10-medidas](http://www.combateacorrupcao.mpf.mp.br/10-medidas)

Neste site constam todas as informações das medidas propostas, vídeos explicativos e ainda como fazer para coletar assinaturas que vão ajudar o MPF a aprovar as propostas contra a corrupção. Participe.

**Texto e imagem do site da campanha.**

## EDUCAÇÃO E CULTURA

Atividades na CAPITAL  
Informações - Tels.: (11) 3293-9581/9579.  
E-mail: cultura@afpesp.org.br

### Programe-se - Atividades de Dezembro

4/12 – Cine AFPESP  
5/12 - Programação do Tour Prático. Circuito Natalino (Guararema)  
8/12 – Encontro Poético  
11/12 – Sarau no Karaokê  
12/12 – Jornada Cultural – Circuito Natalino  
Atenção! Datas e programação sujeitas a alterações!

### Novembro

**Antes do cinema: 6/11 (sexta-feira)**, às 13h30min, Walter Augusto Sardinha canto e humorismo e companheiros do Sarau no Karaokê.

**Cinema: Coração de Leão - O Amor não tem Tamanho**, comédia, 1h34min, Espanha/2015, não dublado

**Sarau no Karaokê: 13/11 (sexta-feira)**, às 13h30min, Edifício CBI, Rua Formosa, 367, 16º andar, Anhangabaú. Atividade acompanhada pela professora e tecladista Yara Antunes Lopes e de associados que trazem seus instrumentos musicais. Chegue às 13h30min para escolher suas músicas.

**Jornada Cultural: 28/11 (sábado)**, Circuito Saberes Populares (São Francisco Xavier/São José dos Campos). Inscrições no dia 3 de novembro. Duração: 10 horas. Telefones: 11 3293-9579/3293-9581. Vagas limitadas.

**Um Pouco de Poesia nas Agruras do Dia a Dia: 24/11 (terça-feira)**, às 11 horas, Rua Venceslau Brás, 206, 7º andar. A cada encontro, fazemos sorteio de 2(dois) vales-presentes para o público.

### Outras atividades

⇒ **Curso de Informática e Manejo Celular.** A interatividade cursos nasceu com a missão de tornar a tecnologia acessível à terceira idade utilizando um método simples e prático. Inscrições e informações: 11- 3106-9466

⇒ **Inglês para Viagem.** Curso intensivo de 1(um) mês (janeiro de 2016). Matrículas Abertas. Telefones: 11-3293-9519.

**Filmoteca.** Temos mais de 600 filmes disponíveis para empréstimo. Escolha até três títulos e curta-os em sua casa. Veja a lista no site.

**Espaços Expositivos.** Para informações e agendamentos, entrar em contato com: Isa Ferrari. Telefone: 11- 3293-9583

**Cheque Teatro.** Você gosta de teatro? Então compre já o seu cupom cheque teatro por apenas R\$ 2,00. Ele lhe dará direito a uma entrada grátis e até 50% de desconto para o acompanhante pagante. Informe-se pelo telefone: 11- 3293-9581. Confira todas as peças no site [www.chequeteatro.com.br](http://www.chequeteatro.com.br)

Peças recomendadas: **Frida y Diego**, Teatro Bela Vista, com Leona Cavalli e José Rubens Chachá e **MacBeth, a peça escocesa**, Teatro Brigadeiro.

**Cinemark.** Adquira o seu ingresso, com preço vantajoso. À venda também em Campinas, Ribeirão Preto, Santos, São Bernardo do Campo, São José dos Campos e Osasco.

**Novos Cursos de Artesanato. Arte**

**Francesa.** A arte francesa consiste na sobreposição de gravuras de papel proporcionando um efeito de profundidade e movimento a uma imagem plana.

**Patchwork Embutido.** O patchwork embutido é uma técnica que dispensa o uso de linha e agulha e serve-se da técnica de encapar apliques com tecido, que serão afixados em utilitários decorativos, como caixa de madeira, por exemplo.

**Pátina e imitação de madeira de demolição.** A pátina é uma pintura decorativa, que cria um efeito rústico de pintura envelhecida e pode ser aplicada sobre madeira, metal, paredes e outras superfícies.

**Estamos fazendo lista de espera para os seguintes cursos:** Desenho Artístico, Técnica de Pintura Acrílica em Tela, Aquarela, Ateliê Livre de Pintura, Desenhando Retrato, Escultura em Plastilina, Mosaico, Encadernação Básica com Rami, Encadernação Básica com Cadarço, Encadernação Artística, Cartonagem e Álbuns, Pintura em Seda, Pintura em Porcelana, Prática de Violão, Prática de Violino, Prática Musical, Teatro para Jovens e Crianças.

### Cursos de Dança

⇒ **Zumba na hora do almoço:** 12 horas. lista de interessados: 11- 3293-9579/81.

⇒ **Zumba – matrículas abertas** sextas, 8 às 8h45min, 6 vagas e das 9 às 9h45min, 5 vagas.

⇒ **Clube Flex (alongamento)** terças, às 16h30min, 5 vagas quintas, às 13 horas, 10 vagas.

⇒ **Ballet Clássico** Vagas para adultos manhã, tarde e noite. consulte outros horários: 11- 3293-9585.

⇒ **Dança Terapia** Lista de interessados para novo grupo.

⇒ **Dança do Ventre** segundas, 17h30min às 18h30min, 6 vagas quintas, 17h30min às 18h30min, 8 vagas.

⇒ **Dança de Salão** sextas, 15 às 16 horas/16 às 17 horas iniciante das 17 às 18 horas/18 às 19 horas.

⇒ **Flamenco** sextas, 10 às 11 horas/12 às 13h30min.

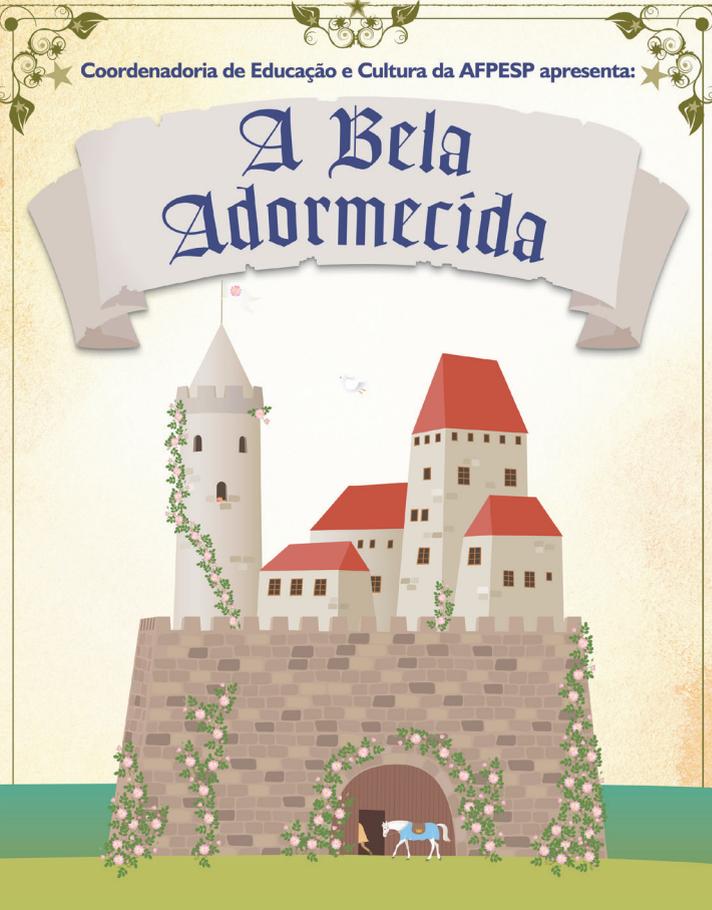
⇒ **Jazz Jovem** terças, 15 às 16h30min, 7 vagas.

⇒ **Ritmos** quartas, das 10 às 11 horas, 2 vagas.

⇒ **Curso de Teatro.** Teatro jovem: de 12 a 17 anos pré-inscrição; Teatro infantil: de 7 a 11 anos pré-inscrição; Teatro adulto: acima de 30 anos, reserva de vagas para o ano de 2016. Ligue: 11-3293-9579/3293-9581 para deixar seu nome.

Coordenadoria de Educação e Cultura da AFPESP apresenta:

# A Bela Adormecida



Ballet AFPESP  
16 de dezembro de 2015, às 20h | Teatro Gamaro

Ingressos à venda a partir do dia **17 de novembro**, por R\$ 30,00. Informações: 11- 3293-9579 / 3293-9581

Coordenadoria de Educação e Cultura apresenta:



Grupo Teatral Rádio Ilusão em:

## QUANDO O MUNDO TINHA A NOSSA IDADE

A peça do Grupo Teatral Rádio Ilusão nos faz sorrir, brincar e aproveitar a vida.

Lembrar de uma época ingênua em que acreditar era a forma mais especial de mudar, viver e ser feliz!

**DE 7 A 29 DE NOVEMBRO**  
AOS SÁBADOS ÀS 18H E DOMINGOS ÀS 17H

Teatro Commune - Rua da Consolação, 1218 (Estacionamento ao lado)  
Telefones: (11) 3476-0792 / 3807-0792

# AFPESP

*Servidor Público:  
Venha cuidar da sua saúde  
com qualidade e economia.*

Para você ter os melhores planos de saúde,  
pelo melhor preço, **a Qualicorp está do seu lado.**<sup>1</sup>  
São inúmeras opções com o melhor da medicina  
para você escolher uma que atenda às suas necessidades.

Somos líder de mercado e administramos  
os planos de milhões de brasileiros. Temos parceria  
com a AFPESP e mais de 500 entidades de classe  
e utilizamos a força dessa coletividade para negociar  
**preços mais baixos para você.**<sup>1</sup>

Planos  
a partir de **R\$ 156**  
(valor mensal por pessoa)<sup>2</sup>



*Opção, qualidade  
e credibilidade.*



*Ligue agora e venha economizar com a Qualicorp.*

# 0800 799 3003

De segunda a sexta-feira, das 9h às 21h; aos sábados, das 10h às 16h.

[www.qualicorp.com.br/anuncio](http://www.qualicorp.com.br/anuncio)

 **Qualicorp**  
*Sempre do seu lado.*

Bradesco Saúde:

ANS nº 005711

Amil:

ANS nº 326305

SulAmérica:

ANS nº 006246

<sup>1</sup>Preços e condições obtidos pela negociação coletiva da Qualicorp com as operadoras de saúde parceiras. <sup>2</sup>R\$ 155,95 – Bradesco Saúde Nacional Flex E CA Copart (registro na ANS nº 471.796/14-1), da Bradesco Saúde, faixa etária até 18 anos, com coparticipação e acomodação coletiva (tabela de julho/2015 – SP).

Planos de saúde coletivos por adesão, conforme as regras da ANS. Informações resumidas. A comercialização dos planos respeita a área de abrangência das respectivas operadoras de saúde. Os preços e as redes estão sujeitos a alterações, por parte das respectivas operadoras de saúde, respeitadas as disposições contratuais e legais (Lei nº 9.656/98). Condições contratuais disponíveis para análise. Setembro/2015.

Qualicorp  
Adm. de Benefícios:  
ANS nº 417173

**REGIONAIS**

## São Carlos, uma Regional instalada em local com muita natureza

A Unidade recém instalada, em área de 2.300m<sup>2</sup>, tem um atrativo a mais que os associados estão gostando de conhecer: o pomar, variedade de árvores frutíferas. Além deste encanto, a Regional agenda excursões regulares, programadas com profissionalismo para que todos possam desfrutar do melhor que as Unidades de Lazer da AFPEPSP têm a oferecer. São Carlos possui um Grupo Vocal com sala adequada para ensaios. O grupo faz apresentações na cidade e também nas Unidades de Lazer, promovendo cultura. As atividades físicas como pilates solo, condicionamento e avaliação física estão com as inscrições abertas. A Sala de Condicionamento físico foi preparada para o desenvolvimento e prática dessas atividades, proporcionando saúde e bem-estar aos participantes.

Em São Carlos é tradicional a programação de caminhadas e exercícios em parques, que ajudam a ter melhor qualidade de vida, além de integração social. O supervisor Regional, Ivo Nildo Gambini, informa que, em breve, a Unidade também vai incluir na grade de sua programação, atividades como yoga, hidroginástica e hidroterapia.



# EXCURSÕES ASSOCIATIVAS

- ⇒ **Araraquara:** 1 a 7/12, UL Itanhaém.
- ⇒ **Araçatuba:** 30/1/16, Cardozo no Foz do Marinheiro; 14 a 20/2/16, UL Itanhaém ; 11 a 16/2/16, UL São Pedro.
- ⇒ **Botucatu:** 4 a 8/12, UL Itanhaém; 12/12, Parque Maeda; 11 a 17/1/16, Camboriú (SC).
- ⇒ **Campinas:** 4 a 7/12, UL Caraguatatuba; 19/12, Natal Luz (São Paulo/Café Girondino); 7 a 11/1/16, Caxambu-Baependi e São Thomé das Letras; 17/1/16, ZooParque Itatiba; 30/1/16, Sítio do Pica-Pau Amarelo e visita à fábrica de chocolates da Nestlé; 12 a 15/2/16, Conservatória (RJ); 20/2/16, Museu TAM (São Carlos); 26 a 29/2/16, UL Socorro.
- ⇒ **Franca:** 10 a 16/12, UL Guarujá.
- ⇒ **Marília:** 10 a 16/12, Ubatuba.
- ⇒ **Osasco:** 10 a 14/12, UL Itanhaém; 22 a 24/1/16, Barra Bonita, com passeio de barco pelo Rio Tietê, tempo livre de compras em Ibitinga e Jau.
- ⇒ **Piracicaba:** 5 a 9/12, Poços de Caldas; Janeiro, Caxambu (MG). Informe-se, lista de interessados.
- ⇒ **Presidente Prudente:** 29/11 a 4/12, UL Itanhaém e 12 a 16/1/16, Caxambu (MG).
- ⇒ **Ribeirão Preto:** 7 a 14/12, UL Itanhaém.
- ⇒ **Santos:** 16/1/16, Maria Fumaça; 12 a 18/2/16, UL Termas de Ibirá; 24 a 29/2/16, Caxambu/Hotel União (MG).
- ⇒ **São Bernardo do Campo:** 19/12, Trem Turístico e Circuito Rural (Louveira); 16/1/16, Clube de Campo de Guarapiranga; 27 a 29/2/16, UL Ubatuba; 20/2/16, UL Itanhaém.
- ⇒ **São Carlos:** 28/1 a 1/2/16, Caxambu (MG); 19 a 23/2/16, UL Socorro (Feira de Malhas, Mirante do Cristo, Parque dos Sonhos e Gruta dos Anjos).
- ⇒ **São José dos Campos:** 18 a 20/12, Passa Quatro (MG); 28 a 31/1/16, Barra Bonita; 26 a 29/2/16, UL Serra Negra.
- ⇒ **São José do Rio Preto:** 23/1/16, Museu TAM e Fazenda Santa Maria; 30/1/16, Day Use no Hotel Fazenda Foz do Marinheiro.
- ⇒ **Sorocaba:** 3 a 7/12, UL Serra Negra; 20 a 24/1/16, Caxambu (MG) com passeio em Campanha, São Lourenço, Baependi e Fazenda Centenária; 16/1/16, Barra Bonita, com visita a Capela do Frei Galvão; Fevereiro, UL Itanhaém (lista de interessados).

**TURISMO**

# Não fique de fora, confira nossa programação



**NOVEMBRO AZUL**  
O alerta contra o câncer de próstata

## Passeios de 1 dia

Associado ou Dependente 2X de R\$ 110,00  
Familiar Convidado 2X de R\$ 125,00  
Passeio de 1 dia

**SP – Maria Fumaça**

Trecho Campinas/Jaguariúna. A viagem segue de ônibus com destino à Pedreira (tempo livre para compras). Almoço incluso.

**Data: 9/1/2016 – 7 horas**

Associado ou Dependente 2X de R\$ 90,00  
Familiar Convidado 2X de R\$ 110,00  
Passeio de 1 dia

**SP – Hotel AFPESS Serra Negra**

Almoço no Hotel AFPESS Serra Negra e tempo livre para compras em Monte Sião e Serra Negra.

**Data: 13/2/2016 – 7 horas**

Associado ou Dependente 2X de R\$ 90,00  
Familiar Convidado 2X de R\$ 110,00  
Passeio de 1 dia

**SP – Fazenda Chocolate**

Passe o dia em uma fazenda, com muita natureza e monitores especializados. Aprecie a originalidade, os animais, artesanatos, chocolates e muito mais. Passeio na cidade de Itu, café e almoço inclusos.

**Data: 30/1/2016 - 7 horas**

Associado ou Dependente 2X de R\$ 90,00  
Familiar Convidado 2X de R\$ 110,00  
Passeio de 1 dia

**SP – Hotel AFPESS Campos do Jordão**

Almoço no Hotel AFPESS Campos do Jordão e tempo livre para compras no comércio local.

**Data: 20/2/2016 – 7 horas**

## Três noites

Associado ou Dependente 5X de R\$ 156,00  
Familiar Convidado 5X de R\$ 176,00  
Passeio de 3 noites

**SP – Águas de Lindoia\***

Hospedagem no Hotel Mantovani com pensão completa e ainda visita aos pontos turísticos de Águas de Lindoia, Serra Negra e Socorro. Atrações: Noite Italiana e Baile dos Anos Dourados.

Período: 17 a 20/12/2015

**Saída: 17/12 - 8 horas**

Associado ou Dependente 5X de R\$ 210,00  
Familiar Convidado 5X de R\$ 230,00  
Passeio de 3 noites

**SP – Águas de São Pedro\***

Hospedagem no Hotel Avenida Charme com pensão completa e passeio nos principais pontos turísticos da cidade, além de passeio em Barra Bonita e Jaú.

Período: 14 a 17/1/2016

**Saída: 14/1 - 9 horas**



## Convênio com Parques

Hopi Hari, **Wet ´n Wild** (foto) e Parque da Mônica. Ingressos sujeitos a disponibilidade. Qualquer dúvida ou mais informações ligue na Seção de Turismo.

## Confira nossas excursões

**Menu Turismo**

Clique no item **excursões** e aproveite os passeios com **vantagens exclusivas!**

- HOME - AFPESS
- HOME - Turismo
- Sobre
- Excursões
- Parques
- Hotéis conveniados
- Aconteceu
- Documentação
- Dicas do viajante
- Envie sua dica
- Fale com o Turismo



## Excursão em planejamento

Os interessados podem se inscrever direto no Departamento de Turismo. Vagas limitadas.

Passeio de 5 noites

SP – Unidade de Lazer em Socorro.

**Hospedagem completa na Unidade.**

**Período previsto: 1 a 5/2/2016**

Parcerias



#afpespJovem

## “Fazendo graça”



A Banda - Giovana



Adelaide Botignon Martins, coordenadora Social e o presidente da AFPESP, Antônio Carlos Duarte Moreira

## Seu presente vale um sorriso

A comissão de julgamento dos vídeos do concurso cultural “Fazendo Graça” teve muito trabalho. Os pais, avós e tios capricharam nos vídeos de suas crianças. Mais de 100 participantes cadastraram imagens dos pequenos “fazendo graça”. Os roteiros dos vídeos incluíram, principalmente, músicas, danças e algumas brincadeiras.

A criançada mostrou mesmo o talento artístico. O vídeo vencedor foi de Giovana Ettene Sakamoto, com a interpretação da canção “A Banda”. Na segunda colocação, a pequena Daniela Derrico Damasio, com seu sorvete, chupa e assopra.

O primeiro lugar ganhou uma bicicleta dobrável e uma bicicleta infantil. O segundo lugar, uma bicicleta aro 26 e uma bicicleta infantil.

O festival de fofurices foi de alta qualidade. Parabéns criançada!

A Coordenadoria Social promoveu a campanha “Seu presente vale um sorriso” que recebeu doações de brinquedos para as crianças da Casa de Apoio Vida Divina. A entidade assistencial acolhe crianças e adolescentes de outros Estados, que estão em São Paulo para tratar o câncer. É uma organização não governamental, fundada em 2002, na zona leste da capital paulista. Se você quiser saber mais ou ajudar acesse: [www.cavd.org.br](http://www.cavd.org.br)

## Música, brinquedos infláveis e recreação!

*Clube de Guarapiranga recebe milhares de pessoas na grande festa do Dia das Crianças*



Mais um evento de sucesso foi realizado no Clube de Campo de Guarapiranga. Com aprovação do presidente, Antônio Carlos Duarte Moreira, a equipe de Guarapiranga, comandada por Renato Del Moura, gestor administrativo do clube promoveu a festa com 3.700 pessoas, entre associados, dependentes e convidados. As crianças, além das diversões do clube, ainda tiveram os brinquedos infláveis, banda de música e recreadores especializados. Foi uma linda festa, completando a alegria das comemorações.



**ESPORTES**

## Criançada feliz no boliche

A comemoração pelo Dia das Crianças da Coordenadoria de Esportes aconteceu em 3 de outubro, com a 5ª edição do “Brincando no Boliche”. O evento foi realizado no Villa Bowling, no Shopping West Plaza, em São Paulo, com aproximadamente 90 pessoas entre crianças e adultos (associados, dependentes e convidados). Por duas horas, os participantes puderam exercitar o jogo, num clima de muita alegria e descontração. Foram momentos de diversão em família, que eternizam os laços afetivos da vida.



**NOVEMBRO AZUL**

O alerta contra o câncer de próstata

Vem aí o 10º Guarafesp  
Mais informações na edição de dezembro ou no site [www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)



**ACADEMIA**  
AFPESP

2ªs, 4ªs, 6ªs -feiras / 3ªs e 5ªs feiras; Horário das 7h30min às 20h30min. Consulte a disponibilidade de vagas.

O nosso maior presente  
é proporcionar as  
*melhores experiências.*

**AFPESP 84 anos**  
*#VamosViajar*



Seja associado e **aprecie novos horizontes.**

Associado:  
Convide um amigo  
Servidor Público  
para fazer parte  
desta família!



Para se associar:  
Capital e Região: (11) 3105-9666  
Demais localidades: 0800 726 9666

**AFPESP**  
[www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)

**ACADEMIA DE LETRAS, CIÊNCIAS E ARTES****Ela é silenciosa, degenerativa e irreversível**

Terezinha Ribeiro de Barros, Cadeira nº 19 de Ciências

**A**s vezes, sentimos inibidos psicologicamente quando lidamos com essa questão, mas é necessário porque precisamos saber e educar para prevenir. Estou falando do Alzheimer, uma doença descoberta no século XX por Alois Alzheimer. Podemos dizer que é uma forma comum de demência, que avança como doença degenerativa do sistema cerebral. Pode levar a um comprometimento progressivo da cognição, principalmente a memória (em fase inicial atinge os fatos recentes) e pode ainda comprometer outras áreas como linguagem, julgamento, praxia (habilidade motora de executar gestos precisos), orientação no tempo e espaço, compreensão, funções executivas etc.

A perda cognitiva (comprometimento das funções mentais) é progressiva e infelizmente ainda não existe cura, mas os tratamentos medicamentosos existentes são fundamentais e devem ser iniciados o quanto antes, uma vez que desaceleram a progressão da doença.

Considerando o aumento rápido da população idosa brasileira, a perspectiva de manutenção desse aumento (os jovens e adultos de hoje provavelmente chegarão à velhice) e a incidência aumentada de transtornos mentais nessa população, bem como a escassez de serviços, ações profissionais capacitados para o atendimento, torna-se indispensável discutir o tema na tentativa de disseminar informações relevantes, que possibilitem dar suporte e tratamento adequado aos idosos portadores da doença, como também para os seus cuidadores.

○ Alzheimer nas fases mais avançadas pode causar mais sofrimento ao cuidador do que ao paciente, devendo ambos estar sob acompanhamento médico e de uma equipe multidisciplinar (enfermeiro, psicólogo, nutricionistas, fisioterapeuta, fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional).

Sabemos que o processo de envelher atin-

ge a memória recente para a média das pessoas. Em certos casos, é difícil diferenciar o envelhecimento normal dos sintomas da primeira fase do Alzheimer. Alguns critérios preconizam os três níveis de diagnóstico:

1) Fase leve: Freqüentemente negligenciada pelos familiares e amigos e, infelizmente, até mesmo por profissionais de saúde, sendo por vezes incorretamente considerada como processo normal de envelhecimento. Neste estágio, a pessoa pode apresentar perdas de memória, atenção e aprendizado, interferindo negativamente na realização das atividades da vida diária. É importante afastar outras doenças como a depressão, antes de falar na demência.

2) Fase moderada: Os problemas ficam mais evidentes, como se perder fora de casa, não reconhecer os familiares e negligenciar a própria higiene. A pessoa tem dificuldades de entender, julgar e interpretar as informações. Pode ocorrer o descontrole emocional e comportamental, acompanhado de depressão, apatia, alucinações, agressividade etc.

3) Fase grave: Dependência mais crônica, com distúrbios de memória acentuados e aspecto físico da doença mais aparente. Dificuldade de alimentação, entender o que acontece ao redor, locomoção, incontinência urinária e fecal, agressividades, não reconhecer os familiares e amigos etc.

As causas não foram, até hoje, bem estabelecidas, mas a idade avançada é fator de risco para a doença. Não existem exames laboratoriais específicos e o diagnóstico é feito por meio de consulta com um médico habilitado para reconhecer e tratar a doença (geralmente geriatra, neurologista ou

psiquiatra). Os exames de análises clínicas servem apenas para afastar outras doenças.

Ainda sem cura mas com tratamentos e medicações específicas, que podem retardar ou minimizar a progressão da doença ou ainda controlar os distúrbios comportamentais geradores de sofrimentos ao paciente, cuidador e familiares.

A escolha do tratamento deve ser responsabilidade médica. Outras atividades, em paralelo, como terapias ocupacionais e a capacitação do cuidador:

- a) Cuidadores devem ser informados sobre a doença e atuar como ponte entre paciente e médico;
- b) Estimular horários de alimentação, higiene e sono (implantação de rotinas);
- c) Transformar o ambiente do indivíduo em local seguro;
- d) Disciplina na administração dos medicamentos (rigor dos horários);
- e) Não isolar o paciente, se ele não conseguir realizar uma tarefa sozinho, acompanhá-lo e
- f) Estimular positivamente.

**Prevenção**

Controlar fatores de riscos cardiovasculares: colesterol elevado, diabetes, pressão alta e fumo.

Manter hábitos saudáveis: prática de atividade física, alimentação saudável e equilibrada (rica em frutas e verduras).

Priorizar atividades intelectuais como leitura, jogos, estudos, exercícios para memória e controle do estresse.

Participar de atividades em grupo e recreativas, que estimulem o convívio social. Tratar a depressão e ansiedade se houver.

**Acadêmicos elegem novo membro da cadeira 13 de Letras**

**O** professor doutor Luiz Bruner de Miranda, atual professor colaborador sênior do Departamento de Oceanografia Física, Química e Geológica-Instituto Oceanográfico da Universidade de São Paulo, passa a ocupar a Cadeira 13 de Letras.

Doutor Luiz Miranda é formado em Física pela USP, defendeu doutorado com a tese “Propriedades e Variáveis Físicas das Águas da Plataforma Continental do Rio Grande do Sul”. Também é professor Livre-Docente do Departamento de Oceanografia Física, Instituto Oceanográfico da USP com a tese defendida: “Massas de Água da Plataforma Continental entre o Cabo de São Tomé (RJ) e a Ilha de São Sebastião (SP) entre outros títulos.

Recebeu diversas comendas como a de professor Emérito do Instituto Oceanográfico da USP; Amigo da Marinha, outorgado pela Diretoria de Hidrografia e Navegação-Ministério da Marinha; Prêmio Jabuti 2003 - Câmara Brasileira do Livro na Área de Ciências Exatas, Tecnologia e Informática, com a publicação do livro: “Princípios de Oceanografia Física de Estuários”, Editora da Universidade de São Paulo.

Tem diversos livros publicados que o faz uma das mais importantes autoridades acadêmicas do País na sua área.

**Reunião de fim de ano**

No dia **10 de dezembro**, os acadêmicos farão a última reunião do ano de 2015, na Sede da AFPEP. A reunião será de encerramento das atividades do ano e congratamentos dos membros.

## CANTINHO BIOTERAPÊUTICO

### Dicas da Aromatologia:

**A inveja anda rondando você?** Azar dela! Com esta mistura ela vai para o espaço:

- 2 colheres de óleo de sementes de uva
- 5 gotas de óleo essencial de hortelã pimenta
- 2 gotas de óleo essencial de bergamota

Em um potinho ou vidro pequeno faça a mistura que poderá ser utilizada conforme abaixo:

Passa como um perfume nos pulsos e atrás da orelha.

Pode colocar algumas gotinhas na esponja de banho.

Fazer um sachê com algodão e pingar algumas gotas e deixar na sua mesa de trabalho.

### Dica da Terapia Ortomolecular:

Anda com vontade de comer doce toda hora? Está faltando **Cromo Quelato**.

Emagrece e tira a Vontade de Comer Doces.

O Cromo Quelato emagrece e devido otimizar a ação da insulina, consegue manter o controle sobre a glicemia (açúcar no sangue), isso evita os picos de glicose no sangue, mantendo a sensação de saciedade por mais tempo, inibindo a vontade de comer doces.

#### Onde comprar?

Farmácia de produtos naturais. Na Praça da Sé tem a Droga Vegetal, Praça Dr. João Mendes, 43, Sé, ao lado da Catedral da Sé, telefone: (11) 3104-1335.

#### Qual a dosagem diária?

Observe também no rótulo do produto, pois cada fabricante trabalha com uma dosagem diferente e indica quantas cápsulas devem ser ingeridas.

Não exceda a dose diária, pois poderão ocorrer os seguintes efeitos colaterais: em excesso, o cromo pode causar efeitos colaterais, como cansaço, perda de apetite, tendência a hematomas, náuseas, dores de cabeça, tonturas, alterações urinárias, sangramento nasal e reações cutâneas tipo urticária.

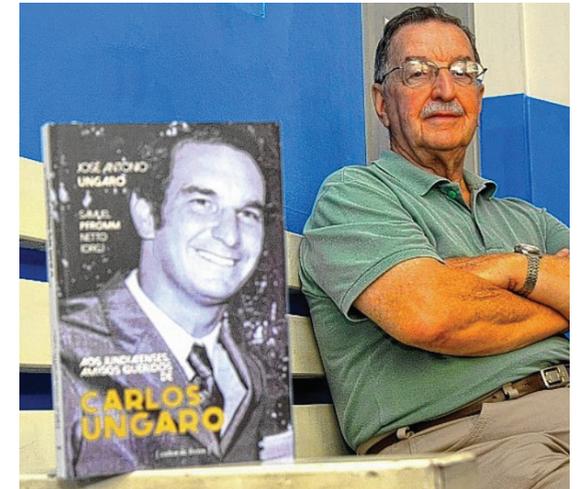
É colaboradora desta Seção a Terapeuta Naturalista Eliana Molnar, filiada à Associação Brasileira de Medicina Biomolecular (elianabioterapias@gmail.com)



**NOVEMBRO AZUL**

O alerta contra o câncer de próstata

## DICA LITERÁRIA



José Antonio Ungaro escreve sobre a vida do seu irmão, Carlos Ungaro - Foto Jornal de Jundiá/ Elton Oliveira

Em setembro, foi lançado o livro “Aos jundienses, amigos queridos de Carlos Ungaro” escrito por Samuel Pfromm Neto e pelo irmão do homenageado, José Antonio Ungaro.

Carlos Ungaro faleceu em 1983, em decorrência de problemas renais. Foi economista, vereador e presidente da Câmara Municipal de Jundiá, provedor da Casa de Saúde Dr. Domingos de Anastácio entre outros cargos de destaque na cidade. O livro é uma forma de homenagear o economista e toda a renda obtida com a obra será revertida para a Associação dos Portadores de Doença Renal Crônica.

O prefácio da obra foi escrito pelo presidente do Tribunal de Justiça do Estado, desembargador José Renato Nalini, que esteve na solenidade de lançamento. A obra é da editora Cultor de Livros, com 377 páginas.

A Coordenadoria Social está com a Campanha do Natal Solidário, na qual o associado apadrinha uma criança carente e pode fazer a doação de roupas e brinquedos até 7 de dezembro. Informe-se pelo telefone (11) 3293-9572. As Unidades Regionais também promovem campanha solidária, com outro tipo de doação. Regionais participantes: Araçatuba, Araraquara, Bauru, Botucatu, Campinas, Franca, Marília, Osasco, Ribeirão Preto, Santos, São Bernardo do Campo, São Carlos e São José do Rio Preto. Endereços na página 2.

*Natal Solidário*  
Seja o Papai Noel neste Natal!



3º Festival de Sabores AFPESP

— De 9 a 27 de novembro —

14 Unidades de Lazer AFPESP do interior de São Paulo e Minas Gerais apresentam deliciosas atrações gastronômicas.

Restaurante da Sede Social AFPESP - Rua Dr. Bettencourt Rodrigues, 155 - 2º andar, Centro - São Paulo | Tel.: 0800 771 7144

# Férias + Calor = Circuito das Águas Paulista

Reserve e refresque-se nas Unidades de Lazer AFPESP!



Visite o site [www.afpesp.org.br/flexreserva](http://www.afpesp.org.br/flexreserva) e garanta já a sua hospedagem para as vagas durante a semana!



Reserve com total comodidade pelo sistema on-line da AFPESP, disponível 24 horas por dia, sem sorteio e em até 10x sem juros nos cartões de crédito:



0800 771 71 44  
[www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)

**AFPESP**