



FOLHA DO SERVIDOR PÚBLICO

AFPEP apresenta: **SHOW DO SERVIDOR PÚBLICO**

14.11 20h

 **credicard Hall**



TITÃS



JOTAQUEST

Veja mais novidades sobre o evento na página 13

Exclusivo para Associados

Acontece

5º Festival de
Inverno

5

Bem-estar

Tempo seco:
hora de hidratar

16

Bate-papo

Reforma da
Previdência

17


Telefone Geral: 0800 771 7144 e (11) 3188-3100
Turismo — Sede Social

 Telefones: (11) 3188-3154 / 3188-3155 / 3188-3156 / 3188-3157 / 3188-3158
 E-mail: turismo@afpesp.org.br

CBI Esplanada

Telefones: (11) 3331-0916 / 3337-0458

Clube de Campo — Vinhedo

 Telefone: (19) 3876-1145
 E-mail: campineira@afpesp.org.br

Unidade Capital — São Paulo

 Telefone: (11) 3674-7777
 E-mail: unid_afpesp_capital@afpesp.org.br

Unidade Cultural e Esportiva de Campinas

 Telefones: (19) 3234-7599 / 3234-4862
 E-mail: campineira@afpesp.org.br

Unidades Regionais
Araçatuba

 Telefones: (18) 3623-5293 / 3621-5874
 E-mail: aracatuba@afpesp.org.br

Araraquara

 Telefones: (16) 3324-4140 / 3324-7089
 E-mail: araraquara@afpesp.org.br

Bauru

 Telefones: (14) 3234-7600 / 3234-6750
 E-mail: bauru@afpesp.org.br

Botucatu

 Telefones: (14) 3814-7168 / 3814-7167
 E-mail: botucatu@afpesp.org.br

Campinas

 Telefones: (19) 3294-8971 / 3294-8972
 E-mail: campinas@afpesp.org.br

Franca

 Telefone: (16) 3701-6866
 E-mail: franca@afpesp.org.br

Marília

 Telefones: (14) 3422-5205 / 3413-8927
 E-mail: marilia@afpesp.org.br

Piracicaba

 Telefones: (19) 3402-5096 / 3434-7997
 E-mail: piracicaba@afpesp.org.br

Presidente Prudente

 Telefones: (18) 3916-3363 / 3916-3368
 E-mail: pprudente@afpesp.org.br

Ribeirão Preto

 Telefones: (16) 3931 -3030 / 3610-2534
 E-mail: ribeiraopreto@afpesp.org.br

Santos

 Telefones: (13) 3221-1448 / 3234-6850
 E-mail: santos@afpesp.org.br

São Carlos

 Telefones: (16) 3372-2411 / 3364-2257
 E-mail: scarlos@afpesp.org.br

São José do Rio Preto

 Telefone: (17) 3235-2246
 E-mail: sjrpreto@afpesp.org.br

Sorocaba

 Telefones: (15) 3222- 2837 / 3222-9120
 E-mail: sorocaba@afpesp.org.br

Unidades de Lazer
Amparo

 Telefones: (19) 3807-2870 / 3807-9841
 E-mail: amparo@afpesp.org.br

Appenzell (Campos do Jordão)

 Telefones: (12) 3663-1477 / 3663-4351
 E-mail: appenzell@afpesp.org.br

Areado

 Telefones: (35) 3447-0101 / 3447-0702
 E-mail: areado@afpesp.org.br

Avaré

 Telefone: (14) 3711-4400
 E-mail: avare@afpesp.org.br

Campos do Jordão

 Telefones: (12) 3663-1260 / 3663-1983
 E-mail: camposdojordao@afpesp.org.br

Caraguatatuba

 Telefone: (12) 3887-1654
 E-mail: caragua@afpesp.org.br

Guarujá

 Telefone: (13) 3389-8800
 E-mail: guaruja@afpesp.org.br

Itanhaém

 Telefone: (13) 3421-1500
 E-mail: itanhaem@afpesp.org.br

Lindoia

 Telefone: (19) 3898-9910
 E-mail: lindoia@afpesp.org.br

Maresias

 Telefone: (12) 3891-7210
 E-mail: maresias@afpesp.org.br

Moinho Velho (Monte Verde)

 Telefones: (35) 3438-1346 / 3438-1203
 E-mail: monteverde@afpesp.org.br

Poços de Caldas

 Telefone: (35) 2101-6100
 E-mail: pcaldas@afpesp.org.br

Saha (Campos do Jordão)

 Telefone: (12) 3663-2433
 E-mail: saha@afpesp.org.br

São Pedro

 Telefones: (19) 3181-1200 / 3181-1212 / 3181-1269
 E-mail: spedro@afpesp.org.br

Serra Negra

 Telefone: (19) 3842-9600
 E-mail: serranegra@afpesp.org.br

Socorro

 Telefone: (19) 3855-9900
 E-mail: socorro@afpesp.org.br

Termas de Ibira

 Telefones: (17) 3551-3000 / 3551-3001
 E-mail: ibira@afpesp.org.br

Ubatuba

 Telefone: (12) 3842-8800
 E-mail: ubatuba@afpesp.org.br


FOLHA DO SERVIDOR PÚBLICO

Fundada em 5 de novembro de 1931.

Filiada a Fespesp, CNSP e Mosap.

DIRETORIA EXECUTIVA	Presidente: Álvaro Gradim 1º Vice-Presidente: Antonio Sérgio Scavacini 2º Vice-Presidente: Luiz Manoel Gerales Presidente de Honra: Antonio Luiz Ribeiro Machado Diretora Econômico-Financeira: Elza Barbosa da Silva 1º Tesoureiro: Tadeu Sérgio Pinto de Carvalho 2º Tesoureiro: Yassuo Suguimoto	COORDENADORIAS	Administrativa: Antonio Sérgio Scavacini Assistência à Saúde: Ester Mirian Belo Rodrigues Associativismo: Lizabete Machado Ballesteros Chefe de Gabinete: Luiz Manoel Gerales Educação e Cultura: Thais Helena Costa Eventos: Nedda Maria Bravo Gradim Gestão Administrativa das Unidades Regionais: Adeilson Custódio Meio Ambiente: Romeu Benatti Júnior Social: Elvira Stippe Bastos Unidades de Lazer: Antonio Arnosti
CONSELHO DELIBERATIVO	Presidente: Ruy Galvão Costa Vice-Presidente: Paulo César Corrêa Borges 2º Secretário: Edson Toshio Kubo	CONSELHO FISCAL	Presidente: Glória Della Monica Trevisan Vice-Presidente: Luiz Sérgio Schiachero Secretário: Antonio de Jesus da Silva Membros: Dalmar Cassapula e Marli Sampaio Straburg

Conselho

Vitalícios: Adelaide Botignon Martins, Adeilson Custódio, Adherbal Silva Pompeo, 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, Arthur Corrêa de Mello Netto, Carlos Eduardo Tirlone, Claudio Antonio Plaschinsky, Dalva Mariuzzo Guimarães, Edison Moura de Oliveira, Edison Pinceli, Edna Pedroso de Moraes, Elvira Stippe Bastos, Emílio Françolin Júnior, Getúlio Hiroji Teraoka, Gilmar Belluzzo Bolognani, Iasuey Homma, João Baptista Carvalho, Joaquim de Camargo Lima Júnior, Jorge Luiz de Almeida, Lizabete Machado Ballesteros, Luiz Carlos Pires, Luiz Sérgio Schiachero, Maria Rosa Ascar, Mário Palumbo, Martin Teodoro Myczkowski, Milton dos Santos, Milton Maldonado, Mucio Rodrigues Torres, Nelson Galdino de Carvalho, Nivaldo Campos, Octavio Fernandes da Silva Filho, Paulo Lucas Basso, Pedro Roberto Giannasi, Raphael Liberatore, Reynaldo dos Anjos, Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva, Ricardo Salles Fragozo, Rosy Maria de Oliveira, Tadeu Sérgio Pinto de Carvalho, Thais Helena Costa, Ubirajara Ramos, Wagner Dalla Costa, Walter Giro Giordano e Yassuo Suguimoto.

Eleitos: Ana Maria Villella Alvarez Martinez, André Chaves de Melo Silva, Antonio Carlos de Castro Machado, Antonio Carlos de Castro Machado, Antonio Luiz Pires Neto, Arlete Gomes Donato Torres, Artur Marques da Silva Filho, Benedito Vicente da Cunha, Camila Rafael Gozzo Bruschi, Cassio Juvenal Faria, Danglares Junta, Eduardo Pereira de Quadros Souza, Eduardo Primo Curti, Elisabeth Massuno, Fátima Aparecida Carneiro, Fernando José Zanetto Tamburo, Feres Sabino, Giuliana Angela Palumbo, Haydée Santos Galvão Mello, Helena Niskier, José Carlos Carone, José Luiz Rocha, José Oswaldo Pereira Vieira, Leda Regina Machado de Lima, Luis Gustavo da Silva Pires, Luiz Reynaldo Telles, Magali Barros de Oliveira, Manoel Diniz Junqueira, Márcia Moreno Duarte Moreira, Maria Auxiliadora Murad, Maria Edna Silva Roza, Maria Regina Freire Martins, Mário Miyahara, Mário Palumbo Junior, Mariza Aparecida Amaral, Matheus Falconi Fialho, Meire Eveli Tamen, Miguel Angelo Paccagnella, Orestes Gir Junior, Pedro Issamu Tsuruda, Reinaldo Musetti, Renato Del Moura, Rosely Duarte Corrêa, Rosemari Braga do Rosário, Sérgio Roxo da Fonseca, Sílvia Lin Mei Tchun, Sônia Cerdeira, Vera Lúcia Pinheiro Morgado e Zilda Maria Mendes Falqueto.

Presidente da Folha do Servidor Público: Álvaro Gradim

Supervisora de Marketing: Zilka Fialho da Silva

Jornalista Responsável: Andréa Ascensão (MTB 52340)

Designer (Capa e Projeto Gráfico): Edna Batista do Nascimento e Stephan dos Santos Oliveira

Colaboradores: André Zampieri Medici, Daniel Dias de Almeida Santos, Debora Fuchs e Luis Fernando Gonçalves Camarão

Colunista: Letícia Nobre

Fotografia: Carlos Marques, Elisa Izumi Matsushita Torres e Márcio Oliveira

Revisão Final: Ana Lúcia Mendes Antonio e Andréa Ascensão

Impressão e Distribuição: Plural Indústria Gráfica — São Paulo — SP

Tiragem: 233.525 exemplares

Registro: A *Folha do Servidor Público* está registrada no 1º Cartório de Registro de Títulos e Documentos sob o nº 162.967, no livro “B”, conforme dispõem as Leis nº 5.250/67 e 6.015/73. Os artigos assinados são de responsabilidade dos autores e nem sempre expressam o pensamento da AFPEP. A direção deste jornal leva ao conhecimento dos associados e do público em geral que dele tomar conhecimento não assumir a AFPEP 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 com a publicação tenha marca figurativa, em razão de contrato de parceria mantido com algumas empresas.

É uma publicação mensal e oficial do Departamento de Marketing da AFPEP. Os conceitos emitidos nos artigos assinados são de responsabilidade de seus autores e não necessariamente expressam o pensamento dessa associação.



Este produto é impresso na PLURAL, uma empresa comprometida com o meio ambiente e com a sociedade, oferecendo produtos com o selo FSC, garantia de manejo florestal responsável.

O homem que mudou a saúde pública no Brasil

O Dia Nacional da Saúde (5 de agosto) homenageia a trajetória do médico sanitarista Oswaldo Cruz, cujo início se deu há 147 anos, em São Luís de Paraitinga, São Paulo. Ele ingressou na Faculdade de Medicina do Rio de Janeiro aos 15 anos. Aos 24 especializou-se em Bacteriologia no Instituto Pasteur de Paris. De volta ao Brasil, deparou-se com uma epidemia de peste bubônica no Porto de Santos. Em 1990, engajou-se na fabricação do soro antipestoso e fundou o Instituto Soroterápico Nacional, um embrião do que hoje é a Fundação Oswaldo Cruz (Fio-cruz). Depois, em 1903, foi nomeado diretor-geral de Saúde Pública, cargo que corresponde atualmente ao de ministro da Saúde. Ao longo do tempo, combateu a febre amarela e surtos de varíola. Reformou o Código Sanitário e reestruturou todos os órgãos de saúde e higiene do país, conforme biografia disponível no blog do Ministério da Saúde.

Ainda neste mês de agosto, o Dia Nacional do Combate ao Fumo (29) nos faz outra advertência sobre a importância de cuidar da saúde. Vale frisar que o cigarro machuca a parede do aparelho respiratório só pela fumaça. Então, se as vias respiratórias já estão secas por causa das condições climáticas, como acontece frequentemente nesta época do ano, fumar potencializa essa agressão. Perfumes, poeira e cheiros de produtos químicos também são potenciais irritadores do sistema respiratório como um todo. E, se estivermos em um ambiente com ar-condicionado, piorou, porque o aparelho tira o ar do ambiente fechado, resfria-o no exterior, extrai a água dele e retorna para dentro do ambiente um ar mais seco e frio, provocando mais ressecamento das vias respiratórias. Pensando nesses fatores que jogam contra a nossa saúde, preparamos uma série de dicas para você e sua família colocarem em prática durante o inverno. Confira na página 16.

Antes de me despedir neste editorial, deixo meus parabéns e eterna gratidão a duas figuras referenciais que estão presentes no corpo da nossa associação: os profissionais da educação e todos os pais, que neste mês também são homenageados, respectivamente, nos dias 6 e 11.

Boa leitura e até a próxima!



Álvaro Gradim
Presidente da AFPEPSP

PAINEL DO SERVIDOR

Por qual motivo a AFPEPSP não cria a regra de bloquear o associado que já usufruiu de uma determinada unidade de lazer? Explico: se eu e minha família já estivemos na unidade de Ubatuba em janeiro de 2018, estaríamos impedidos de concorrer para a mesma unidade no ano seguinte, sendo novamente liberados somente em 2020. Assim, a concorrência ficaria mais justa, pois acredito que em algumas unidades de praias disputadíssimas as mesmas famílias estão sempre batendo cartão por anos.

Paulo Eduardo Maia – via e-mail

Paulo, como você notou, há pessoas que conseguem, sim, reservar períodos bastante disputados em mais de uma ocasião, mas não são sempre as mesmas pessoas que se hospedam nas mesmas unidades nesses períodos, como o de férias. O FlexReserva foi criado e implantado para justamente proporcionar as mesmas oportunidades para todos os associados, sem qualquer tipo de favorecimento, independente de o associado já ter conseguido se hospedar antes em qualquer período. Também aplicamos algumas regras que limitam as reservas em alta temporada, ou seja,

no intervalo de dezembro a fevereiro e no mês de julho (férias escolares), cada associado pode fazer uma única reserva, independente da unidade de lazer escolhida. Essa limitação visa única e exclusivamente aumentar o número de associados (famílias) atendidos em cada período. Além disso, a AFPEPSP tem trabalhado para aumentar a oferta de vagas por meio da ampliação das unidades de lazer existentes e da aquisição de novos empreendimentos. Então, continue tentando fazer sua reserva, Paulo, e fique de olho nas dicas que preparamos nas páginas 10 e 11.

Sou servidora pública, regime de contratação Lei 500/74, função natural permanente. Hoje continuo em atividade, prestando serviço na Secretaria de Saúde de Espírito Santo do Pinhal, tenho 60 anos de idade e já sou aposentada desde 2010 por tempo de contribuição pelo INSS, pois trabalhei no Hospital Geral como auxiliar de enfermagem por 30 anos. Em maio de 2019 passei a ter direito a licença-prêmio de 3 meses. Preciso de orientação sobre como devo proceder para me aposentar e se corro o risco de perder o

direito a me aposentar de novo com a reforma da previdência.

Rute Aparecida Cunha – via e-mail

Rute, consultamos o diretor do Instituto Brasileiro de Direito Previdenciário (IBDP), Diego Cherulli, que explicou: “considerando que a servidora pública conta com 30 anos de contribuição e 60 anos de idade, já possui direito adquirido à aposentadoria, estando resguardada pela Constituição e, também, pela proposta de reforma da previdência, a qual garante integralmente o exercício do direito adquirido a qualquer momento. Sendo vinculada à Lei 500/74, a servidora possui direito de aposentar-se junto ao RPPS do município. Porém, quanto aos critérios de acesso e ao melhor momento para a aposentadoria, orientamos a servidora a buscar assessoria jurídica especializada em direito previdenciário para que, de posse da documentação necessária, possa lhe clarear as dúvidas e aconselhar. Sobre a cumulação de aposentadorias de regimes diferentes, é interessante que a servidora se aposente antes de aprovado o texto da reforma, considerando que ele passará a vedar a cumulação. Assim, quanto antes exercer o direito, se cumpridos os requisitos, melhor”.

Comentários

Gostaria de agradecer a todos os funcionários da Unidade de Lazer de Termas de Ibirá pela minha estada excelente no período de Corpus Christi. A equipe de monitores superatenciosos cumpriu toda a programação com as crianças com muito ânimo e alegria. A comida estava muito boa e diversificada, com instalações limpas e organizadas e funcionários prestativos, educados e simpáticos.

Alexandre Américo da Silva – Araçatuba/SP – Via Ouvidoria

Parabéns pela iniciativa de contratar serviço de área protegida! Mesmo a passeio, o associado pode passar por algum mal-estar e necessitar de atendimento médico.

Elizabeth Zinezzi – Via Facebook

Gostei bastante do novo formato do jornal da AFPEPSP, principalmente da parte Cultura e Entretenimento com as palavras cruzadas. É sempre bom exercitar nossa mente. Parabéns pela renovação!

Mileyde Vaz – Via e-mail

Neste final de semana tive o privilégio de conhecer a Unidade de Lazer de Itanhaém, e gostaria de registrar o atendimento maravilhoso que recebi de todos os funcionários, desde portaria, limpeza, garçons e administração. Sensacional! Parabenizo a gerente Patrícia, que tive o prazer de conhecer, por sua simpatia e prontidão para a resolução de qualquer demanda.

Maria Del Carmen Pereira Pumar – São Bernardo do Campo/SP – Via Ouvidoria

AFPESP substitui ERP para cumprir LGPD

A obrigatoriedade de implantação de emissores de cupom fiscal nas unidades de lazer e a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD), que tem prazo de conformidade até agosto de 2020, são alguns dos principais motivos, notificados pelos departamentos de Tecnologia da Informação e de Controladoria da AFPESP, que levaram a diretoria executiva da associação a solicitar ao Conselho Deliberativo a aprovação do Projeto de Substituição do atual ERP.

Além disso, o volume de informações processadas pelo atual ERP da AFPESP cresceu muito nos últimos 10 anos. A adoção do pagamento on-line para reservas, cursos, academia e outros débitos facilitou bastante a vida dos associados, mas multiplicou por dez o número de transações que precisam ser registradas no Contas a Receber da associação. Assim, a tecnologia do ERP CMNet contratado está chegando a seu limite máximo de capacidade.

ERP (Enterprise Resource Planning, em inglês) significa Planejamento de Recursos Empresariais. Em outras palavras, é um software integrado de gestão empresarial que reúne em uma única solução as informações gerenciais dos setores de uma empresa.

Diversos produtos disponíveis no mercado foram avaliados para chegar à seleção de três fornecedores: Stefanini (SAP), Oracle (NetSuite) e TOTVS (ERP Protheus). Depois de nove meses de negociações e planejamento, a diretoria executiva optou pela contratação do ERP NetSuite, que, por se tratar de um serviço em nuvem, oferece toda a infraestrutura necessária para o processamento de informações, o que vai aliviar a carga que hoje pesa sobre a infraestrutura de TI da AFPESP.

Em 18 meses, prazo previsto para a implantação do novo ERP, não será mais necessário contingenciar recursos ou trabalhar

fora do horário de expediente para evitar sobrecarga no Banco de Dados como vem acontecendo. Ao contrário, a AFPESP passará a ter capacidade para direcionar recursos ao atendimento de outras demandas, hoje reprimidas, sem que seja necessário realizar novos investimentos em infraestrutura. O projeto prevê também: a adição dos módulos de Planejamento e Acompanhamento Orçamentário (hoje inexistentes) e dos Sistemas de Controle de Emissão de Cupom Fiscal (conhecidos como PDVs fiscais) exigidos para o enquadramento das lanchonetes e dos bares das unidades de lazer à legislação tributária; além da instalação de um Sistema de Gerenciamento de Relacionamento com o Cliente (conhecido como CRM), de extrema importância para a manutenção e a consulta do histórico de relacionamento dos associados com a AFPESP, realizadas pelos departamentos Ouvidoria e Cadastro.

Encontro com prefeito de Amparo oficializa projeto de ampliação de unidade

O presidente da AFPESP, Álvaro Gradim; o primeiro vice-presidente, Antonio Sérgio Scavacini; o segundo vice-presidente, Luiz Manoel Gerales; o coordenador de Meio Ambiente, Romeu Benatti Junior; e o supervisor de Engenharia e Projetos, Eli Roberto de Oliveira, estiveram no Gabinete do prefeito de Amparo no dia 23 de julho para oficializar o projeto legal de ampliação da Unidade de Lazer da AFPESP em Amparo.

Na ocasião, Álvaro disse que a obra está bem avançada, terá 84 apartamentos, e ele pretende reinaugurar a unidade de lazer ainda neste ano. “Ela sempre foi uma unidade muito procurada, tem um espaço

bom, gostoso. Praticamente vai dobrar o tamanho”, destacou Álvaro.

O prefeito Luis Oscar Vitale Jacob comentou que, ao viajar pelo estado de São Paulo, sente muito orgulho quando funcionários públicos o procuram para dizer que já estiveram no município de Amparo e ficaram hospedados na Unidade de Lazer da AFPESP. Ele também salientou a importância da reinauguração. “Essa parceria com a Associação muito nos honra. A obra realmente movimentou o município de Amparo. Vai gerar mais emprego, mais renda, e os associados vão ter mais uma opção para uma região maravilhosa que é a do Circuito das Águas Paulistas”, finalizou.



Nedda Maria Bravo Gradim
Coordenadora de Eventos
nbgradim@afpessp.org.br

É formada em Magistério pelo Colégio São José – Ribeirão Preto (RP); em Biologia pela Universidade de São Paulo (USP) – RP; em Matemática pela Faculdade Moura Lacerda – RP; e em Análise de Sistemas e Processamentos de Dados pela Unaerp – RP; pós-graduada em Psicopedagogia pela Universidade Nove de Julho - Jaboticabal. Professora concursada estadual em Matemática do ensino médio e fundamental lecionou em Campinas e Ribeirão Preto nos colégios estaduais e nos colégios particulares Colégios Marista e Colégios Oswaldo Cruz (COC). Paralelamente, foi sócia-proprietária da Sisplan - Processamento de Dados; da Escola de Ultrassonografia de Ribeirão Preto; e proprietária da escola bilíngue infantil Angels Home. Hoje é aposentada, responde pela Coordenadoria de Eventos e é responsável interina da Coordenadoria de Patrimônio da AFPESP.



Luiz Manoel; Luis Oscar; Álvaro; Antonio Sérgio; Evandro Barazza de Paula (engenheiro técnico da Prefeitura de Amparo e responsável técnico pelo projeto); Eli; Paulo Afonso Rigueti Marinho (secretário de Desenvolvimento Urbano da Prefeitura de Amparo); Romeu; e Carlos Roberto Piffer Filho (secretário de Governo e Planejamento da Prefeitura de Amparo) analisam planta do projeto de ampliação da Unidade de Lazer de Amparo.

Patrono é consignado para a Unidade de Lazer Campos do Jordão

No dia 6 de julho, o presidente da diretoria executiva da AFPESP, Álvaro Gradim, o presidente do Conselho Deliberativo, Ruy Galvão Costa, e o conselheiro vitalício Edison Pinceli compareceram ao Salão de Convenções da Unidade de Lazer Campos do Jordão para, com o gerente da unidade, Faustos Juliano Barbedo, fazerem o descerramento de placa comemorativa que leva o nome de Victor José de Carvalho, o patrono da unidade.

A indicação do patrono foi uma proposição feita pelo conselheiro vitalício Edison Pinceli durante Reunião Extraordinária Conjunta dos Órgãos Diretivos da Entidade realizada no dia 27 de abril de 2018. Durante o descerramento, ele lembrou que Victor José de Carvalho

foi idealizador e fundador da AFPESP, com Eduardo Macedo Ribas, Lourenço Arantes Junior e Darcy Antero Bloem. Além disso, foi o primeiro presidente da AFPESP, sendo reeleito três vezes; promoveu a reintegração dos funcionários públicos ao movimento revolucionário de 1932 e liderou as lutas pelo Estatuto do Funcionário Público e pelo convênio que permitiu desburocratizar a compra da casa própria, dentre outras realizações.

O primeiro vice-presidente, Antonio Sérgio Scavacini; o segundo vice-presidente, Luiz Manoel Gerales; o primeiro tesoureiro, Tadeu Sérgio Pinto de Carvalho; o coordenador de Gestão Administrativa das Unidades Regionais, Adeilson Custódio; a coordenadora



Edison, Ruy e Álvaro no descerramento da placa

de Social, Elvira Stippe Bastos; a coordenadora de Assistência à Saúde, Ester Mirian Belo Rodrigues; a coordenadora de Eventos, Nedda Gradim; a coordenadora de Educação e Cultura, Thais Helena Costa; e as conselheiras Ana Maria Villella Alvarez Martinez e Leda Regina Machado de Lima também estavam presentes na solenidade.

Ação social doa mais de 9 mil itens

A campanha de doação de agasalhos da AFPESP, que aconteceu entre os dias 2 de maio e 28 de junho, angariou 9.249 itens. Apenas nos pontos de coleta da cidade de São Paulo (Sede Social e Unidade Capital), 1.183 peças, entre roupas, sapatos e cobertores, foram contabilizadas e entregues ao Fundo Social do Governo do Estado no dia 18 de julho. Na ocasião, o presidente da AFPESP, Álvaro Gradim, ressaltou a importância da doação: “Nós precisamos contribuir para que todos possam melhorar a sua qualidade de vida”. O primeiro vice-presidente, Antonio Sérgio Scavacini; a coordenadora de Eventos, Nedda Gradim; e a coordenadora Social, Elvira Stippe Bastos, também marcaram presença.

José Castro, diretor executivo do Fundo Social de Solidariedade do Estado de São Paulo, recebeu os membros da AFPESP e agradeceu a mobilização da entidade. “É um exemplo que inspira outros setores da nossa sociedade para que contribuam e ajudem os mais necessitados neste período de frio.”

As unidades regionais da AFPESP também arrecadaram itens para a campanha, que serão distribuídos aos fundos sociais locais. Juntas, elas totalizaram 4.445 peças. E as unidades de lazer acrescentaram 3.621 itens.

“Para o próximo ano, nós vamos começar a campanha ainda mais cedo, para realizar



Nedda, Álvaro, José Castro (diretor executivo do Fundo Social de Solidariedade do Estado de São Paulo), Fernanda Lara (coordenadora de Voluntariado do Fundo Social de Solidariedade do Estado de São Paulo), Elvira e Antonio Sérgio.

uma arrecadação ainda maior”, prometeu Nedda Gradim.

Cerimônia de entrega de prêmios encerra Arraiá da AFPESP

No dia 25 de julho, nove dos 16 ganhadores do sorteio do 19º Arraiá compareceram à Sede Social da AFPESP, em São Paulo, para a retirada dos prêmios. O ganhador do carro Hyundai New IX35 0 km, Ricardo de Azevedo Valim, revelou que concorreu com dois cupons. “Você quer ganhar, mas sempre acha que não vai ser sorteado. Fui

embora antes do anúncio e só fiquei sabendo no dia seguinte. Estou muito feliz!”, contou.

Estiveram presentes na cerimônia o presidente da AFPESP, Álvaro Gradim; o primeiro vice-presidente, Antonio Sérgio Scavacini; o segundo vice-presidente, Luiz Manoel Gerales; o presidente do Conselho Deliberativo, Ruy Galvão Costa; a diretora econômico-financeira, Elza Barbosa da Silva; o segundo tesoureiro, Yassuo Suguimoto; o coordenador das Unidades de Lazer, Antonio Arnosti; o coordenador de Gestão Administrativa das Unidades Regionais, Adeilson Custódio; e a coordenadora de Eventos, Nedda Gradim, que agradeceu o empenho dos mais de 350 funcionários e conselheiros que trabalharam no Arraiá da AFPESP, além da generosidade dos

associados, que possibilitou a entrega de um cheque ao Instituto de Câncer Dr. Arnaldo Vieira de Carvalho no valor de R\$ 3.543,20. “A festa começou a ser elaborada em janeiro e terminou hoje com a entrega dos prêmios. Foi um grande desafio trabalhar com uma equipe grande. Essa festa tem mais ou menos 200 itens a serem discutidos e colocados em prática”, disse Nedda Gradim. “A colaboração dos associados, deixando o saldo do crédito do cartão de consumo como doação para o instituto, foi muito gratificante. Foi a maior arrecadação dos últimos anos”, comemorou.

“Há alguns anos a AFPESP vem prestigando a nossa instituição com doação nesta época do ano. Esse dinheiro é de suma importância para nós, pois nos ajuda nas despesas do dia a dia”, afirmou David Vieira da Costa, primeiro tesoureiro do Instituto de Câncer.



Membros da Presidência, do Conselho Deliberativo e das Coordenadorias da AFPESP comemoram com os ganhadores

5º Festival de Inverno da AFPEP: tradição e novidades em Campos do Jordão

N o ano em que Campos do Jordão sedia o 50º Festival de Inverno, a unidade de lazer da AFPEP de Campos do Jordão traz novidades para seu próprio festival. As apresentações musicais que costumavam acontecer na Sala Tucunduva agora ganharam um espaço mais amplo, no Salão de Convenções. “Antes o espaço comportava 70 pessoas, agora temos capacidade para receber 225 pessoas. Também está mais confortável, e a acústica é melhor porque é em um auditório”, destacou Nedda Gradim, coordenadora de Eventos da AFPEP e responsável pela organização do festival.

As novidades foram planejadas para atender os associados que também estavam hospedados nas outras duas unidades de lazer da AFPEP localizadas em Campos do Jordão: Saha e Appenzell, além de todos os associados que passavam pela cidade. O evento contou com a presença do presidente da AFPEP, Álvaro Gradim, e dos demais membros da diretoria executiva, além de coordenadores e conselheiros.

“Em uma espécie de simbiose cultural com o tradicional Festival de Inverno da cidade, faremos um passeio pela história da música erudita, experimentando os estilos que dominaram desde o barroco até os dias atuais, passando pelos períodos clássico, romântico e moderno”, anunciou a coordenadora de Educação e Cultura da AFPEP, Thais Helena Costa, durante a abertura do 5º Festival de Inverno da AFPEP, que aconteceu no dia 6 de julho.

O maestro Paulo de Tarso também responsável pela direção artística do evento, executou ao piano um repertório com 16 clássicos. Ele está à frente do Instituto Musical Maestro Paulo de Tarso, em São José do Rio Preto; é regente titular da Orquestra Sinfônica Municipal de Barretos e da



Walisson; Paulo; Tamara; Álvaro; Luiz Manoel Geraldes (2º vice-presidente e coordenador chefe de gabinete); Denis; Nedda; Claudia da Silva (gerente da Coordenação de Eventos); Yassuo Suguimoto (2º tesoureiro) e Antonio Sérgio Scavacini (1º vice-presidente e coordenador administrativo)

Orquestra de São José do Rio Preto e dirige os adultos do Coral Paulista Ensemble e o Coral das Pequenas Cantoras de Rio Preto.

Na primeira vez em que o maestro esteve, com seu pai, que é associado, na Unidade de Lazer de Campos do Jordão, ela ainda se intitulava colônia de férias.

O violoncelista Walisson Cruz juntou-se ao maestro para a execução da primeira parte do espetáculo, que contou com as nacionais: *Bachianas Brasileiras 5*, *O Canto do Cisne Negro* e *Choros 5*, todas do compositor Villa-Lobos, além de *Partita em Sol Maior e Prelúdio e Fuga em Dó Menor* (piano e solo), do alemão Johann Sebastian Bach, e também *O Cisne (O Carnaval dos Animais)*, do francês Camille Saint-Saëns.

Antes de cada execução, Thais Helena e Hosana dos Santos Dantas, gerente da Coordenação de Educação e Cultura da AFPEP, trouxeram a lume detalhes sobre a vida e a obra dos compositores que foram ouvidos noite adentro.

Na segunda parte da apresentação, entraram em cena a soprano Tamara Pereira e o

tenor Denis Carvalho. Ora em dueto, ora em solos, eles começaram pelas obras do italiano Giacomo Puccini: *O mio Babbino Caro*; *E Lucevan le Stelle*; *Si, Mi Chiamano Mimi*; *O Soave Fanciulla*; e *Nessun Dorma (Ninguém durma)*, cumprindo “seu propósito” ao fazer o público levantar das cadeiras para aplaudir os músicos pela primeira vez naquela noite. O espetáculo seguiu com *Canto Della Terra*, dos italianos Lucio Quarantotto e Francesco Sartori. A partir da sétima música, Tamara deixou o canto lírico para uma abordagem popular com: *The Prayer*, da norte-americana Carole Sager e do canadense David Foster. Na sequência, foi executada outra composição da dupla Quarantotto e Sartori: *Con te Partirò*; além de *All I Ask of You*, do britânico Andrew Lloyd Webber, e *Ave Maria*, do francês Charles Gounod, em homenagem ao presidente da AFPEP, que tem grande apreço pela composição.

Para essa apresentação, os músicos fizeram um grande ensaio uma semana antes do festival e um último ensaio na tarde que o precedeu. “Existe um processo de ensaio que é individual antes, então cada um, dentro da sua rotina de estudos, prepara a sua parte. E, no caso, a gente tem alguns facilitadores. O Denis é um amigo que canta comigo há 13 anos, então a gente já tem um entrosamento. Nós deixamos a nossa parte bem lapidada e depois juntamos com o maestro e o violoncelista”, conta Tamara.

A primeira apresentação do 5º Festival de Inverno da AFPEP encerrou com *Brindisi* (da ópera *La Traviata*), do italiano Giuseppe Verdi, e o tilintar de taças de prosecco servidas à plateia. Do lado de fora do Salão de Convenções, a temperatura chegou a zero grau. “É muito difícil cantar aqui com



Coral da AFPEP se apresenta na Igreja São Benedito

o clima frio, mas o calor da plateia acabou aquecendo a gente”, contou Denis, que revelou ter cantado sua música preferida: *The Prayer* – disse, em uníssono, Tamara. “Essa música nos uniu e é a que a gente mais ama cantar. Fala muito da nossa amizade e do que a gente deseja um ao outro, porque essa música é uma prece”, explicou o tenor.

Naquela noite, ao se despedir, o maestro “provocou” os presentes com as palavras impressas em um folheto que ele costuma espalhar por onde se apresenta. A autoria do texto é do historiador e pianista Leandro Karnal. “O que ele defende é muito sério e eu concordo: a música é uma ferramenta tão poderosa, é um conjunto de treinamentos que precisa nos alimentar desde cedo.” O conteúdo do folheto foi publicado pelo *Estadão* em 21 de junho de 2017 e pode ser lido na íntegra em <http://bit.ly/2JKgjxL>.

A música não para

No dia seguinte, o Coral AFPESP, regido pela maestrina Amarilis Cid Coev Pefi, com a participação do maestro Rogério Pefi no teclado, Denis “Cambalhota” na bateria e Ronald Caramit Gomes na flauta, apresentou-se pela primeira vez no Festival de Inverno da AFPESP. Na ocasião, o palco foi o altar da Igreja São Benedito, em Campos do Jordão.

Realizada pela Coordenadoria de Educação e Cultura para o público em geral no domingo, 7 de julho, a performance dos 30 cantores acompanhados da banda teve início às 15h30 com as peças litúrgicas. Na segunda parte da apresentação, o Coral AFPESP escolheu músicas do folclore brasileiro.

O 5º Festival de Inverno da AFPESP continuou durante todos os sábados do mês de julho no Salão de Convenções da Unidade de Lazer de Campos do Jordão a partir das 21 horas.

No dia 13 foi a vez do tenor Rinaldo Viana se apresentar na Unidade de Lazer de Campos do Jordão. “Fui criado cantando na igreja”, recorda Rinaldo. Aos 17 anos estudou na Universidade Livre de Música (UML), em São Paulo. Aos 22 anos, se tornou conhecido em nível nacional, quando venceu o concurso do programa de calouros do apresentador Raul Gil, da Rede Record. Hoje, tem mais de um milhão de cópias de CDs vendidas.

Na segunda noite do festival, Rinaldo estreou a parceria com a pianista Maria Cecília Moita. “Temos grandes concertos, cantores, cantoras, maestros e orquestras no Brasil. Mas, é claro que, por se tratar de ópera é uma coisa mais restrita. É muito importante esse espaço que a AFPESP cede para os cantores líricos e instrumentistas levarem a música erudita de qualidade para as pessoas. Está de parabéns”, declarou Rinaldo.



Walisson, Tamara, Paulo e Denis após apresentação no dia 20 de julho



Álvaro e Nedda apreciam o 5º Festival de Inverno



Tamara, Luiz Manoel, Ruy Galvão Costa (presidente do Conselho Deliberativo da AFPESP) e Neusa V. Silveira Costa (esposa de Ruy)



Hosana dos Santos Dantas (gerente da Coordenadoria de Educação e Cultura) e Thais Helena

E, no encerramento do festival, no dia 27, tivemos a honra de receber a presença da soprano Marcia Domingues acompanhada pela pianista e sua irmã Martha Domingues, ambas associadas da AFPESP, e pelo violoncelista Sandro Francischetti.

Marcia e Martha foram influenciadas pelo pai que gostava de frequentar óperas e pela mãe, Thereza Carneiro Domingues, também integrante do nosso quadro associativo, que participou de um coral e estudou piano clássico. Posteriormente, Marcia realizou aperfeiçoamento musical na Danube Bend Summer, da Universidad im Donauknie, na Hungria; frequentou o Conservatório Johannes-Brahms, em Hamburgo, na Alemanha sob a orientação da professora de canto Valentina Alessandrova e realizou aulas de canto com Jeanette Scovotti.

Para o último dia do Festival de Inverno da AFPESP, a soprano fez uma seleção multicultural. “Eu pensei em trazer um repertório que

viesse desde a música barroca, pegasse os séculos mais antigos, até chegar às músicas brasileiras, como a modinha imperial. Então, tentei fazer uma seleção que tivesse várias formas de linguagem porque nós tivemos interpretações em italiano, latim, francês”, conta Marcia. Ela ainda ressalta a importância da quinta edição do festival. “A AFPESP está propiciando às pessoas da associação uma aproximação a um repertório clássico, erudito, que é um repertório muito rico. Cada peça tem uma história e aos poucos esse repertório se torna distante quando nós não temos oportunidade de acesso. Não é uma música de massa. Esse tipo de música erudita propicia às pessoas riqueza em termos de reflexão, beleza, interpretação. São composições que têm mais de duzentos anos e continuam vivas. Quando são interpretadas elas trazem e mantêm viva a história”.

Todas as apresentações do 5º Festival de Inverno da AFPESP foram gravadas e estão disponíveis no site vimeo.com/afpesp.



Tenor Rinaldo e pianista Maria Cecília



Martha, Thereza Carneiro Domingues (mãe da musicista e associada da AFPESP), Marcia e Sandro

Coordenadoria de Associativismo em prol dos interesses dos associados

No dia nove de julho, a coordenadora de Associativismo da AFPESP, Lizabete Machado Ballesteros, participou de reunião no Movimento Nacional dos Servidores Públicos Aposentados e Pensionistas (Instituto Mosap), em Brasília, onde foi discutida a tramitação da reforma da Previdência. Em seguida, se dirigiu ao Senado Federal, com representantes do Mosap e da Associação de Professores Aposentados do Magistério Público do Estado de São Paulo (Apampesp), para entregar aos assessores parlamentares dos senadores Major Olímpio

e Randolfe Rodrigues, uma proposta de alteração da PEC 65/2019.

FUNDEB é pleiteado para professores aposentados

A proposta entregue aos assessores prevê a inclusão dos professores aposentados no Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica e de Valorização dos Profissionais da Educação (Fundeb). No mesmo dia, Lizabete teve a oportunidade de se inteirar do PL3775/2019, que prevê a regularização dos reajustes em plano coletivo de saúde, passando obrigatoriamente pela aprovação da Agência Nacional de Saúde Complementar (ANS),



Edson Kruph (Mosap), Esmeralda Guimarães Siqueira (Apampesp) e Lizabete no Senado Federal, em Brasília

regra que hoje tem validade apenas para os planos individuais. Ela chamou a atenção para importante explicação do autor desta PL, o deputado Ruy Carneiro. “Ele enfatiza que a falta desse serviço de regulação faz que os planos coletivos tenham aumentos exorbitantes. Por isso, nossa coordenadoria está acompanhando esse projeto de lei”, pontuou Lizabete.

Férias nas unidades de lazer da AFPESP

O mês de julho foi marcado por atividades para a garotada que estava em férias. Confira este e outros eventos realizados nas unidades de lazer da AFPESP: <http://bit.ly/eventosul>.



Nota de esclarecimento

As obras de edificação da Unidade de Lazer em Dois Córregos, no estado de São Paulo, estão suspensas desde 18 de julho de 2019, em razão de Ação Popular movida por um munícipe com o propósito de anular a doação do terreno que receberia as benfeitorias.

Embora a ação tenha sido julgada improcedente em primeira instância, a AFPESP decidiu aguardar a apreciação de recurso em tramitação no Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo antes de retomar as obras do imóvel e seguir a programação de ampliar as opções de hospedagem a seus associados e dependentes.

A decisão objetiva proteger o patrimônio financeiro da associação e, consequentemente, de seus associados.

Despedida

A conselheira da AFPESP Magali Barros de Oliveira, 67 anos, faleceu no dia 21 de julho. Natural de Avaré, interior de São Paulo, ingressou no serviço público em 1970, como professora, alçando ao cargo de diretora de escolas e



depois da Secretaria de Cultura de Taboão da Serra. Em 1985, se tornou associada da AFPESP e em 2006, conselheira. Trabalhou na Ouvidoria da AFPESP em 2009, foi Coordenadora de Educação e Cultura da entidade entre 2010 e 2012 e responsável por implantar o Ballet AFPESP.

Seguro de Automóvel

Associado(a) da AFPESP, descontos exclusivos para você, seus pais, cônjuge e filhos!

Faça uma cotação online sem compromisso e compare!

WWW.ARIN.COM.BR | 11 3105 9666 ou 0800 726 9666

Fale conosco pelo WhatsApp: 11 3105 9666



AFPESP



Site permite bloquear ligações de telemarketing

No dia 16 de junho entrou no ar o site “Não me Perturbe”, que permite ao consumidor brasileiro fazer um cadastro solicitando não receber mais ligações de telemarketing de uma ou mais empresas de telecomunicação listadas no cadastro. Ou seja, chamadas oferecendo serviços de telefonia, TV por assinatura e internet.

O cadastro foi criado pelas próprias empresas de telecomunicações após determinação da Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel). De acordo com o Sindicato Nacional das Empresas de Telefonia e de Serviços Móvel Celular e Pessoal (SindiTeleBrasil), o Brasil tem 266 milhões de clientes de telefonia fixa e móvel. No primeiro dia, em pouco mais de 12 horas, a plataforma “Não me Perturbe” registrou o cadastro de 328 mil pessoas e 247 mil solicitações de bloqueio.

O prazo para o bloqueio é de 30 dias corridos a partir da data de solicitação no site. Mas isso não significa que o consumidor que realizar o cadastro não vai mais receber ofertas de telemarketing, pois o bloqueio é válido apenas para ligações das operadoras Algar, Claro/Net, Nextel, Oi, Sercomtel, Sky, Tim e Vivo. Mensagens de texto não estão incluídas no acordo de bloqueio feito entre as operadoras e a Anatel.

Ponto eletrônico será implantado para servidores federais

Em cerca de um ano, o Ministério da Economia (ME) vai implementar um sistema de ponto eletrônico para controle da jornada de trabalho de 410 mil servidores públicos federais. As informações do ponto serão transferidas automaticamente para a folha de pagamentos do governo federal. A medida cumpre uma instrução normativa que visa à implementação de banco de horas, além de aumentar a transparência e a eficiência do serviço público, pois até então o controle de frequência era feito no papel, o que tornava a fiscalização precária.

A novidade não atinge os 146 mil professores das universidades públicas federais, que já estavam dispensados de bater ponto, de acordo com norma anterior que não foi alterada, e os servidores em cargos de chefia, com funções comissionadas de nível 4 ou mais.

TJSP e Iamspe assinam Termo de Cooperação

O Instituto de Assistência Médica ao Servidor Público Estadual de São Paulo (Iamspe) e o TJSP firmaram, no dia 24 de junho, Termo de Cooperação Técnica e Assistencial para implantação de programas de prevenção, controle e tratamento de agravos à saúde dos 1,5 milhões de servidores públicos em todo o estado, além de cadastro de profissionais de saúde para solicitação de exames e encaminhamento às especialidades da rede do Iamspe.

Vamos festejar em setembro!

O associado Pedro Rodrigues quer celebrar os 60 (sessenta) anos de formado juntamente com os professorandos 1957 – 1959 da Escola Superior de Educação Física do Estado de São Paulo. Você colega, caso queira entrar em contato, o telefone do professor é (11) 5641-1236.

Servidor público também é uma profissão do futuro?

Entenda como a modernização das carreiras atinge o funcionalismo

O funcionalismo público não está mais imune às consequências frenéticas da modernização. O modelo de trabalho que se altera tão rápido na iniciativa privada chega com um pouco de atraso, mas com efeitos significativos na maneira como a máquina pública funciona.

Ser aprovado em um concurso público altamente concorrido agora é pouco para se manter atrativo no contexto governamental. Para ocupar cargos com comissão ou funções de confiança, não basta ter mais tempo de casa e conhecer os processos. Tornou-se essencial o desenvolvimento das chamadas *soft skills* e o investimento em cursos, inclusive de pós-graduação.

A demanda por profissionais que tenham competências comportamentais desenvolvidas, como liderança, trabalho em equipe, assertividade, criatividade e proatividade, tem se tornado a nova realidade — e em ritmo acelerado. Essas são algumas das *soft skills* que estão na proposta do Projeto de Lei n. 116/2017, que regulamenta a avaliação de desempenho prevista desde a reforma administrativa de 1998.

A matéria prevê a possibilidade de demissão do servidor, mesmo estável e sem qualquer comissão, caso se comprove a insuficiência de entrega conforme as necessidades do governo. A medida tem impacto na União, nos estados, no Distrito Federal e nos municípios, além de em todos os poderes.

Modernidade

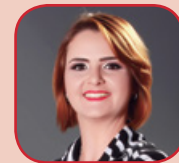
Aos poucos e com ritmo acelerado, as entidades públicas estão migrando para a era digital, seja criando mecanismos a fim de viabilizar o teletrabalho — em especial, o Judiciário —, seja trocando carimbos e assinaturas por certificados digitais, seja disponibilizando para a população agendamentos com hora marcada até via aplicativos de celular.

Apesar de tanto modernismo no presente e no futuro da Administração Pública, um fator essencial se mantém: a necessidade de pessoas para gerenciar as máquinas e para tomar as decisões mais complexas e elaboradas. O fator humano está em evidência com o intuito de transformar os planos estratégicos de crescimento administrativo e econômico em ações viáveis.

Servidor público é uma das profissões do futuro, mas não nos moldes até então considerados tradicionais. Assim como acontece com outras áreas que estão sob ameaça de extinção, há espaço para reinventar, inovar e, assim, atender melhor ao propósito original de servir ao público com excelência, transparência e ética.

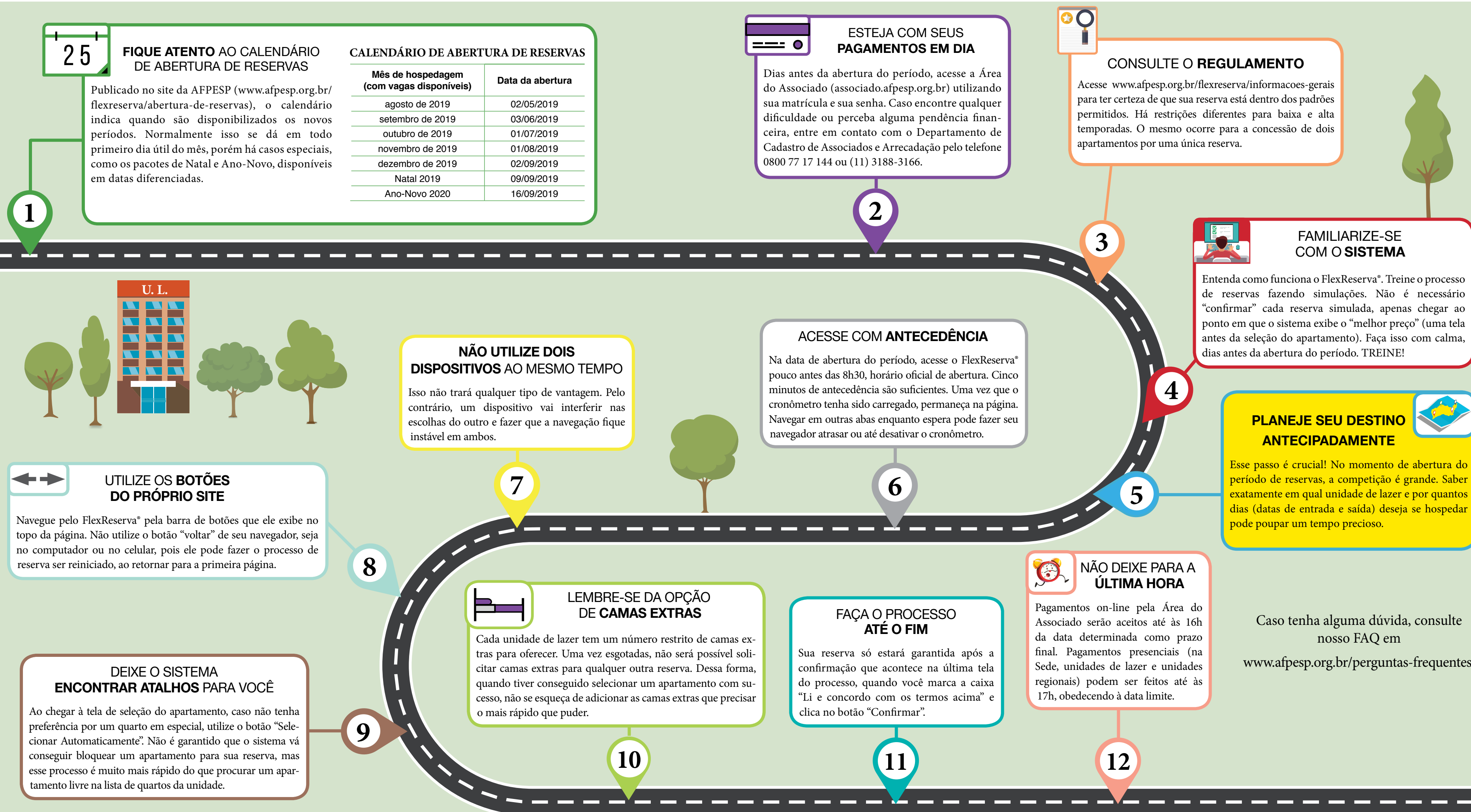
Do outro lado do balcão, na sala de aula ou na área de espera dos hospitais está um público com demandas que pressupõe atendimento humano, célere, próximo de casa e com outras necessidades que não podiam ser previstas. Por essa razão, o bom funcionamento do Estado não pode se limitar aos grandes centros, onde, em tese, há mais arrecadação e recursos disponíveis — fator que justifica a urgência por profissionais prontos para atuar com alta competência em todos os lugares.

Letícia Nobre é coach de concurseiros desde 2012 e criadora do projeto SOS Concurseiro. É jornalista e foi repórter no *Correio Braziliense* (DF). É colunista semanal do *Metrópoles* (DF) e da CBN (Goiânia).



FlexReserva: dicas para você e sua família colocarem o pé na estrada!

São **12 passos** para fazer sua reserva de hospedagem



Unidades da AFPESP programam excursões*

Saída	Destino	Período	Saída	Destino	Período
Turismo Sede Social	Festa Holandesa das Flores Holambra – SP	07, 14, 15, 21, 22 e 28 de setembro	Unidade Regional de Franca	Comemoração do Dia dos Pais	05 a 09 de agosto
	Hotel Cordialle São Roque – SP	4 a 6 de outubro		Reunião do Grupo da Amizade	01, 15 e 29 de agosto
	U. L. de Socorro	14 a 20 de outubro		Palestra – Promoção à saúde	26 de agosto
	Hotel Wish Serrano Resort Gramado – RS	6 a 10 de novembro	Unidade Regional de Marília	U. L. de Serra Negra	22 a 27 de setembro
	Hotel Rafain Centro Foz do Iguaçu – PR	20 a 24 de novembro		U. L. de Ubatuba	13 a 18 de outubro
	Hotel Fazenda Vale da Mantiqueira – Virgínia – MG	22 a 26 de dezembro		Natal Luz – Gramado – RS	03 a 12 de novembro
Unidade Regional de Araçatuba	U. L. de Ubatuba	15 a 22 de agosto	Unidade Regional de Piracicaba	U. L. de Maresias	07 a 12 de agosto
	U. L. de Maresias	21 a 26 de agosto		U. L. de Campos do Jordão	15 a 20 de setembro
	U. L. do Itanhaém	02 a 09 de setembro		U. L. de Itanhaém	22 a 27 de setembro
	U. L. de Poços de Caldas	08 a 13 de setembro		U. L. de Poços de Caldas	13 a 18 de outubro
	U. L. de Guarujá	15 a 20 de setembro	Unidade Regional de Presidente Prudente	U. L. de Ibirá	20 a 25 de outubro
	U. L. de Lindoia	06 a 11 de outubro		Paraty – RJ	15 a 20 de setembro
	U. L. do Guarujá	20 a 25 de outubro		U. L. de Areado	15 a 19 de setembro
	Foz do Iguaçu – PR	31 de out. a 03 de nov.	Unidade Regional de Ribeirão Preto	U. L. de Poços de Caldas	20 a 25 de outubro
Unidade Regional de Araraquara	U. L. de Caldas Novas	15 a 19 de setembro		U. L. de Avaré	27 a 31 de outubro
	U. L. de Ubatuba	20 a 25 de outubro	Unidade Regional de Santos	U. L. de Ubatuba	27 a 31 de agosto
	Natal Luz – Curitiba – PR	13 a 18 de dezembro		Araxá Tauá	08 a 12 de setembro
Unidade Regional de Bauru	U. L. de Ubatuba	01 a 06 de setembro		38ª Expoflora Holambra – SP	21 de setembro
	U. L. do Guarujá	27 a 31 de outubro		U. L. de Lindoia	23 a 27 de setembro
Unidade Regional de Botucatu	38ª Expoflora – Holambra – SP	31 de agosto		U. L. de Ibirá	06 a 11 de outubro
	Excursão para o Festival da Linguíça	07 de setembro		U. L. de Campos do Jordão	27 a 31 de outubro
	Excursão musical <i>O Chaves</i>	14 de setembro	Unidade Regional de São Carlos	U. L. de Serra Negra com compras em Serra Negra, Monte Sião e Pedreira	09 a 13 de setembro
	39ª Festa de Flores e Morangos de Atibaia – SP	14 de setembro		Capitólio – MG	24 a 28 de novembro
	U. L. de Itanhaém	15 a 20 de setembro	Unidade Regional de São José do Rio Preto	U. L. de Ubatuba	22 a 27 de agosto
	U. L. de Avaré	22 a 25 de setembro		38ª Expoflora Holambra – SP	14 de setembro
	São Pedro – SP	06 a 11 de outubro		Campos do Jordão – SP	06 a 11 de outubro
	U. L. de Ibirá	13 a 18 de outubro	Unidade Regional de Sorocaba	1º Sarau Cultural	23 de agosto
	U. L. de Ubatuba	27 a 31 de outubro		U. L. de Campos do Jordão	08 a 13 de setembro
	Capitólio Hotel Balneário do Lago – MG	24 a 28 de novembro		U. L. de São Pedro	22 a 27 de setembro
Unidade Regional de Campinas	U. L. de Poços de Caldas	01 a 06 de setembro		U. L. de Avaré	13 a 18 de outubro
	U. L. de Ubatuba	08 a 13 de setembro		U. L. de Itanhaém	27 a 31 de outubro
	U. L. do Guarujá	06 a 11 de outubro			
	Expo São Roque – SP	19 de outubro			
	Cabo Frio – RJ	05 a 13 de novembro			

* As excursões estão sujeitas a alterações. Para mais informações, consulte os telefones e e-mails na página 2.



Unidade Capital

O melhor de São Paulo ao seu alcance!




- Em Perdizes, fique pertinho das atrações da cidade
- Fim de semana com preço de dia de semana
- Tarifas reduzidas para a baixa temporada
- Parcerias com Aquário de São Paulo e Cinemark
- Descontos nos melhores restaurantes da região
- Os maiores shows estão aqui do lado
- Curso ou palestra em SP? Cuidamos da sua hospedagem

Faça sua reserva em www.flexreserva.org.br




Rua Dr. Homem de Melo, 1206 - Perdizes (esquina com a Avenida Sumaré)

14 de novembro é o dia do

SHOW DO SERVIDOR PÚBLICO

Neste ano, em comemoração ao Dia do Servidor Público, a coordenadora de Eventos da AFPEP Nedda Gradim e sua equipe trazem para os associados uma série de clássicos do rock e do pop rock brasileiro.

A banda paulista **Titãs** e a mineira **Jota Quest** serão as atrações do Show do Servidor Público 2019.

O evento será realizado pela primeira vez no Credicard Hall. **A compra dos ingressos, exclusivos para associados titulares, deverá ser feita a partir do dia 18 de setembro** pelo site da **Tickets For Fun (T4F)**, com quatro opções de lugar:

- **3º andar** (R\$ 50,00 + taxa da T4F);
- **Poltrona - térreo** (R\$ 60,00 + taxa da T4F);
- **Camarote 2º andar** (R\$ 80,00 + taxa da T4F);
- **Cadeira térreo** (R\$ 80,00 + taxa da T4F).

Também será possível comprar diretamente na bilheteria da Tickets For Fun, sem pagar sua taxa de conveniência.

Confira logo abaixo o passo a passo para adquirir ingressos.

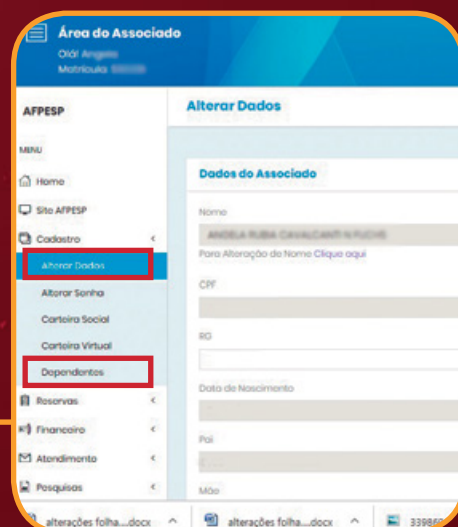
1

Acesse a **Área do Associado** (associado.afpesp.org.br) com seu login e sua senha.



2

Verifique na base de cadastro se os seus dados e os de seus dependentes estão atualizados. Caso necessário, inclua seus novos dependentes. **Atenção às validades das carteiras sociais.**



3

Após atualizar o seu cadastro, acesse o site da **T4F** premier.ticketsforfun.com.br

Você terá direito a um total de 4 ingressos (associado titular + 3 dependentes cadastrados). Todas as pessoas deverão estar **obrigatoriamente cadastradas no sistema até dia 16 de setembro** para a realização da compra.

4

Se você já é cadastrado, clique em **"Fazer Login"** e confira se todos os seus dados estão atualizados. Se você não for cadastrado, clique em **"Cadastrar"** e preencha o formulário com seus dados. **Lembre-se, apenas o associado titular da AFPEP deve ter cadastro no site da Tickets For Fun.**



5

Pronto! Agora basta aguardar a **abertura da venda de ingressos para o Show do Servidor Público no dia 18 de setembro** a fim de retornar ao site da Tickets For Fun, fazer seu login e comprar seu(s) ingresso(s).

Mais informações sobre o Show do Servidor Público 2019 estarão disponíveis em breve no site e nas redes sociais da AFPEP.

Resumo da 5ª Reunião Ordinária do Conselho Deliberativo

Realizada em 30 de maio de 2019



Da esquerda para a direita estão: Milton Maldonado, Paulo César Corrêa Borges, Ruy Galvão Costa, Edson Toshio Kubo, Paulo Lucas Basso e Meire Eveli Tamen

Mesa do Conselho

Presidente do Conselho: Ruy Galvão Costa
Vice-presidente: Paulo César Corrêa Borges
1º Secretário: Edson Toshio Kubo
2º Secretário: Paulo Lucas Basso
Aniversariantes convidados: Milton Maldonado, Vera Lúcia Pinheiro Morgado e Meire Eveli Tamen

Pequeno expediente. O Presidente do Conselho Deliberativo, o Conselheiro **Ruy Galvão Costa**, abriu pequeno expediente com: 1 – Apreciação e votação da ata da reunião anterior.

2 – Leitura dos papéis encaminhados à Mesa Diretora, com breve leitura das correspondências expedidas e recebidas pela Mesa do Conselho.

3 – Breves Comunicados da Mesa Diretora: o Presidente do Conselho Deliberativo, o Conselheiro **Ruy Galvão Costa**, informou ao plenário que a 1ª Secretária da Mesa, a Conselheira Vitalícia **Lizabete Machado Ballesteros**, foi convidada pelo Presidente da Diretoria Executiva, Dr. **Álvaro Gradim**, para o cargo de Coordenadora de Associativismo, motivo pelo qual solicitou a renúncia ao cargo de 1ª Secretária da Mesa Diretora. Sua indicação será votada na Ordem do Dia.

Breves comunicados

Iniciando os breves comunicados, o Presidente do Conselho Deliberativo, o Conselheiro **Ruy Galvão Costa**, chamou os conselheiros: **Leda Regina Machado Lima** informou sobre sua participação em Brasília como representante da AFPESP a convite do Presidente do Instituto Movimento Nacional dos Servidores Públicos Aposentados e Pensionistas (Mosp), quando foram apresentadas e discutidas três propostas de Emenda à EC nº 06/2019.

Edna Pedrosa de Moraes comunicou que o Conselheiro **Dr. Artur Marques da Silva Filho**, Desembargador e Vice-Presidente do Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, representou o TJ-SP na solenidade de passagem do Comando da 2ª Região Militar do Exército, realizada na Sede do Comando Militar Sudeste, ocasião em que o General de Divisão do Exército Adalmir Manoel Domingos despediu-se do serviço ativo e passou o cargo para o General de Divisão João Chalella Júnior. Informou ainda que, no dia 16/05/2019, participou da palestra “Acesso à Justiça e Tecnologia”, na Escola Paulista da Magistratura, ministrada pela Profª Rebeca Sandefur, da Universidade de Illinois, Estados Unidos, e pela Profª Suzana Henriques da Costa, da Faculdade de Direito do Largo São Francisco, da Universidade de São Paulo (USP). **Feres Sabino** comunicou aos presentes na reunião que o Conselheiro Orestes Gir Júnior, de Ribeirão Preto, conseguiu o 3º lugar na competição Corrida do Sol e Lua, em Ribeirão Preto. Comentou, ainda, rapidamente a respeito de matéria publicada no jornal *O Estado de S. Paulo* no dia 14/12/2018. **Meire Eveli Tamen** informou que, a partir do dia 13/06/2019, o laboratório do Iamspe atenderá somente aos pacientes que agendarem previamente os horários de seus exames pelo telefone (11) 5583-7001, de segunda a sexta-feira, das 7h às 19h, e que também solicitou à Secretaria do Conselho informações sobre o número de associados da AFPESP que utilizam o Iamspe, por Região Administrativa, para que nossos Conselheiros consigam o apoio dos Deputados Estaduais, junto ao Governo, com relação à paridade equivalente a 2% da contribuição, paga ao Iamspe, pelo usuário servidor público estadual.

Ordem do Dia

O Presidente do Conselho Deliberativo, o Conselheiro **Ruy Galvão Costa**, colocou em votação, no Conselho Deliberativo, a indicação dos membros da Comissão que tratará da

reforma do Estatuto Social. Os indicados foram os seguintes Conselheiros: Antonio Luiz Pires Neto, Cássio Juvenal Faria e Edison Pinceli. As indicações foram aprovadas por unanimidade. Votação da indicação do nome do Conselheiro Vitalício Antônio Arnosti para ocupar o cargo de Coordenador das Unidades de Lazer. Colocada em votação, a indicação foi aprovada por unanimidade. Votação da indicação do nome da Conselheira Vitalícia Lizabete Machado Ballesteros para ocupar o cargo de Coordenadora de Associativismo. Colocada em votação, a indicação foi aprovada por unanimidade.

PROPOSIÇÕES – O Presidente do Conselho Deliberativo, o Conselheiro **Ruy Galvão Costa**, chamou os conselheiros: **Reynaldo Musetti** propôs à Diretoria Executiva endereçar Ofício ao Sr. Governador do Estado, solicitando a regulamentação da Lei nº 16.894, de 21/12/2018, que trata do Programa de Incentivo à Demissão Voluntária (PIDV), destinado exclusivamente aos celetistas, Servidores Públicos do Estado – em torno de 4 mil pessoas. Colocada a matéria em discussão e votação, foi aprovada por unanimidade. **Paulo Lucas Basso** propôs à Diretoria Executiva a criação dos Centros de Atividades da AFPESP, nos mesmos moldes adotados pelo Centro de Atividades do Sesc, em todas as nossas Unidades Administrativas Regionais, e também na Sede, na Capital. Na impossibilidade de serem realizadas essas adequações, sugeriu uma parceria ou um convênio com o Sesc, para que nossos associados possam utilizar seus Centros de Atividades, no Interior e na Capital. Colocada a proposta em votação, foi aprovada por unanimidade. **Helena Niskier** propôs que as indicações dos Conselheiros para representarem os Associados da AFPESP que utilizam o Iamspe seja feita pelos Conselheiros e Conselheiras que tenham afinidades com essas atividades, porque isso facilitaria muito o acompanhamento das reivindicações para melhoria do

atendimento. A indicação foi aceita para encaminhamento à Diretoria Executiva. **Fátima Aparecida Carneiro** propôs à Diretoria Executiva convidar a atual Presidente e a Vice-Presidente que representam a CCM Iamspe da Baixada Santista para uma palestra, com a finalidade de explicar como funciona essa comissão, e também oficial o Iamspe a fim de esclarecer sobre os critérios para credenciamento de médicos e clínicas, distribuição de verbas na região e como é feito o controle da utilização das autorizações de consultas e exames em cada unidade. Colocada em votação, a indicação foi aprovada por unanimidade. **Edna Pedroso de Moraes** indicou à Diretoria Executiva ações administrativas em seu corpo Diretivo, incluindo Gerentes das Unidades de Lazer, Supervisores das Unidades Regionais, Coordenadores e Empregados, com o objetivo de dar maior transparência a todas as atividades. A indicação foi aceita e encaminhada para a Diretoria Executiva.

ASSUNTOS ASSOCIATIVOS – No último item da pauta, apresentou-se: **Adherbal Silva Pompeo** agradeceu a todos os presentes o carinho e o apoio recebidos durante o período de sua convalescença, devido a um grave acidente automobilístico rodoviário. **Luiz Reynaldo Telles** parabenizou a todos os envolvidos

na elaboração da *Folha do servidor público* e pelas matérias publicadas. **Nivaldo Campos Camargo** comentou a respeito de reunião recente realizada na Confederação Nacional dos Servidores Públicos (CNSP), com a participação do nosso ilustre Presidente da Diretoria, Dr. **Álvaro Gradim**, ocasião em que foram realizadas reflexões sobre as minutas de emendas ao Projeto do Governo Federal que trata da Reforma da Previdência. **Maria Auxiliadora Murad** comentou sobre o projeto elaborado pela Coordenadora de Educação e Cultura **Thais Helena Costa**, intitulado “Caravana do Saber”, informando que o público-alvo desse projeto são os frequentadores do Clube da Leitura, da Jornada Cultural, do Sarau e do Encontro Poético. **Feres Sabino** parabenizou o Presidente do Conselho Deliberativo **Ruy Galvão Costa** pelo gesto corajoso, e de humildade, ao se desculpar com cada pessoa do Conselho por algum equívoco cometido durante as reuniões. **Feres Sabino** disse que esse gesto deveria ser espalhado pelo País, porque a tolerância é o primeiro requisito para uma convivência pacífica. Depois, solicitou esclarecimentos sobre a Portaria nº 1/2019. **Milton Maldonado** agradeceu as palavras do Conselheiro **Luiz Reynaldo Telles** com referências feitas aos colaboradores da *Folha do servidor público*, e também aos colaboradores da coluna Bom Conselho, na qual

ele fez um breve histórico de suas atividades na AFPESP. Lembrou, ainda, da participação ativa do Conselheiro **Ruy Cardoso de Mello Tucunduva**, de seu profundo conhecimento sobre a Revolução Constitucionalista de 1932, e finalizou dizendo que “no entanto, o que se colhe de tudo isso é a importância da essência das coisas”. **Antônio Carlos Duarte Moreira** comentou a respeito da palestra do Professor **Wagner Balera**, Mestre, Doutor e Livre-Docente em Direito Previdenciário pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), na qual ele falou sobre os receios que os servidores públicos tinham e ainda têm quando se trata da Reforma da Previdência. Lembrou que, em 1997, surgiu a Emenda nº 20 do então Presidente da República **Fernando Henrique Cardoso**. Finalizou sua fala dizendo: “Se o Governo realizasse um combate à fraude, não haveria déficits”. **Antônio Arnosti** agradeceu à Presidência do Conselho Fiscal o convite do Presidente **Álvaro Gradim** para ocupar o cargo de Coordenador das Unidades de Lazer.

Grande Expediente

Nenhum inscrito. O Presidente do Conselho Deliberativo, **Ruy Galvão Costa**, solicitou ao 2º Secretário Substituto **Paulo Lucas Basso** a leitura dos aniversariantes do mês, agradeceu à participação de todos e encerrou a reunião.

Entrevista

Experiente em presidir

No dia 24 deste mês, Antonio Luiz Ribeiro Machado completa 90 anos. Aos 18 anos ele ingressou no funcionalismo, como escriturário do Departamento de Obras Públicas. Formou-se advogado em 1954, pela Faculdade de Direito do Largo São Francisco, da Universidade de São Paulo (USP). “Prestei concurso para ingresso no Ministério Público, onde fiz carreira. Atuei como promotor de Justiça, procurador de Justiça, procurador-geral substituto e, em seguida, fui nomeado para o Tribunal de Alçada Criminal. Depois fui promovido para o Tribunal de Justiça. E aí eu fiquei até me aposentar como desembargador”, resume o conselheiro vitalício da AFPESP. Paralelamente, por mais de 30 anos, exerceu o magistério, principalmente na Pontifícia Universidade Católica (PUC), em São Paulo. Há 58 anos tornou-se associado da AFPESP e, desde então, sua atuação em diferentes posições o levou a gravar permanentemente seu nome na história da entidade.

Como o senhor tomou conhecimento da AFPESP?

Conheci a associação por meio da minha mãe. Ela foi diretora do setor de contabilidade da Diretoria de Obras Públicas em São Paulo, era associada e fez questão de que eu também passasse a ser.

Entre 2007 e 2012, o senhor foi presidente da Diretoria Executiva da AFPESP. Qual é o segredo para ter sido eleito duas vezes?

É a confiança do Conselho Deliberativo, que elege o presidente da diretoria executiva. Depois a administração da presidência do Antonio Tuccilio que me conduziu. Todos os conselheiros insistiram para que eu disputasse a presidência porque durante muitos anos eu participei de várias Comissões do Conselho e, conseqüentemente, tive uma aproximação muito direta com os conselheiros. Por sinal, já tinha exercido o cargo de vice-presidente e presidente do Conselho Deliberativo, durante a administração do presidente Antonio Tuccilio. Isso tudo me levou a ter uma estima, aproximação e associativismo com os conselheiros.

Quais foram os maiores desafios enfrentados durante suas gestões?

Quando eu assumi, meu grande desafio foi dar uma estrutura de empresa moderna à administração da associação. Todos os setores administrativos foram reformulados com características empresariais. A nossa TI foi modernizada e o setor de reserva de hospedagem foi atualizado. Além disso, continuando na direção da administração anterior, a nossa administração dedicou muita atenção aos associados, no sentido de abrir a associação como um canal de acesso a todos que estiverem a ela vinculados. Houve a reformulação das unidades regionais e, na sequência, dei continuidade às reformas e modernização das unidades de lazer e instalação de novas unidades, de acordo com os resultados de pesquisa feita com os associados. E mantive um contato de portas abertas com todos os conselheiros da associação.

Em que ocasião o senhor se tornou o Presidente de Honra da AFPESP?



Na administração do presidente Antônio Carlos Duarte Moreira, a Diretoria, o Conselho Deliberativo e o Conselho Fiscal me indicaram e aprovaram a condição de Presidente de Honra. Está previsto no Estatuto Social. Seria uma homenagem ao presidente, cuja diretoria executiva se destacou na trajetória da associação. E esse destaque foi dado pela reformulação de toda a área administrativa e social. Eu sou o único Presidente de Honra homenageado em vida. Foi altamente gratificante. É uma homenagem ímpar que recebi na minha vida.

Quais são suas atividades na AFPESP hoje?

Sou conselheiro vitalício e pertenço à Academia de Letras, Ciências e Artes. Participei da primeira comissão e do chamamento de associados para participar da Academia. Me candidatei para ocupar a cadeira de ciências jurídicas, do patrono Nelson Hungria – isso no tempo do Antonio Tuccilio. Vou às reuniões do Conselho, da Academia e, quando posso, frequento as reuniões associativas.

Estiagem requer cuidados com o corpo e o meio ambiente

“O pálido ponto azul”, foi como o cientista Carl Sagan descreveu o planeta Terra. Sob uma perspectiva cósmica, é justamente o azul dos oceanos que nos diferencia. O azul representa a água, sem a qual nenhuma forma de vida, ao menos como a conhecemos, poderia existir.

A água também é o elemento mais abundante no corpo humano. Ela compõe 50% do organismo das mulheres e até 60% do organismo dos homens. Sem fazer atividade física, uma pessoa perde em média 2,6 litros de água por dia através do suor, da urina, das fezes e da respiração. “Ingerir água é fundamental para que o organismo possa funcionar bem e prevenir doenças. Com exceção de portadores de insuficiência renal e de diabetes que estejam instáveis, em qualquer dia da nossa vida devemos ingerir de dois a três litros de líquidos”, reforça o pneumologista e presidente da AFPESP Álvaro Gradim.

Entre os meses de maio e setembro, é comum a umidade relativa do ar no estado de São Paulo ficar abaixo de 60%, que é a medida considerada boa. Isso acontece por causa dos longos períodos sem chuvas, característicos do inverno. “A qualidade do ar piora porque os poluentes permanecem na atmosfera e vão se concentrando mais a cada dia que não chove”, explica a gerente da Divisão da Qualidade do Ar da Companhia Ambiental do Estado de São Paulo (Cetesb), Maria Lucia Guardani.

Em altas concentrações, qualquer poluente atmosférico prejudica a saúde; estão inclusos nisso os materiais particulados, como o enxofre, que sai do escapamento de veículos, além de partículas de poeira e fuligem. São partículas tão finas que não caem, permanecem suspensas na atmosfera. “Quando venta, dispersam. Quando chove, lava a atmosfera”, complementa Maria Lucia. Quando anoitece, a temperatura naturalmente cai, deixando as partículas de poluentes decantadas. É como se elas estivessem prensadas próximas ao solo, e, portanto, mais próximas de nós. Esse é um dos motivos dos problemas respiratórios piorarem à noite. Outra razão é que, ao deitar, a pressão do corpo deixa de ser mais baixa na cabeça e passa a ser praticamente constante em todos os pontos, assim a secreção que estava parada nas bases do pulmão começa a escorrer, subindo em direção à boca, o que provoca tosse e desconforto respiratório.

Processo de desidratação

“Se você está exposto a um ambiente seco, de baixa umidade, o consumo energético é muito maior, assim ocorre um desgaste superior do funcionamento do organismo”, explica o pneumologista. Por isso, quando o tempo está muito quente ou seco, não se deve praticar exercícios físicos ou trabalhar ao ar livre entre 10h e 15h30. Nesse período, a radiação solar é mais intensa, e isso faz que o corpo aqueça mais, aumentando a perspiração e a transpiração. Consequentemente, há mais perda de líquido. E, uma vez que o organismo não esteja hidratado o suficiente para satisfazer à função respiratória, ele se torna mais vulnerável a vírus e bactérias.

O especialista informa que a falta do hábito de ingerir líquidos resseca as vias respiratórias. “Como o ar é impuro, irrita a mucosa nasal. Os poluentes entram nas vias respiratórias e na própria circulação sanguínea e, por conseguinte, o aparelho respiratório, como um todo, pode desenvolver rinite, rinofaringite, sinusites, laringite, traqueíte e bronquite”.

Prevenção

Hidratar o organismo por dentro e por fora é fundamental para prevenir problemas de saúde quando o tempo está seco, assim como provocar a umidificação do meio ambiente. “É necessário aumentar o consumo de água, chá, suco, leite. Quanto mais natural for o líquido, melhor”, afirma Álvaro.

Lavar o nariz com soro fisiológico à vontade e cuspir o muco que se desprender também é uma medida essencial para manter as vias respiratórias hidratadas. Mas atenção: não é benéfico fazer uso coletivo de conta-gotas para aplicar o soro fisiológico, pois nesse processo acontece a transmissão da flora natural de uma pessoa para outra. Quem não tiver acesso a soro fisiológico, pode dissolver bem uma colher de chá de sal e outra de açúcar em um litro de água potável. Bebês devem ter o nariz lavado antes de serem alimentados para facilitar a respiração pelo nariz enquanto deglutem.

É aconselhável também utilizar um hidratante corporal, pois isso ajuda a prevenir o envelhecimento precoce da pele.

“Uma das coisas mais absurdas que a gente faz é tomar banho pelando. Quando você põe calor no seu corpo, você perde mais calor. Causa efeito rebote, isso é: desidrata a pele, principalmente a raiz do cabelo. Tira a proteção natural”, atenta o pneumologista. Pelo mesmo motivo não se deve ingerir ali-

mentos muito quentes ou nadar em piscina aquecida acima de 23 °C, senão a pele absorve o calor da água, aquecendo o corpo, que terá a temperatura ainda mais elevada se a pessoa estiver se movimentando dentro da piscina.

De acordo com relatório da Administração Na-

cional Oceânica e Atmosférica dos Estados Unidos (NOAA, em inglês), o mês de junho deste ano foi o mais quente já registrado no planeta. “No hemisfério Norte, as estações são bem definidas. Quando está chegando o inverno, o europeu tem por hábito colocar os cobertores para tomar sol ou lavá-los a fim de combater os ácaros. As pessoas se preparam. E o que nós fazemos no hemisfério Sul? Nosso organismo não está preparado, e nós não tomamos os cuidados necessários com as roupas que vamos usar”, analisa Álvaro. Por isso, é importante tomar ações simples que melhorem a umidade relativa do ar no ambiente em que estamos. Pode-se lançar mão de umidificadores ou optar por soluções mais em conta, como colocar uma bacia com água no quarto antes de dormir, um recipiente com água em cima da mesa de trabalho ou uma toalha molhada na janela. “E não se esqueça de abrir as janelas de manhã para deixar o ar circular na casa. Se os raios solares adentram no local, melhor ainda, porque eles são os maiores esterilizantes do meio ambiente”, recomenda o especialista. E, se mesmo seguindo todas essas recomendações sintomas como: tosse, sem conseguir expectorar; congestionamento das vias respiratórias; desconforto ao deitar; ou sensação de pressão na cabeça persistirem por mais de três dias, é preciso procurar orientação médica.



Pneumologista
Álvaro Gradim

Reforma da Previdência: especialista afirma que servidor público não é o vilão dessa história

O especialista em Previdência e fundador da Aposentfácil, Hilário Bocchi Junior, acaba de lançar a quinta edição do livro *Quero me Aposentar*. Nele, os contribuintes encontram orientações sobre os benefícios que podem receber e como planejar o valor de sua aposentadoria. Neste momento decisivo para o país, Hilário expõe os reflexos da reforma da Previdência na vida do servidor público.

Folha do Servidor Público: Algumas entidades brasileiras, como o Instituto Movimento Nacional dos Servidores Públicos Aposentados e Pensionistas (Mosap), levantaram a bandeira de que o servidor público não é o vilão, quando o assunto é o déficit da Previdência. Como o senhor vê essa questão?

Hilário Bocchi Junior: Quem fala isso não sabe o que está falando. Muitos servidores públicos têm altos salários e isso também deve ser revisto, mas a maioria dos servidores públicos não ganha bem. Estão aí as constantes greves para demonstrar isso.

Quando dedicamos nosso olhar para os servidores públicos estaduais, e principalmente municipais, verificamos que muitas aposentadorias beiram o salário mínimo – quando não são menores que isso –, porque existe a garantia constitucional de que ninguém pode receber menos que o piso. Não precisa ser especialista em previdência, economista ou atuário (matemático) para saber disso. Basta olhar o contracheque e os holerites dos servidores para ter essa certeza.

FSP: Na prática, quais novas regras mais devem impactar na vida dos servidores públicos que já contribuem e pretendem se aposentar pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) e de que forma?

HBJ: A inclusão de idade mínima e a fórmula de cálculo que inclui no benefício 20% das menores contribuições.

As regras de transição, excetuando aquela de quem está a dois anos da aposentadoria, mais do que dobram o tempo de contribuição (ou idade) para ter acesso à aposentadoria. E, quando tiver acesso ao benefício, ele terá valor menor.

Fiz algumas simulações de cálculo, e o valor do benefício pode ser reduzido de 4% a 7% só com a inclusão das menores contribuições (20%). Parece pouco, mas isso significará que o trabalhador poderá ter até um mês de benefício a menos por ano. É como se não tivesse mais o décimo terceiro.

FSP: Por conta do caminho percorrido pela Reforma da Previdência até agora, o senhor julga que a “fábrica de desigualdades” a qual o ministro da Economia, Paulo Guedes, se referiu no início deste ano tende a fechar?

HBJ: Ele mesmo se contradiz. Quando afirma que a economia de 1 trilhão será sentida nos próximos dez anos, é porque as desigualdades continuarão. O servidor público que iniciou sua carreira antes de 2003 vai continuar se aposentando com integralidade e paridade, então isso só vai acabar mesmo na próxima geração. Se olharmos sob esse aspecto, ele pode até ter certa razão. Por outro lado, os benefícios dos parlamentares têm regras de transição bem menos trágicas, então a fábrica pode estar deixando de produzir benefícios menores, mas os maiores continuam em pleno ritmo.

Em resumo, não sou contra a reforma. Não concordo com as regras de transição. Penso que teremos um problema social.

FSP: O INSS tem 45 dias para responder a um pedido de aposentadoria, mas em maio deste ano estava levando, em média, 135 dias, o triplo do prazo fixado por lei. O atraso nas respostas, além de impactar a vida de quem espera a aposentadoria, também afeta os gastos do governo. A Reforma da Previdência tem feito os brasileiros correrem para se aposentar?

HBJ: A Previdência, mesmo antes da proposta da reforma, já operava no déficit o atendimento aos beneficiários – aliás, sempre foi assim. É óbvio que o trabalhador não pode ser prejudicado pela omissão ou pelo atraso da Administração, e a penalidade para isso é o pagamento das parcelas das prestações em atraso com correção monetária. O Estado também é prejudicado com essa demora. Sempre, em época de reforma, o volume de serviço aumenta. O trabalhador corre para garantir direitos e perde, às vezes, por tomar decisões apressadas. Isso é um erro porque pode ter um benefício baixo para o resto da vida. Para se ter exata dimensão de quando é indicado se aposentar, criei o site www.temposdeservico.com.br para fazer essa simulação. [AAA1]

FSP: Depois de aprovado o texto-base da Reforma da Previdência (PEC 6/19), os votos de 465 deputados no plenário da Câmara diminuíram a idade mínima exigida para aposentadoria de professores que já estão na ativa. De 58 anos para 55 anos (homens) e de 55 anos para 52 anos (mulheres). A que o senhor atribui essa mudança nas regras para professores do setor público e do privado?

HBJ: Acredito que a redução da idade mínima deveria ser aplicada para todas as categorias. As pessoas que estão na iminência da aposentadoria não podem ter seus planos, sonhos e expectativas frustrados.

FSP: Essa classe de trabalhadores deve esperar por mais mudanças que abrandem as regras de transição nessa Reforma da Previdência?

HBJ: Não posso afirmar que ainda haverá muitas mudanças, mas tenho certeza de que ninguém deve tomar decisões enquanto as regras são passíveis de mudanças, que é o caso. A demanda dos professores é justa e as alterações somente aconteceram em razão do poder de mobilização da classe. Todavia, essa mudança gera injustiça em relação aos demais trabalhadores. Veja dentro da própria escola. O faxineiro, a cozinheira (merendeira), o porteiro, que também são importantes no processo educacional, terão que se submeter a regras de transição mais drásticas. Isso se reflete em toda a sociedade. Não sei como poderemos explicar para as crianças que todas as pessoas que vivem em uma sociedade justa devem ser tratadas com dignidade se na própria escola há essa discriminação, pode-se dizer, social.

FSP: Essa mudança na regra de transição para os professores pode indicar precedente para outros profissionais terem regras de transição menos rígidas?

HBJ: Não acredito que haverá uma extensão dessas regras com idade mínima menor para as demais categorias profissionais. A regra de transição deveria levar em consideração o tempo da contribuição de cada segurado e o período que falta para aposentar, exatamente como aconteceu na Reforma Constitucional de 1998 (Emenda Constitucional n. 20).

Quem contribuiu mais teria o benefício mais cedo em relação àquele que trabalhou menos. Do jeito que a legislação está sendo colocada, com idade mínima, as pessoas mais simples que começam a trabalhar mais cedo acabam sendo prejudicadas em relação àquelas que começaram mais tarde.

É uma injustiça social e abnegação do princípio do valor social do trabalho, porque a pessoa deixa de estudar para trabalhar, deixa de viver a infância e a adolescência para trabalhar, e no final das contas perceberá que todo esse esforço não valerá nada.

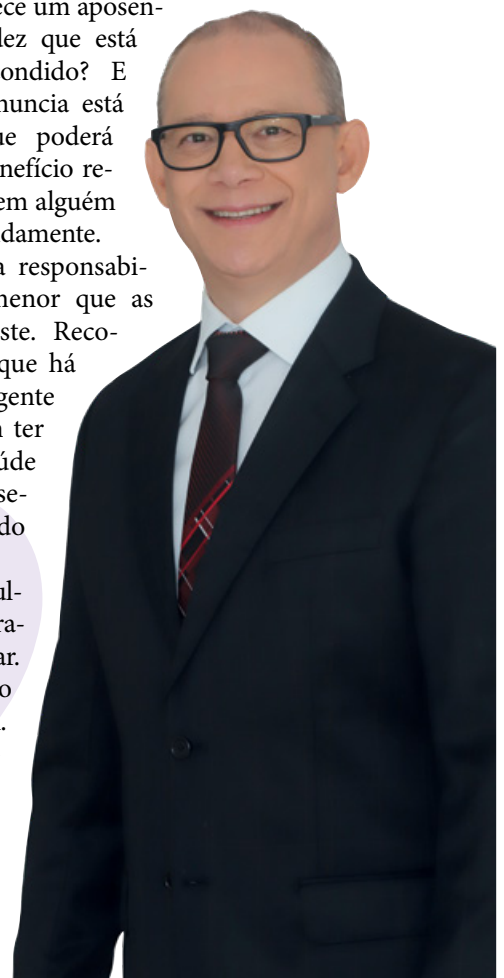
FSP: Propostas de acabar com o pedágio na transição e diminuí-lo de 100% para 50% foram rejeitadas. Qual o peso disso para fechar a conta da Previdência, de maneira sustentável?

HBJ: A conta da Previdência nunca vai fechar. Isso é ilusão. E o problema não é a redução do valor dos benefícios, e muito menos o retardo na concessão. Enquanto os privilégios não forem enfrentados de frente, enquanto o Estado não for ineficiente no cumprimento de suas obrigações, enquanto os patrões insistirem em sonegar as contribuições sociais e os trabalhadores persistirem em querer obter benefícios fraudulentos e irregulares, nada vai mudar. Você deve estar se perguntando “Mas os trabalhadores também têm culpa”, Claro que sim.

Quem não conhece um aposentado por invalidez que está trabalhando escondido? E quem não o denuncia está concordando que poderá ter seu futuro benefício reduzido, porque tem alguém recebendo indevidamente.

É claro que essa responsabilidade é bem menor que as outras, mas existe. Reconheço também que há um monte de gente trabalhando sem ter condições de saúde porque não consegue ser aprovado na perícia.

Enquanto essa cultura não for alterada, nada vai mudar. A Previdência não será sustentável. Pode escrever: teremos outras reformas em breve.





Agenda Cultural no estado de São Paulo*

Sarau no Karaokê – 20/09

CBI Esplanada – 16º andar

Horário: 14h00

Inscrição: não precisa

Grátis

Encontro Poético – 24/09

CBI Esplanada – 16º andar

Horário: 11h00

Inscrição: não precisa

Grátis

Jornada Cultural – 28/09

Piedade – SP – Saída da Sede Social

Horário: 7h30

Inscrição: 02/09

Preços: R\$ 140,00 (associados e dependentes)
R\$ 200,00 (convidados)

Tour de Espanhol – 05/10

Circuito Caminhos do ABC, em Ribeirão Pires / SP

Horário: 7h30

Inscrição para alunos: de 16/09 até 23/09

Inscrição para associados, dependentes e convidados: de 24/09 até 27/09

Preços: R\$ 140,00 (alunos)
R\$ 160,00 (associados e dependentes)
R\$ 200,00 (convidados)

Dia das Crianças – 12/10

Ecologic Park, em Piracicaba / SP. Com mais de 700 m, cenário 4-D, Jequitibá-Rosa falante, dinossauro, passagem secreta no meio da Mata Atlântica e filme em 3-D que explica as eras geológicas dentro de uma caverna. Saída da Sede Social.

Inscrição para alunos: 03/09

Preços: R\$ 70,00 (de 7 a 11 anos)
R\$ 140,00 (de 12 a 15 anos)
R\$ 140,00 (associados e dependentes)
R\$ 200,00 (convidados)

*A programação está sujeita a alterações. Para mais informações, consulte: www.afpesp.org.br/servicos/cultura

Conheça os conselheiros eleitos

Nesta edição, encerramos a apresentação dos membros do Conselho Deliberativo eleitos em dezembro de 2018, para o mandato de 2019 até 2024.



Reinaldo Musetti

✉ reimusetti@gmail.com

Formado em Educação Física pela Escola Superior de Educação Física de São Carlos, em São Paulo. Atuou principalmente como escrevente habilitado na Corregedoria Geral da Justiça, como professor da Secretaria da Educação e do Centro de Educação Física, Esportes e Recreação (Cefer) de São Carlos e como assistente técnico desportivo na Prefeitura do Campus Administrativo de São Carlos (PCASC).



Sergio Roxo da Fonseca

✉ não possui

Aposentado. É formado pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), além de ser mestre e doutor pela Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho” (Unesp). Atuou como procurador da Justiça, professor livre docente da Unesp e advogado. Conhecedor dos idiomas: português, latim, francês, espanhol e inglês.



Sônia Cerdeira

✉ sosocerdeira@gmail.com

Aposentada. É formada em Letras. Atuou como coordenadora de turismo do Centro do Professorado Católico durante 10 anos. Na maior parte de sua trajetória profissional, trabalhou em diversas escolas públicas como professora de Português. Ao todo, foram 25 anos de carreira.

Seguro de Vida em Grupo da AFPESP

Proteção garantida para você e sua família!

A AFPESP tem um Plano Exclusivo para você, associado(a)!

Coberturas essenciais, benefícios imperdíveis e o melhor preço do mercado. Compare!

Morte Natural, Morte Acidental e Invalidez Permanente Total ou Parcial por Acidente

- Assistências a Pessoas, Veículo e Residência;
- Sorteios Mensais de Capitalização (R\$ 5 mil cada) e de Hospedagem gratuita nas ULs da AFPESP e o melhor: por um preço imperdível! Faça as contas e compare!!!

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

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	
300.000	98,10	108,90	118,80	150,00	210,90	282,90		

Consulte outros valores - Reajuste anual pelo IPCA.

Ligue: 11 3105 9666 | 0800 726 9666 ou Acesse: www.arin.com.br

AFPESP

ARIN

MAPFRE SEGUROS



Para você e para o seu bolso, **MELHOR** **DA SAÚDE** você encontra na Qualicorp.

Servidor Público: graças à parceria
da Qualicorp com a AFPEsp, você
tem acesso a planos com excelente
qualidade, em condições especiais.

PLANOS
A PARTIR DE **R\$246***

SulAmérica
Saúde

amil

Central Nacional
Unimed

bradesco
saúde

Simule seu plano em **qualicorp.com.br**

Se preferir, ligue (11) 3101-9599 | (11) 97123-2626 | 0800 799 3003 (Interior)

AFPEsp



Qualicorp

Sempre do seu lado.

SulAmérica:

ANS nº 006246

Amil:

ANS nº 326305

Central Nacional Unimed:

ANS nº 339679

Bradesco Saúde:

ANS nº 005711

Qualicorp
Adm. de Benefícios:

ANS nº 417173

*R\$ 245,83 - Qualicorp Estilo Nacional ADS I - E (EF) - (registro na ANS nº 482.199/19-8), da Central Nacional Unimed, faixa etária até 18 anos, com coparticipação e acomodação coletiva (tabela de maio/2019 - 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, bem como a disponibilidade para cada entidade de classe. 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. Julho/2019.

Siga a Qualicorp:

