



**FOLHA DO**

# **SERVIDOR PÚBLICO**

Jornal da Associação dos Funcionários Públicos do Estado de São Paulo  
Edição nº 325 — Junho e Julho — 2020 | [www.afpesp.org.br](http://www.afpesp.org.br)



---

## **Benefícios**

DrApp oferece  
teleconsulta

## **Bem-Estar**

HSPE no combate  
ao Covid-19

## **Autoconhecimento**

Como minimizar os efeitos  
negativos para ficar bem



**Telefone Geral: 0800-760-0440 e (11) 2391-9393**

**Turismo – Sede Social**

Telefone: (11) 2391-9393 / disque opção 3  
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) 4040-4077 / (11) 2391-6874  
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) 3885-2370  
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

**Mareias**

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

**Moinho Velho (Monte Verde)**

Telefones: (35) 3042-9712 / (11) 2391-6840  
E-mail: monteverde@afpesp.org.br

**Peruíbe I**

Telefones: (13) 3500-6129 / (11) 2391-6849  
E-mail: peruipe1@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 Lourenço**

Telefone: (35) 3331-6170  
E-mail: slourenco@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 Ibirá**

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**

AFPEP: fundada em 5 de novembro de 1931.

Filiada a Fespesp e CNSP.

<b>DIRETORIA EXECUTIVA</b>	<p><b>Presidente:</b> Álvaro Gradim  <b>1º Vice-Presidente:</b> Antonio Sérgio Scavacini  <b>2º Vice-Presidente:</b> Luiz Manoel Gerales  <b>Presidente de Honra:</b> Antonio Luiz Ribeiro Machado  <b>Diretora Econômico-Financeira:</b> Elza Barbosa da Silva  <b>1º Tesoureiro:</b> Tadeu Sérgio Pinto de Carvalho  <b>2º Tesoureiro:</b> Yassuo Suguimoto</p>	<b>COORDENADORIAS</b>	<p><b>Administrativa:</b> Antonio Sérgio Scavacini  <b>Assistência à Saúde:</b> Meire Eveli Tamen  <b>Associativismo:</b> Lizabete Machado Ballesteros  <b>Chefe de Gabinete:</b> Luiz Manoel Gerales  <b>Educação e Cultura:</b> Thais Helena Costa  <b>Eventos:</b> Nedda Maria Bravo Gradim  <b>Gestão Administrativa das Unidades Regionais:</b> Adevilson Custódio  <b>Meio Ambiente:</b> Romeu Benatti Júnior  <b>Social:</b> Elvira Stippe Bastos  <b>Unidades de Lazer:</b> Antonio Arnosti</p>
<b>CONSELHO DELIBERATIVO</b>	<p><b>Presidente:</b> Paulo César Corrêa Borges  <b>Vice-Presidente:</b> Rosy Maria de Oliveira  <b>1ª Secretária:</b> Edson Toshio Kubo  <b>2ª Secretário:</b> Ester Mirian Belo Rodrigues</p>	<b>CONSELHO FISCAL</b>	<p><b>Presidente:</b> Luiz Sérgio Schiachero  <b>Vice-Presidente:</b> Antonio de Jesus da Silva  <b>Secretário:</b> Dalmar Cassapula  <b>Membros:</b> Rosemeire Gomes de Paiva Lara Garcia e Glória Della Monica Trevisan</p>

**Conselho**

Adevilson Custódio, Adherbal Silva Pompeo, Alcides Amaral Salles, Álvaro Gradim, Ana Maria Villela Alvarez Martinez, André Chaves de Melo Silva, Antonio Arnosti, Antonio Carlos de Castro Machado, Antônio Carlos Duarte Moreira, Antonio Luiz Pires Neto, Antonio Luiz Ribeiro Machado, Antonio Sérgio Scavacini, Antonio Tuccillo, Arita Damasceno Pettená, Arlete Gomes Donato Torres, Arthur Corrêa de Mello Netto, Artur Marques da Silva Filho, Benedito Vicente da Cunha, Camila Rafael Gozzo Bruschi, Carlos Eduardo Tirlone, Cassio Juvenal Faria, Claudio Antonio Plaschinsky, Dangles Junta, Edison Moura de Oliveira, Edison Pinceli, Edna Pedroso de Moraes, Eduardo Pereira de Quadros Souza, Eduardo Primo Curti, Elisabeth Massuno, Elvira Stippe Bastos, Elza Barbosa da Silva, Emílio Françolin Júnior, Ester Mirian Belo Rodrigues, Fátima Aparecida Carneiro, Feres Sabino, Fernando José Zanetto Tamburo, Gilmar Belluzzo Bolognani, Giuliana Angela Palumbo, Haydée Santos Galvão Mello, Helena Niskier, Iasuey Homma, João Baptista Carvalho, Joaquim de Camargo Lima Júnior, José Carlos Carone, José Luiz Rocha, José Oswaldo Pereira Vieira, Leda Regina Machado de Lima, Lizabete Machado Ballesteros, Luis Gustavo da Silva Pires, Luiz Carlos Pires, Luiz Manoel Gerales, Luiz Reynaldo Telles, Luiz Sérgio Schiachero, Manoel Diniz Junqueira, Márcia Moreno Duarte Moreira, Maria Auxiliadora Murad, Maria das Graças da Silveira, Maria Edna Silva Roza, Maria Regina Freire Martins, Maria Rosa Ascar, Mário Miyahara, Mario Palumbo Júnior, Mariza Aparecida Amaral, Martin Teodoro Myczkowski, Matheus Falconi Fialho, Meire Eveli Tamen, Miguel Angelo Paccagnella, Milton dos Santos, Milton Maldonado, Mucio Rodrigues Torres, Nelson Galdino de Carvalho, Nivaldo Campos Camargo, Octávio Fernandes da Silva Filho, Orestes Gir Junior, Paulo Lucas Basso, Pedro Issamu Tsuruda, Raphael Liberatore, Reinaldo Musetti, Renato Del Moura, Reynaldo dos Anjos, Ricardo Cardozo de Mello Tucunduva, Ricardo Salles Fragoso, Romeu Benatti Júnior, Rosely Duarte Corrêa, Rosemarí Braga do Rosário, Rosy Maria de Oliveira, Sérgio Roxo da Fonseca, Sílvia Lin Mei Tchun, Sônia Cerdeira, Tadeu Sérgio Pinto de Carvalho, Thais Helena Costa, Ubirajara Ramos, Vera Lúcia Pinheiro Morgado, Wagner Dalla Costa, Walter Giro Giordano, Yassuo Suguimoto, 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 Walesca Borges

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

**Colunista:** Karen Scavacini

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

**Revisão Final:** Ana Lúcia Mendes Antonio e Andréa Ascensão

É uma publicação bimestral 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.

**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 assume 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.

# Uma mensagem de positividade e agradecimento

**N**a década de 1960, o ex-Beatle Paul McCartney estava passando por momentos difíceis. Os quatro garotos de Liverpool não se entendiam mais quando Paul sonhou com sua já falecida mãe, Mary Patricia. No sonho, Mary tranquilizava Paul com uma mensagem de positividade: “Vai ficar tudo bem, só deixe estar”. Ao acordar, extremamente tocado pelo sonho, o músico foi para o piano e compôs *Let it be* (“Deixe estar”, em português), que viria a ser o último single dos Beatles.

Em 2013, o jornal *Daily Mail* publicou uma entrevista com o músico, que na ocasião revelou que as palavras de sua mãe melhoraram sua vida – mas não só isso: “Ao colocá-las em uma música e gravá-las com os Beatles, tornaram-se uma declaração reconfortante e curadora para outras pessoas também”. E foi pensando em ajudar aqueles que mais precisam que a Diretoria Executiva da AFPEPSP promoveu uma campanha de solidariedade durante abril e maio. A hashtag #UnidosUmPeloOutro espalhou boas notícias pelas

redes sociais e levantou mais de 100 mil reais até o fechamento desta edição. E eu quero que você, associado ou associada, que está lendo a *Folha do Servidor Público* neste momento e teve esse gesto de amor doando alguma quantia, receba minha eterna gratidão. Com sua ajuda, pudemos auxiliar profissionais informais que dependem do turismo nas cidades onde estão localizadas nossas unidades de lazer, profissionais de saúde que trabalham em hospitais dos servidores públicos estaduais e municipais e moradores de rua.

Quero expressar, ainda, meu profundo agradecimento a todos os associados da AFPEPSP também pela compreensão e pelo apoio dado durante os dias em que as atividades e os serviços de nossa entidade estão suspensos por motivos de força maior.

Esta edição da *Folha do Servidor Público* não terá versão impressa a fim de contribuir para a não propagação do novo coronavírus, já que dessa forma, eliminamos o manuseio de papel e outros

insumos, além da operação logística com os Correios.

Por fim, mas não menos importante, deixo minha homenagem aos profissionais de saúde que têm cuidado da população nestes tempos de pandemia (veja tirinha na página 18). Assim como Mary – que foi encarregada da enfermagem da maternidade onde nasceu Paul e mais tarde trabalhou como parteira domiciliar –, vocês são nossos verdadeiros heróis e heroínas. Muito obrigado e “let it be”.



Álvaro Gradim  
Presidente da AFPEPSP

## PAINEL DO SERVIDOR

### Comentários

*Prezados senhores(as), agradeço e parablenizo pela iniciativa e pelo serviço prestado pela AFPEPSP aos associados referente à declaração anual de imposto de renda. No dia 11 de março fiquei muito satisfeita com o serviço prestado para a realização da declaração. Continuem...*

**Eugênia Regina de Carvalho Rossatto – via Ouvidoria**

*Caro dr. Gradim, parabéns pelas medidas relativas ao coronavírus que está tomando. São próprias de um médico que conhece o assunto e as boas normas administrativas de uma entidade como a nossa. Principalmente quando V.S.a também exerceu essa profissão. Parabéns, também, pelas outras que já tomou em prol de nossa AFPEPSP, da qual sou associado há mais de 50 anos, havendo recebido medalha relativa a isso. Sua gestão é inovadora, eficiente e eficaz.*

**José Etuley Barbosa Gonçalves – via e-mail**

*Parabéns presidente Gradim, pelo artigo publicado hoje, 9 de maio, no Diário do Grande ABC. Nas últimas décadas, creio, esta é a primeira vez que vejo a AFPEPSP se posicionar na defesa do servidor. Grato.*

**Olavo Silva Junior – via Ouvidoria**

*Já usei várias vezes as Unidades de Lazer da AFPEPSP e sempre fui imensamente bem tratado por todos os colaboradores. Tomo aqui a liberdade de levar meu abraço a todos os colaboradores. Grande abraço a todos e meu desejo de que tudo isso passe em breve.*

**Antoniél Souza da Silva – via Ouvidoria**

*Quero parabenizá-los pela campanha #UnidosUmPeloOutro, para ajudar o pessoal do turismo que não está trabalhando devido à quarentena. Depositei R\$ 150,00.*

**Valeria Beatriz Oliveira Sparano – via Ouvidoria**

*Devo externar minha tristeza por esse momento tão desastroso pelo qual estamos passando, principalmente nós da melhor idade, que tanto gostamos de desfrutar da ótima hospedagem das unidades de lazer da AFPEPSP. Mas também estou confiante de que tudo vai passar e voltaremos a nossa vida normal, com mais consciência, fé, solidariedade e amor em nossos corações. Parablenizo os colaboradores e toda a direção da AFPEPSP pelos esforços que têm desempenhado em manter as unidades em condições de higiene e limpeza o mais adequadas e saudáveis possível, em concordância com as normas de saúde e segurança. Muito obrigado a todos!*

**Pedro Pinto de Oliveira – via Ouvidoria**

## Presidente da AFPEPSP diz que frase de Guedes é leviana e fora da realidade

No dia 27 de abril, o ministro da Economia, Paulo Guedes, disse que “servidor público não pode ficar em casa, com geladeira cheia, enquanto brasileiros perdem emprego”. A declaração foi contestada pelo presidente da AFPEPSP e pneumologista Álvaro Gradim, que salientou: “A afirmação é improcedente, deslocada da realidade e leviana”.

Representante dos servidores públicos, Álvaro lembrou que são os funcionários da União, dos estados e dos municípios que estão na linha de frente da sociedade na luta contra o novo coronavírus. São os profissionais da saúde, de hospitais e unidades de atendimento, policiais civis e militares, bombeiros, garis, coletores de lixo, pessoal de retaguarda que mantêm os sistemas funcionando, equipes dos institutos médicos-legais, professores e pesquisadores das universidades públicas — dentre eles os que tiveram bolsas de pós-graduação suspensas este ano e que estão trabalhando de graça em busca de respostas científicas.

“O trabalho de todo esse pessoal tem sido um desafio diário, como se observa no Sistema Único de Saúde (SUS), do qual, segundo dados oficiais, dependem exclusivamente mais de 70% da população, sem poder aquisitivo para arcar com convênios, seguros e serviços particulares. Mesmo com o aumento exponencial da demanda em decorrência da Covid-19, o atendimento está sendo eficaz, apesar dos cortes significativos de verbas impostos ao setor, no âmbito da presente política fiscal do governo”, ponderou Gradim.

O mesmo se aplica a todos os demais servidores citados, que têm sido a base de sustentação do País no cenário atual. “São os ‘parasitas’ — conforme recentemente já os havia qualificado Paulo Guedes — que

estão mantendo viva a Pátria Amada Brasil”, acentuou o presidente da AFPEPSP.

Os funcionários públicos também enfrentam o risco de ter seus salários reduzidos como alternativa contingencial na geração de recursos para o enfrentamento da pandemia.

### AFPEPSP alerta que redução salarial deixaria servidores públicos em dificuldades

O presidente da AFPEPSP, Álvaro Gradim, salienta que a entidade é totalmente contra as propostas do governo e do Congresso Nacional de reduzir os vencimentos dos funcionários públicos da União, que ganham mais de R\$ 3.135,00. “A propósito, esse valor deveria ser o salário mínimo da categoria, e não uma referência para a instituição de um corte emergencial de valores. Nossa sugestão é que se reduzam os proventos de deputados, senadores e ministros dos tribunais superiores, que são bastante elevados e cuja diminuição temporária não os deixaria sem poder

de compra”, argumenta o presidente da AFPEPSP, enfatizando: “É importante que essas carreiras com os maiores salários exercitem o seu patriotismo neste momento. Não se pode colocar a responsabilidade de financiar a mobilização contingencial contra a Covid-19 sobre a grande base dos que carregam o sistema público”.

Ademais, boa parte dos trabalhadores brasileiros que não estão em home office e se encontram na linha de frente na luta contra o coronavírus é integrante da parcela do funcionalismo público federal atingida pela redução salarial proposta. “Refiro-me, por exemplo, aos enfermeiros, médicos, fisioterapeutas, farmacêuticos, policiais e todos aqueles que estão diretamente mobilizados na guerra contra a grave pandemia, expondo-se a riscos de contágio e trabalhando de maneira incansável. Não é justo que essas pessoas, em meio à verdadeira guerra que estão enfrentando, tenham seus salários diminuídos, em prejuízo significativo para suas famílias”, afirma Álvaro.

Por todas as razões aqui expostas, a AFPEPSP repudia as propostas de corte salarial e adotará medidas judiciais cabíveis caso sejam levadas adiante.



**Nossa sugestão é que se reduzam os proventos de deputados, senadores e ministros dos tribunais superiores, que são bastante elevados e cuja diminuição temporária não os deixaria sem poder de compra.**

**Álvaro Gradim**  
Presidente da AFPEPSP



### AFPEPSP tem novos telefones

Os telefones gerais da AFPEPSP, 0800 771 7144 e (11) 3188-3100, mudaram em maio e, por isso, não podem mais receber chamadas.

Os novos números são:

**0800-760-0440** (somente telefone fixo) **(11) 2391-9393** (apenas São Paulo)

## Importante: atualize seu cadastro

Manter seu cadastro na AFPEP atualizado permite que a nossa comunicação e nosso relacionamento sejam o mais assertivos possível.

Em caso de dúvida, ligue para (11) 2391-9393 ou envie uma mensagem para o e-mail: [arrecadacao@afpesp.org.br](mailto:arrecadacao@afpesp.org.br).

Para ficar por dentro das novidades e garantir ainda mais agilidade ao utilizar os serviços da AFPEP, atualize os seus dados cadastrais, acessando:

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

# AFPEP doa mais de 26 mil quilos de alimentos

Com a suspensão das hospedagens nas unidades de lazer e do funcionamento do restaurante da Sede Social da AFPEP, em 20 de março deste ano, a Diretoria Executiva da AFPEP, sob a presidência do dr. Álvaro Gradim, decidiu doar os alimentos de seus restaurantes com datas de vencimentos próximas para instituições que assistem desde crianças até idosos das cidades onde estão localizadas as unidades de lazer, além de seus colaboradores mais carentes.

A ação solidária fez parte da campanha #UnidosUmPeloOutro, realizada pela AFPEP como forma de enfrentamento da pandemia do novo coronavírus (Covid-19).

A doação consistiu em mais de 26 mil quilos de alimentos perecíveis e não perecíveis: achocolatado, café, carnes, cereais,

condimentos, congelados pré-prontos, conservas, doces, farinhas, frios, frutas, gelados, grãos, hortaliças, legumes, massas, oleaginosas, pães e outros; além de 22.813 ovos, 2.660 litros de bebidas lácteas e 3.731 unidades de outras bebidas.

As entidades beneficiadas foram: Lar São Vicente de Paulo de Areado (LSVP), Residência do Amor Fraternal de Avaré – (Asilo Rafa), Fundo Social de Solidariedade de Campos do Jordão, Casa da Divina Providência em Campos do Jordão, Ministério Evangélico Palavra de Vida em Guarujá, Lar São Camilo de Lélis, em Águas de Lindoia, Asilo São Vicente de Paulo de São Lourenço, Programa do Auxílio e Integração Social em São Pedro (PAIS), Santa Casa de Misericórdia Irmandade Senhor

dos Passos de Ubatuba e PROHACC - Associação de Proteção Habitacional das Crianças Carentes de São Paulo.



Alimentos doados pela AFPEP.

# Comunicado importante: Arraiá e Festival de Inverno são cancelados

No mês de junho, a AFPEP tradicionalmente realiza o seu maior evento do ano: o Arraiá, que estava programado para o dia 20, na Unidade de Lazer AFPEP Serra Negra. Já

no mês de julho, aconteceria o Festival de Inverno, na Unidade de Lazer AFPEP Campos do Jordão. Devido às medidas de enfrentamento ao novo coronavírus, ambos os eventos foram cancelados.



## AFPEP comunica previsões de reabertura de unidades

A próxima abertura de reservas acontecerá de maneira parcial, tão logo seja liberada pelos órgãos governamentais. As unidades de lazer que serão reabertas são as localizadas em Amparo, Avaré, Campos do Jordão, Guarujá, Itanhaém, Poços de Caldas, São Lourenço, Serra Negra, Ibirá e Ubatuba, além da Unidade Capital.

Já as atividades nas unidades de lazer em: Areado, Caraguatatuba, Lindóia, Marésias, Monte Verde, São Pedro, Socorro, Peruíbe I, Appenzell e Saha permanecerão temporariamente suspensas.

Para consultar o valor dos créditos, acesse a Área do Associado na parte superior do site da AFPEP ou [www.afpesp.org.br/creditos](http://www.afpesp.org.br/creditos).

Valorizando a saúde de todos e no intuito de ajudar a conter a disseminação do vírus, a AFPEP adotou o modelo de trabalho home-office. Portanto, os atendimentos presenciais estão temporariamente suspensos. Para consultar os serviços disponíveis ou e-mails ativos, acesse: <https://www.afpesp.org.br/2-afpesp/1397-medidas-de-prevencao-ao-contagio-pelonovo-coronavirus-covid19-2>.



**AFPEP é muito mais que unidade de lazer!**

**Benefícios para associados: desconto e economia**

### Seguro de Automóvel

**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**

# Educadores se reinventam durante a pandemia

**N**a biblioteca da Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker, professores se reuniram com a coordenadora pedagógica Marisa Antonia Borges Batista para traçar o caminho que seus 330 alunos percorreriam nos próximos dias. “Foi bem de supetão, tudo muito intenso. O governador anunciou que as crianças que já pudessem ficar com a família, ficassem”, recorda Marisa.

O anúncio de suspensão das aulas no estado de São Paulo foi feito no dia 13 de março, uma sexta-feira, e intensificou as medidas de enfrentamento ao novo coronavírus, adiantando os períodos de recesso escolar (em abril e outubro), que somaram duas semanas, seguidas das férias de julho. Na segunda-feira, dia 16, com poucos alunos no período da manhã, o corpo docente da Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker, localizada em Sorocaba, discutiu uma estratégia de emergência para que as crianças dos anos iniciais do Ensino Fundamental sentissem o menor impacto possível enquanto tivessem que permanecer em suas casas. “No final do período já estávamos com quase todas as rotinas de atividades prontas: com leitura diária, de livro ou de textos, atividades escritas, de matemática, horário de lanchinho, momento de arte e de educação física duas vezes por semana e enviando comunicados via WhatsApp para que, no dia seguinte, as crianças não interrompessem a dinâmica de estudos diários. Procuramos colocar uma rotina parecida com a da escola”, contou Marisa.

## O professor como pilar da educação

De acordo com o *Anuário Brasileiro da Educação Básica*, de 2019, organizado pelo movimento Todos Pela Educação e pela Editora Moderna, “no Ensino Fundamental, a quase alcançada universalização do atendimento é uma conquista importante, mas a conclusão na idade esperada está distante da ideal. Quase um quarto dos alunos termina a etapa com mais de 16 anos”. Em artigo publicado na *Revista Pátio Ensino Fundamental* pela socióloga, mestre em ciência política e conselheira do Conselho Nacional de Educação Maria Helena de Castro, os estudantes brasileiros aprendem pouco. “A maioria sai da escola sem conseguir ler e escrever adequadamente, não consegue se expressar oralmente e não sabe

argumentar, tampouco tem os conhecimentos básicos de matemática, como revelam as avaliações nacionais.” Entre outras ações, ela aponta como saída para uma educação de mais qualidade e equidade “a formação de professores e a qualificação de gestores comprometidos com mudanças efetivas”.

Para os alunos da Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker, a “fórmula” tem se mostrado eficiente e reconhecida. Em 2014, uma das professoras regentes, a Mara Elizabeth Mansani, ganhou destaque na mídia nacional quando conquistou o maior prêmio da América Latina no quesito educação, o Prêmio Educador Nota 10, na categoria Alfabetização, pela iniciativa pedagógica “Escrevendo com Lenga-lenga”. Esse projeto se baseia em textos de tradição oral portuguesa. Hoje, a faixa etária dos alunos do primeiro ao quinto ano do Ensino Fundamental matriculados na Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker acompanha o ideal, que é de 6 a 11 anos.

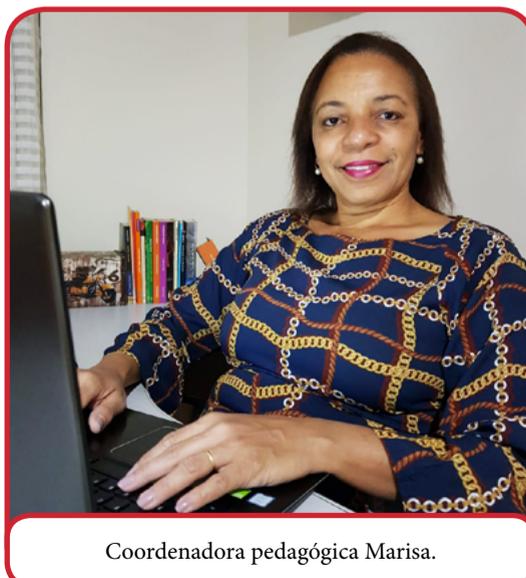
Contudo, a suspensão das aulas por conta da pandemia do novo coronavírus lançou novos desafios para a escola. “Não tivemos tempo de distribuir os livros para que eles fizessem as atividades em casa. Então, o professor manda foto da atividade para a criança. O material é preparado para ser colocado na página da escola no Facebook. Muitas vezes eu tenho que jogar no Google Drive, transformar em link. Tem professor que disponibilizou o Dragonlearn, que tem jogos matemáticos, deixou o link ali na rotina para clicar e ir direto para a página. Toda essa tecnologia nós estamos aprendendo. A gente trabalha muito pelo celular, então muitas vezes temos que descarregar para um pen drive. Já ouvi falar de professor que

também acabou travando o computador arquivando muito documento. Tem caso de uma professora que teve a casa invadida e da qual roubaram o notebook. Então, perdeu tudo”, explicou Marisa.

## Ferramentas para trabalho remoto

Logo após a suspensão das aulas, o WhatsApp foi essencial para dar continuidade à educação dos alunos da Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker. Adotadas no início deste ano por causa do programa SP Sem Papel, que estimula a redução ou a eliminação do uso de papel e o emprego de processo digital pela administração do Governo do Estado de São Paulo, mensagens em grupos nas redes sociais passaram a informar os pais ou responsáveis, que antes ficavam cientes dos acontecimentos por meio de comunicados e bilhetes impressos levados para casa. “Quando veio toda essa situação, também mudou o foco desse grupo”, recorda Marisa. Os grupos de cada turma passaram a ser usados para manter um contato próximo e direto com os professores. “Quando a criança está com dúvida, ela entra em contato pelo próprio grupo da classe. Aí a professora já grava um vídeo ou áudio, explicando sobre aquela atividade. Eu até falei: ‘De vez em quando gravem alguma coisa para a classe, para eles ouvirem a voz de vocês, contem uma historinha’. Eles continuam com muitas saudades dos professores”, afirma Marisa. Em pouco tempo, os grupos possibilitaram ir muito além do esperado. “As crianças vão fazendo as atividades, e os pais vão mandando as fotos, os vídeos. Estamos surpresos com as crianças, com os pais montando um ambiente de estudo, uma mesinha separada. Uma criança colocou bonecas em volta dela com um caderno e um livro para estudarem com ela. Tem uma família inteira – acho que são cinco irmãos – participando da paródia proposta pela professora de arte. Eles gravaram um vídeo, e ficou muito emocionante a família se envolvendo. Tem uma menina que gravou uma paródia sobre o coronavírus e o pai também participa, tocando violão. As crianças estão felizes porque os pais estão mais próximos delas para desenvolver a atividade”, relata Marisa.

Já a página oficial da escola no Facebook, antes utilizada para divulgar eventos



Coordenadora pedagógica Marisa.

e parcerias, é em alguns casos o único canal acessível para os estudantes. Por isso, as postagens passaram a conter as rotinas semanais de atividades. “Tem criança que tem que aguardar a mãe chegar do serviço porque só tem um celular. Cada família tem sua realidade”, situa Marisa.

A adoção de plataformas digitais também aconteceu com finalidades administrativas. Para continuar realizando reuniões semanais, os professores, os coordenadores e o diretor da Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker, Alexandre Ayres de Oliveira, passaram a utilizar o aplicativo Teams, oferecido pelo Governo do Estado de São Paulo. A coordenadora pedagógica contou como foi a experiência, similar a uma videoconferência. “É uma tecnologia nova, então estamos aprendendo. Uns com dificuldade de mexer com o computador, outros, não – mas deu tudo certo. No dia, estavam todos cadastrados e todos conseguiram entrar.”

## Lista de presença

Os professores da Escola Estadual Professora Laila Galep Sacker controlaram a presença de seus alunos por meio da interação nas redes sociais. Quando as crianças não respondiam, eles ligavam para os pais ou responsáveis. “Fizemos um levantamento, e nós não estamos tendo contato com seis alunos. Eles mudam muito, voltam para a cidade de origem. Então, nós não sabemos se eles ainda estão ou não na nossa escola”, revelou Marisa.

## Mudança estruturais

“Pós-pandemias, pós-guerras, um eixo muito importante de reconstrução dos países é a educação. A escola também vai ter outro significado, que é o de conexão entre a comunidade e o poder público pelas crianças e pelos estudantes”, ressaltou a presidente da ONG Todos Pela Educação, Priscila Cruz, durante entrevista para o programa *Roda Vida* no dia 13 de abril. A ressignificação da educação e a mudança na dinâmica que arranja as relações entre família, mestre e aprendiz já começaram. “A tecnologia é aliada. Não temos outra forma de contato com as crianças e de acalmar um pouco os pais, porque agora eles estão vendo a dificuldade dos filhos. Às vezes os pais têm dificuldade de aceitar o que o professor observa em sala. Agora o pai está vendo: ‘Nossa, meu filho realmente gagueja para ler. O que eu faço?’. Não pressione, deixe-o bem tranquilo. Apoie-o na leitura. Essas dicas os professores estão dando aos pais para reduzir um pouco essa aflição que eles estão sentindo. E agora o pai está dando muito valor



Sub-secretário Henrique.

para o trabalho do professor. Os professores estão muito surpresos com os elogios. O pai falando: ‘Puxa vida! Eu também tenho minhas limitações, mas, com sua orientação, estou conseguindo orientar meu filho’”, conta Marisa.

## Volta às aulas

Enquanto os alunos ainda estavam em férias escolares, entre os dias 22 e 23 de abril, os professores da rede estadual de São Paulo receberam treinamento a distância para utilizar o Centro de Mídias, um aplicativo que transmite aulas aos estudantes com possibilidade de interação. “É bem intuitivo. Então, essa é uma vantagem que a gente já tem de cara. Os professores não vão transmitir as próprias aulas. Eles vão mediar o acesso das suas turmas a aulas preexistentes. Então, o aluno, muitas vezes vai assistir a uma aula que está sendo transmitida de um estúdio de São Paulo, e a ideia é que o professor fique lá, intermediando uma discussão com os alunos, instigando com perguntas, passando atividades, e que ele consiga fazer a gestão desse ensino através da plataforma”, explicou o subsecretário de articulação regional da Secretaria de Educação, Henrique Pimentel Filho.

Para acessar o Centro de Mídias, os estudantes precisam de um dispositivo com acesso à internet, mas o acesso ao aplicativo é oferecido gratuitamente. “Estamos usando o sistema de dados patrocinado, o que significa que, quando a família ou o estudante entram no aplicativo, ele não consome os dados do plano de celular da pessoa. É um benefício. Nesse aplicativo, a gente vai trabalhar conteúdos regulares, previstos no currículo paulista. Então, a gente vai, sim, conseguir retomar parte do ano letivo através do aplicativo. Queremos cumprir as 800 horas letivas até o final do ano, e é esse o nosso objetivo com essas estratégias de ensino mediado por tecnologia – contando que em algum momento deste ano a gente

volte às atividades presenciais nas escolas, que é o melhor jeito de a gente tocar nosso sistema educacional”, afirmou o sub-secretário Henrique.

A estreia do Centro de Mídia, no dia 27 de abril, foi marcada por dúvidas, dificuldade no uso do aplicativo e uma transposição da indisciplina da sala de aula para o mundo virtual, segundo reportagem de Angela Pinho, publicada na *Folha de S.Paulo*. O conteúdo dos anos iniciais do Ensino Fundamental ficou indisponível para sistemas iOS, parte dos professores não conseguiu se logar, muitos estudantes não sabiam que era possível acessar o Centro de Mídias sem consumir o seu pacote de dados e o chat disponibilizado para tirar dúvidas se tornou um fórum para comentários que foram desde saudações a xingamentos, passando por emojis e pedidos de nudes.

Para Andreia Aparecida Estevam, professora do 2º e 3º ano do ensino fundamental na Escola Estadual Professor Candido de Oliveira e associada da AFPEP, o Centro de Mídias se tornou a principal ferramenta para ensinar seus alunos, que fazem parte dos 3,5 milhões de estudantes da rede estadual. Ainda assim: “A forma como são expostas as lições e atividades — às vezes para os alunos menores — as explicações são muito vagas. Os professores das aulas on-line dão aula de forma geral, não entrando no conteúdo de cada escola. Apesar de ter o currículo paulista, não consegui observar ainda se estão seguindo as habilidades necessárias”, ponderou Andreia. Sobre o sistema de dados patrocinado, ela revelou que: “No início estava muito instável, caindo a transmissão por várias vezes. Agora está normal”.

Até o dia 4 de maio, a professora aguardava a liberação de outra ferramenta, o Google Classroom, para melhorar a interação com os estudantes. “É muito difícil passar atividades para fazerem em casa sem poder explicar, demonstrar. O 2º ano é alfabetização. Como alfabetizar a distância?”, indaga Andreia.

Os estudantes da rede estadual também passaram a ter aulas transmitidas pela TV Cultura. “A TV aberta é uma grande aliada”, definiu Henrique. O Centro de Mídias e a TV são os dois principais meios de aprendizado enquanto as aulas presenciais não são retomadas, mas o subsecretário reconheceu que as formas de contato entre docentes e estudantes já providenciadas antes via redes sociais vão continuar sendo um ponto de apoio importante. “Não só os professores vão ter que se reinventar. Vários profissionais, hoje, no Brasil, precisam se reinventar, aprender como trabalhar a distância, manter essa comunicação frequente com

seus pares, com seus subordinados. Para o professor também vai surgir esse desafio adicional. O que a gente pode fazer por esses educadores é fornecer boas bases formativas, trabalhando também a capacitação deles para esse formato, dando muito apoio pelas nossas diretorias regionais de ensino e sempre conseguindo dar ferramentas ágeis e fáceis que eles possam usar. Com isso, garantimos uma uniformidade no trabalho que a gente quer que seja desempenhado na rede, chegando, finalmente, aos nossos alunos”, declarou Henrique.

Aos 47 anos, a professora Andreia é hipertensa, por isso faz parte de um dos grupos de risco em que estão os indivíduos mais suscetíveis a pegar o Sars-Cov-2. “Meu marido é diabético e minha filha é cardiopata. Não tive nenhum direcionamento sobre esse assunto. Nem sei como será quando voltarmos



Professora Andreia.

às aulas presenciais”. E, essas não são suas únicas preocupações. “Depois da volta às aulas, como estarão esses alunos? Acho que o que consegui com eles será esquecido, como: regras de disciplina, leitura, escrita etc.”, teme Andreia.

Por ora, ela tem programado semanalmente o conteúdo para seus alunos. “No final de semana envio para a escola, por e-mail, para que seja distribuído aos alunos ou enviado pelo grupo da escola no Facebook”, completa Andreia.

## #NovoFundebJá

O Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica e de Valorização dos Profissionais da Educação (Fundeb) tem data de validade: 31/12/2020. Você sabia que, no mínimo, 60% do dinheiro do Fundeb deve ser aplicado no pagamento do salário dos professores da rede pública na ativa?

A ONG Todos Pela Educação define o Fundeb como um conjunto de 27 fundos (26 estaduais e 1 do Distrito Federal) que

serve como mecanismo de redistribuição de recursos destinados à Educação Básica. Isto é, trata-se de um grande cofre do qual sai dinheiro para valorizar os professores e desenvolver e manter funcionando todas as etapas da Educação Básica – desde creches, pré-escola, Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio até a Educação de Jovens e Adultos (EJA). Na prática, isso significa diminuir a desigualdade de recursos entre as redes de ensino. “De acordo com o

Estudo Técnico 24/2017 da Câmara dos Deputados, sem a política de fundo, a desigualdade seria de 10.000%. Com as atuais regras, a distância é de 564%”, detalha a ONG. Dessa forma, principalmente diante dos efeitos colaterais desta pandemia, é tão importante a Proposta de Emenda Constitucional (PEC) 15/2015, que tramita no Congresso Nacional para que o Fundeb torne-se um instrumento permanente de financiamento da Educação Básica pública.

## Congratulações aos associados aposentados

O Dia do Funcionário Público Aposentado reconhece, no dia 17 de junho, o valor dos feitos de cada servidor público que, durante sua trajetória profissional, contribuiu para o desenvolvimento do país, servindo à população com respeito e excelência.

Nessa data, vale lembrar da Proposta de Emenda Constitucional (PEC) 555/06, que revoga o artigo 4º da Emenda Constitucional número 41 para acabar com a cobrança de contribuição previdenciária sobre os proventos dos servidores públicos aposentados e pensionistas. Idealizada pelo deputado federal Carlos Mota (PSB/MG), em 22 de junho de 2006, a PEC aguarda votação na Câmara dos Deputados. Acesse: <https://youtu.be/mpYUATSb-8U> para entender as diferenças de desconto da previdência entre o servidor público e o trabalhador da iniciativa privada.

## Servidores aposentados serão contratados para reduzir fila do INSS

O Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) vai contratar servidores públicos aposentados pelo regime próprio de previdência social da União e militares inativos para o desempenho de atividades de natureza civil. O governo federal autorizou abertura de pelo menos 8.230 vagas temporárias com a expectativa de que o tempo médio de espera de cerca de 80 dias para a concessão dos benefícios seja reduzido a de 20 a 25 dias. O edital do chamamento público deve ser publicado no Diário Oficial até setembro.



# DrApp: saúde na ponta dos dedos

## Agora com opção de teleconsulta

**A** AFPESP tem parceria com a plataforma on-line DrApp, que permite aos associados e dependentes agendamentos: de consultas médicas com 55 especialidades e de mais de 2 mil exames laboratoriais, em todo o estado de São Paulo, com uma economia de até 80%.

Os preços das consultas agendadas pelo DrApp começam em R\$ 104,64 – valor que acompanha a tabela de referência da Associação Médica Brasileira (AMB).

### Novidade: teleconsulta

Desde o final do mês de maio, o DrApp também oferece opção de teleconsulta, ou seja, a consulta médica remota, mediada por tecnologias, com médico e paciente localizados em diferentes espaços geográficos.

Para garantir a segurança dos dados dos pacientes, a plataforma do DrApp possui certificação digital ICP-Brasil, protocolo HTTPS, senhas criptografadas no banco de dados e, por causa da hospedagem na Amazon Web Services (AWS), está protegida por protocolos de segurança reconhecidos pelo setor.

A teleconsulta é uma modalidade da telemedicina, cujo o uso foi regulamentado, em caráter excepcional e temporário, no dia 23 de março, pelo Ministério da Saúde (MS), com o objetivo e reduzir a circulação de pessoas expostas ao coronavírus (Covid-19). A portaria do MS autoriza o atendimento pré-clínico, de suporte assistencial, de consulta, monitoramento e diagnóstico, por meio de tecnologia da informação e comunicação, no âmbito do SUS e nos setores de saúde suplementar e privada.

Confira o passo a passo para começar a utilizar o DrApp:

1

Acesse:  
[afpesp.drapp.com.br](http://afpesp.drapp.com.br)

2

Escolha o que deseja agendar:  
"Consulta" ou "Exame".

3

Para "Consulta", selecione a especialidade e clique em "Buscar". Depois você pode filtrar a sua pesquisa pela cidade e pelo bairro de sua preferência. Agora escolha um médico.

a

Na sequência, escolha a data e o horário da sua consulta.

b

Agora, cadastre-se na plataforma, digitando os dados do associado titular: CPF, nome completo, celular, e-mail, senha, dados do cartão de crédito e endereço. Depois, clique em "Finalizar Cadastro".\*

c

Seu cartão de crédito pode já sinalizar a cobrança da consulta, mas trata-se apenas de uma pré-reserva do valor. A cobrança de sua consulta médica só será efetivada após o atendimento na data agendada. Se você cancelar a consulta, não haverá cobrança.

4

Para "Exame", clique no botão verde e carregue o arquivo ou tire uma foto do pedido médico.

a

Escolha a cidade e o bairro de sua preferência para realizar o exame. Depois, clique no botão "Enviar pedido de exame".

b

Agora, preencha seus dados: nome, telefone e e-mail.

c

Aguarde o orçamento do exame via e-mail ou WhatsApp.

d

O pagamento do procedimento deve ser feito pessoalmente no laboratório a+ Medicina Diagnóstica, do Grupo Fleury, no dia do exame.

\*Se a consulta não for para o associado titular, clique em "Meu Perfil" e depois em "Dependentes" – assim você poderá marcar consultas para seus familiares e agregados.

# Junho vermelho: o sangue que pode salvar vidas

**E**m 1930, o Prêmio Nobel de Medicina e Fisiologia foi para o austríaco Karl Landsteiner, o primeiro cientista a estabelecer a existência dos grupos sanguíneos: A, B, O e AB. Suas contribuições não pararam por aí; posteriormente, Karl ajudou a identificar o vírus da poliomielite. Mas foi o estudo da genética do sangue humano que lhe garantiu outra homenagem 74 anos mais tarde, quando a Organização Mundial da Saúde (OMS) escolheu a data de nascimento dele, 14 de junho, para instituir o Dia Mundial do Doador de Sangue. Esse dia ganha extensão com a campanha Junho Vermelho – em alusão à cor do sangue –, cujo propósito é chamar a atenção para a importância da doação regular de sangue.

No dia 14 de junho de 2019, o Ministério da Saúde (MS) estimou que, no Brasil, 16 a cada mil habitantes eram doadores de sangue, o que correspondeu a 1,6% da população nacional. Em junho, porém, com a queda de temperatura típica do inverno, o estoque de sangue, que depende de doação voluntária, costuma diminuir. Daí a importância da campanha.

A Fundação Pró-Sangue está entre os cinco maiores bancos de sangue da América Latina e é centro de referência da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) e da OMS. Mensalmente, ela coleta e processa cerca de 11 mil bolsas de sangue destinadas ao atendimento de cerca de 100 instituições públicas da rede estadual de saúde,

entre elas o Hospital das Clínicas (HC), o Instituto do Coração (Incor), o Instituto do Câncer do Estado de São Paulo (ICESP) e o Hospital Dante Pazzanese. No site da Fundação Pró-Sangue ([www.prosangue.sp.gov.br](http://www.prosangue.sp.gov.br)) é possível acompanhar a atualização diária da posição do estoque de cada tipo sanguíneo.

Segundo o MS, o volume de sangue coletado para uma doação não ultrapassa 15% da quantidade total que o doador possui – que varia de cinco a sete litros em um adulto – e é repostado naturalmente pelo organismo em até 24 horas. Enquanto isso, o sangue doado é separado em diferentes componentes (hemácias, plaquetas e plasma) e, dessa maneira, pode beneficiar até quatro pessoas que se submetem a tratamentos e intervenções médicas de grande porte e complexidade, como transfusões, transplantes, procedimentos oncológicos e cirurgias.

## Dicas para doar sangue

Para doar sangue recomenda-se ter dormido pelo menos seis horas nas últimas 24 horas e estar alimentado, mas ter evitado alimentação gordurosa nas quatro horas que antecedem a doação.

Por conta da pandemia do novo coronavírus, desde o dia 20 de abril os postos de coleta de sangue dão preferência ao sistema on-line de agendamento de doação. Para evitar aglomerações, basta acessar o site [prosangue.hubglobe.com/entrar](http://prosangue.hubglobe.com/entrar) e agendar sua coleta de sangue.

## Covid-19: pacientes curados podem doar plasma

As instituições paulistas Hospital Albert Einstein, Hospital Sírio-Libanês e Hospital das Clínicas têm autorização para testar o plasma de indivíduos que se recuperaram da infecção pelo novo coronavírus com o intuito de tratar pacientes em estado grave.

Para doar a substância, é preciso ser homem, ter de 18 a 60 anos, pesar mais de 55 kg, ter obtido resultado positivo para o novo coronavírus (teste PCR), ter apresentado um quadro moderado da doença e não ter histórico de hepatites B e C, doença de Chagas, Aids e sífilis.

## Como doar plasma?

Ligue para o banco de sangue dos hospitais e aguarde contato de um médico para a primeira triagem.

### Hospital Albert Einstein

(11) 2151-0457 / 2151-1455

### Hospital Sírio-Libanês

(11) 3394-5260 / 3394-5261

### Hospital das Clínicas

(11) 4573-7800

## Postos de coleta de sangue em São Paulo:

### Posto Clínicas

Endereço: Av. Enéas Carvalho de Aguiar, 155, 1º andar, Cerqueira César, São Paulo.

### Posto Dante Pazzanese

Endereço: Av. Doutor Dante Pazzanese, 500, Ibirapuera, São Paulo.

### Posto Mandaqui

Endereço: Rua Voluntários da Pátria, 4.227, Mandaqui, São Paulo.

### Posto Regional de Osasco

Endereço: Rua Ari Barroso, 355, Presidente Altino, Osasco.

### Posto Barueri

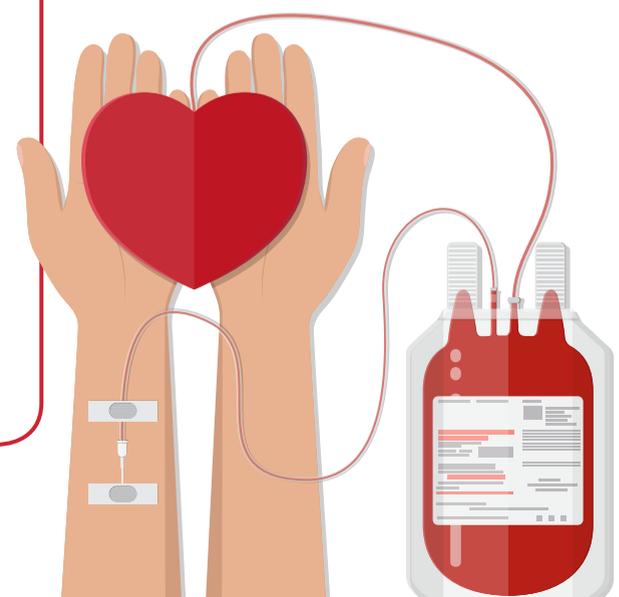
Endereço: Rua Angela Mirella, 354, Jardim Barueri, Barueri.

### Posto Stella Maris

Endereço: Rua Maria Cândida Pereira, 568, Itapegica, Guarulhos.

## 14 de junho:

## Dia Mundial do Doador de Sangue



## A importância da doação de sangue

O mês de junho é o de conscientização da doação de sangue, por isso é chamado junho vermelho. Esse é um gesto de amor ao próximo, e é importante também tornar esse ato um hábito. Saiba que uma doação de sangue pode salvar até quatro vidas e que não existe nada que substitua o sangue humano. Para a doação, os voluntários são entrevistados, conforme legislação vigente do Ministério da Saúde (MS)/da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa); são realizados testes para a identificação de doenças, e o sangue só será utilizado se todos os testes forem não reativos. O material utilizado na doação é esterilizado e descartável, e não há risco para contrair qualquer doença. O volume do sangue doado é repostado rapidamente

pelo organismo, e o doador tem direito a um dia de folga no trabalho. Existem alguns requisitos básicos para a doação de sangue. Podem doar sangue pessoas entre 16 e 69 anos, que estejam com peso acima de 50 kg, e elas terão que apresentar documento oficial com foto. Menores de 18 anos só podem doar com o consentimento dos responsáveis. Não podem doar sangue, temporariamente, pessoas com febre, gripe ou resfriado, diarreia recente, grávidas e mulheres no pós-parto.

Para saber mais informações, procure as unidades de coleta de sangue, como os hemocentros mais próximo de você. Doe sangue regularmente. Vidas dependem de você.



Meire Eveli Tamen é especializada em ginecologia obstetrícia, saúde pública e auditoria em serviços de saúde, além de coordenadora de Assistência à Saúde da AFPESP.

## Benefícios para sua saúde

Nestes tempos sombrios que vivenciamos, em face dos flagelos impostos pela pandemia de Covid-19, como não poderia deixar de ocorrer, a AFPESP não está inerte e, por intermédio da Coordenadoria de Assistência à Saúde, atua para prover nossos associados de informações fidedignas e apoio para superarmos os efeitos da inconstância e da imprevisibilidade que reinam no presente momento. Nesse sentido, lembramos aos nossos associados nosso benefício mais relevante que se apresenta para a situação: especificamente, a assistência farmacêutica, pois todos sabemos

que medicamentos e produtos de higiene se tornaram bastante essenciais.

Estamos acompanhando também a questão da emissão de prescrições de medicamentos por meio digital, principalmente no que diz respeito aos requisitos de ordem ética e técnica. Sem prejuízo, estamos atentos também à implantação da telemedicina, considerando que ela foi disponibilizada em caráter excepcional e temporário, sendo nosso objetivo apurar qualquer inconformidade de sua utilização por nossos parceiros.

Destacamos, ainda, que estamos atentos ao movimento do Congresso Nacional, no

que cinge a tramitação de cerca de 28 projetos sobre planos privados de assistência à saúde, que versam a respeito da impossibilidade da rescisão contratual, e até mesmo da postergação da aplicação do reajuste anual.

Como se nota, estamos atentos e seguindo com nossa missão, sendo importante evidenciar que não vamos esmorecer, continuando a cumprir com nossa maior obrigação, que é defender, de maneira intransigente, os legítimos interesses de nossos associados.

► **Meire Eveli Tamen** é coordenadora de Assistência à Saúde.

## Agradecimentos aos trabalhadores na luta contra a Covid-19

A Coordenadoria de Assistência à Saúde da AFPESP agradece aos esforços dos profissionais de saúde, médicos, enfermeiros, auxiliares de enfermagem, farmacêuticos, fisioterapeutas, atendentes, encarregados de limpeza e demais pessoas que trabalham nas diversas unidades de saúde do Estado de São Paulo e que estão na linha de frente desta guerra no

combate à pandemia da Covid-19, que tirou muitas vidas. Essas pessoas doam o melhor de si para diminuir o mal que está acontecendo com a população. Arriscam-se deixando seus lares e precisam lidar com muita tensão, pois têm família e existe o medo de levar o vírus para casa.

E não podemos deixar de agradecer e reconhecer os trabalhadores que prestam

serviços essenciais à população em geral — e não podem, portanto, ser paralisados por medidas como a quarentena.

**Desejamos que todos sejam abençoados e protegidos na sua relevante missão.**



## Julho amarelo: mês de combate às hepatites virais

No dia 10 de janeiro de 2019, o presidente Jair Bolsonaro sancionou a lei que instituiu o “Julho Amarelo”, com o objetivo de estimular ações de combate às hepatites virais — dos tipos A, B, C, D, e E — durante todo o mês de julho, já marcado pelo Dia Mundial da Luta contra as Hepatites Virais, o dia 28, instituído pela Organização Mundial da Saúde (OMS).

A legislação brasileira se baseou nos dados divulgados pelo Ministério da Saúde (MS), que, em 2017, contabilizou 2.086 casos de hepatite A, o que representou um aumento de 73% — 1.108 casos ocorreram no estado de São Paulo e mais de 700 na capital paulista. De 1999 até 2017, foram registrados no Brasil: 164.892 casos confirmados de hepatite A, 218.257 de hepatite B, 200.839 de hepatite C e 3.833 de hepatite D.

Provocada por diferentes vírus, pelo uso de alguns remédios, álcool e outras drogas ou por doenças autoimunes, metabólicas e genéticas, a hepatite costuma ser uma doença silenciosa, ou seja, quem a contrai não apresenta sintomas na maioria das vezes, mas, quando eles aparecem, podem ser cansaço, febre, mal-estar, tontura, enjoo, vômitos, dor abdominal, pele e olhos amarelados, urina escura e fezes claras.

De acordo com o MS, para saber se há a necessidade de realizar exames que detectem as hepatites, é preciso ter se exposto a algumas situações. Contágio fecal-oral — onde há condições precárias de saneamento básico e tratamento de água, de higiene pessoal e dos alimentos — podem causar hepatites A e E. O contato sanguíneo, com a prática de sexo desprotegido ou o compartilhamento de seringas,

agulhas, lâminas de barbear, alicates de unha e outros objetos que furam ou cortam é responsável por transmitir os vírus B, C e D. Ainda, a transmissão sanguínea de mãe para filho durante a gravidez, o parto e a amamentação também pode causar as hepatites B, C e D.

O SUS oferece tratamento para todas as hepatites, independentemente do grau de lesão do fígado, além da prevenção contra as hepatites do tipo A e B por meio de vacinação. Quem se vacina para o tipo B, se protege também para a hepatite D.

**28 de julho:**  
**Dia Mundial da Luta contra as Hepatites Virais**



## Por dentro do HSPE: a rotina dos profissionais de saúde para salvar servidores públicos

Há 24 anos, o médico intensivista Ederlon Rezende, 53 anos, é diretor do serviço de Terapia Intensiva do Hospital do Servidor Público Estadual (HSPE). Ele faz parte da linha de frente do combate ao novo coronavírus no Brasil, onde as taxas de mortalidade de profissionais de saúde é uma das maiores do mundo. De acordo com reportagem publicada pelo *El País Brasil*, no dia 6 de maio, “os Estados Unidos, país com maior número de vítimas da pandemia (mais de 71 mil), perdeu 46 profissionais de enfermagem, segundo entidades de classe. A Itália, segunda nação mais afetada pela doença, com mais de 29 mil vítimas, teve 35 óbitos, de acordo com informações da Federazione Nazionale degli Ordini delle Professioni Infermieristiche, entidade equivalente ao Conselho Federal de Enfermagem (Cofen) no país europeu. A Espanha, que vem logo atrás, com mais de 25 mil mortos, teve apenas quatro óbitos entre profissionais da área, segundo o Consejo General de Enfermería”. No Brasil, houve 73 óbitos de profissionais pela Covid-19, segundo dados do Cofen, que estão sendo atualizados em tempo real e podem ser acompanhados pelo [observatoriodaenfermagem.cofen.gov.br](http://observatoriodaenfermagem.cofen.gov.br). Enquanto os números de infectados sobem, Ederlon conta como ele e sua equipe estão lidando com as pressões no dia a dia.

**Folha do Servidor Público:** O HSPE passou a oferecer atendimento via telemedicina de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, para servidores públicos que apresentem sintomas de menor gravidade da Covid-19. Ao ligar para o número (11) 5583-7001, o paciente passará por uma triagem e, posteriormente, um profissional da saúde retornará o contato a fim de realizar uma análise mais detalhada e prover orientações adequadas. O que mudou na estrutura do HSPE para atender os pacientes com febre alta persistente associada à queda do estado geral e dificuldade de respirar, ou seja, quadros graves de Covid-19?

**Ederlon Rezende:** No dia 15 de março foi internado o primeiro paciente na UTI [com Covid-19]; de lá para cá, eu tenho estado nela diariamente. O meu papel não se restringe ao trabalho dentro da UTI. Eu também faço parte do Comitê do Hospital que define as estratégias como um todo, então, a gente acaba tendo aí várias necessidades e ações para tentar mitigar o impacto disso. O Hospital do Servidor tem procurado se preparar para enfrentar essa epidemia, criando uma estrutura adequada ao tratamento desses pacientes. A gente tem gripário, que é uma área reservada do hospital para atender os pacientes com síndrome gripal, onde são incluídos os pacientes com suspeita de Covid-19. Nós também preparamos enfermarias específicas no hospital

para os casos mais graves e leitos extras de UTI a fim de poder receber esses pacientes.

**FSP:** Quantas enfermarias e quantos leitos existem hoje para atender os pacientes com Covid-19?

**ER:** Temos 120 leitos de enfermaria e 80 leitos de UTI exclusivos para os pacientes com a Covid-19.

**FSP:** Quantos desses leitos estão ocupados?

**ER:** Hoje nós estamos com uma média de ocupação de leitos de enfermaria e UTI de 50%.

**FSP:** Qual é o procedimento adotado para servidores públicos que trabalham no HSPE?

**ER:** Hoje o hospital tem um controle diário na chegada. Os profissionais passam por uma triagem, na qual a temperatura é aferida a distância por laser. Eles são interrogados quanto a sintomas. Qualquer profissional que estiver com sintomas não entra no hospital; ele é direcionado para o serviço de medicina do trabalho, no qual vai ser examinado, avaliado. Se esse for considerado um caso suspeito, será coletado exame desse profissional e ele será afastado. Se os sintomas forem leves, ele vai ficar em quarentena na sua casa até que tenhamos os resultados dos exames. Dependendo da gravidade, ele pode ser hospitalizado. E só retorna ao trabalho quando houver segurança de que ele está curado.

**FSP:** Quais são os desafios que essa pandemia está trazendo para o senhor e sua equipe?

**ER:** O desafio é gigantesco porque nós tivemos que, de uma hora para a outra, aumentar o número de leitos a fim de atender uma população de pacientes em estado muito grave, que necessita de cuidados de UTI por muito tempo. E a terapia comprovada mais eficaz para o tratamento desses pacientes é com uma equipe bem treinada que possa oferecer os cuidados de uma maneira sem falhas dentro de um ambiente de altíssima pressão e sobrecarga de trabalho e de estresse, em um cenário no qual a equipe tem medo, o que é normal. A equipe está exposta a riscos, ela tem que estar sempre muito bem protegida. A gente tem baixas de colegas que adoecem e precisam ser afastados e substituídos. Isso tudo gera dentro da equipe uma grande insegurança, e aí é muito importante a presença de uma liderança forte e comprometida, que possa fazer com que a equipe se sinta segura e que siga um rumo único, estabelecido pela instituição. A turma que teve baixa no começo já está voltando. Isso deixa a equipe mais segura. É muito importante nesse momento manter a serenidade. A despeito de toda a pressão, conseguir ser a reserva moral da equipe para poder confortar, acolher, apoiar. Todo mundo tem os seus problemas pessoais. Dentro do grupo, por exemplo, há pais com filhos pequenos, profissionais que têm seus pais idosos e que têm que estar afastados para não expô-los a risco, então muitas famílias estão separadas neste momento. E isso tudo é muito difícil, mas a nossa missão é essa, e todo mundo tem que estar pronto para cuidar e acolher as pessoas doentes a fim de que elas possam se recuperar.

**FSP:** O senhor também teve que se separar da sua família?

**ER:** Para mim facilita um pouco porque a minha esposa é médica e passa por situação igual, mas nós somos vizinhos da minha

sogra, que tem 83 anos e há quatro semanas que nós não convivemos com ela. A gente se fala por telefone, deixamos coisas para ela, mas é difícil. Ela, por sua vez, uma pessoa idosa, se sente insegura — isso, claro, traz para nós uma preocupação adicional. Uma outra coisa é que, quando a gente chega em casa, tem que ter toda uma rotina de tirar a roupa e colocá-la imediatamente para lavar, fazer limpeza de sapatos, canetas, bolsas, chaves... para que a gente minimize o risco de ter algum problema.

**FSP:** O que mais mudou por causa da pandemia?

**ER:** Cada vez mais, buscamos trazer as famílias para mais próximo do cuidado do paciente de UTI. Mas, no caso dessa pandemia, outro grande desafio é que as famílias são afastadas, e isso também gera muita ansiedade para a família e para os profissionais da UTI, porque os contatos são basicamente telefônicos — e isso é um gerador de angústia. Inclusive, foi criada uma equipe específica para dar apoio psicológico a fim de as famílias enfrentarem esse momento tão difícil.

**FSP:** Essa equipe é formada por quais especialistas?

**ER:** Cerca de 20 profissionais, entre médicos, psicólogos, assistentes sociais e enfermeiros, coordenados pela doutora Maria Goretti, estão preparados para acolher as famílias, informá-las da evolução dos pacientes e apoiar, por telefone, diariamente, quem estiver necessitando de ajuda, inclusive famílias em fase de luto.

**FSP:** Como o trabalho na linha de frente da pandemia tem afetado emocionalmente o senhor?

**ER:** É bobagem achar que médicos não se envolvem com seus pacientes. Os nossos pacientes têm histórias, têm uma vida antes, e, invariavelmente, acabamos nos envolvendo com isso. É uma satisfação muito

grande quando vemos alguém recuperado. Não tenha dúvida de que sempre é frustrante quando as coisas não caminham como gostaríamos, mas, acima de tudo, eu tenho um papel importante, que é o de manter a minha equipe motivada. E nesse contexto é fundamental que todas as notícias positivas sejam compartilhadas para que todo mundo mantenha o tônus, a determinação e não se deixe abater pelas intempéries que possam surgir ao longo da jornada. Também é um papel da liderança proteger a equipe, garantir que ela tenha os equipamentos de proteção individual adequados, que estes sejam utilizados de maneira correta.

**FSP:** Qual a sua maior preocupação neste momento?

**ER:** Todos os profissionais de saúde estão imbuídos de um único objetivo, que é garantir a assistência adequada para a população. Temos um grande temor: é o risco de que a nossa estrutura não seja suficiente para atender uma enorme quantidade de pacientes simultaneamente. Por isso, nós precisamos da colaboração de todos.

**FSP:** O HSPE tem alguma frente de pesquisa relacionada à Covid-19?

**ER:** Sim, estamos conduzindo com determinados grupos de pacientes protocolos de pesquisa em fase de coleta de dados. Existem várias perguntas com relação ao manejo dessa doença que estão sem respostas. Temos que ficar preparados, inclusive, para a possibilidade de que a gente se veja em situação semelhante em outro momento e não podemos perder a oportunidade, agora, de tentar encontrar respostas que são muito importantes.

\*Entrevista realizada em 13 de abril de 2020.



Ederlon Rezende.

## Meio ambiente se transforma durante pandemia

O Dia Mundial do Meio Ambiente, 5 de junho, foi criado em 1972, com o objetivo de informar sobre o impacto das ações humanas no planeta Terra. Neste ano, ao frear as atividades humanas, como a produção industrial e a circulação de automóveis, a pandemia do novo coronavírus diminuiu aquele que foi o maior risco ambiental para a saúde em 2019: a poluição do ar.

Uma semana após o início da quarentena na cidade de São Paulo, a Companhia Ambiental do Estado de São Paulo (Cetesb) registrou redução no ar de 50% de monóxido de carbono e óxidos de nitrogênio e 30%

de material particulado — aquele que sai do escapamento ou do desgaste de pneu no asfalto. Estados Unidos, China, Itália, Reino Unido, Alemanha e Holanda também registraram queda de poluentes. No norte da Índia, a redução da poluição revelou no horizonte parte da cordilheira de Dhauladhar, no Himalaia, pela primeira vez desde a Segunda Guerra Mundial.

Os impactos não se restringiram aos índices de poluentes do ar. Na Itália, mais precisamente nos canais de Veneza, sem a circulação de gondolas, a água, antes turva, ficou cristalina, e os peixes e as tartarugas deram as caras. Assim como os golfinhos apareceram no Porto de Cagliari, na Ilha

da Sardenha, onde cisnes também foram fotografados. Até uma raposa chamada Nina saiu da floresta na região de Roccatenderighi para filar um rango com seus novos amigos, o comerciante Mauro Salvestroni e seu gato de estimação. Em Llandudno, no Reino Unido, cabras se aproximaram da área urbana.

O planeta ficou mais silencioso com a diminuição do ruído sísmico da crosta e do som de baixa frequência dos oceanos, que é emitido por baleias, para se comunicarem, e por motores de navios. Sem precisar competir com o som dos navios, as baleias ficam menos estressadas. Pontos para a saúde do meio ambiente!

## Alíquota de contribuição dos servidores aumenta para 16%

No dia 5 de junho entra em vigor o novo cálculo da contribuição previdenciária para servidores públicos efetivos (estatutários), aposentados e pensionistas do estado de São Paulo. A alíquota de contribuição aumentou de 11 para 16 %, sendo menor quando considerados os proventos líquidos do servidor aposentado.

Uma simulação para vários proventos foi elaborada pela Comissão Especial de Acompanhamento da Reforma Previdenciária do Estado de São Paulo da AFPESP e já está disponível no [Blog](#) da associação.

## AFPESP e PLC defendem prorrogação de novas alíquotas previdenciárias

No dia 13 de maio, a AFPESP, por meio de seu presidente, Álvaro Gradim, enviou ofício ao governador de São Paulo, João Doria (PSDB), solicitando que o prazo para aplicação de novas alíquotas previdenciárias de contribuição do servidores públicos no estado de São Paulo seja prorrogado, passando a valer a partir do dia 1º de janeiro de 2021.

De autoria do deputado Carlos Gianazzi, o Projeto de Lei Complementar nº 8/2020, publicado no Diário da Assembleia, no dia 15 de maio, também defende a suspensão temporária da alíquota que está prevista pelos artigos 30 e 31 da Lei Complementar nº 1.354, de 06 de março de 2020.

### Artigo

## Heroína?

Trabalho há mais de 40 anos em um hospital que é referência dentro do SUS.

Sou assistente social, com vivência dentro de diferentes setores, e foi nesse “chão sagrado” que entendi ser a enfermagem a espinha dorsal de toda essa engrenagem. Um hospital não seria o que é sem a presença dela.

Na mão dela transitam todos os procedimentos necessários para uma boa assistência. Nesta época de pandemia, procurei identificar algo que a fizesse ainda mais especial, e encontro em cada rosto que a compõe toda a dedicação a que sempre assisti, agora carregada de um pouco mais de apreensão, de ansiedade, de medo, pois lida-se com o desconhecido, e se vai aprendendo um pouco mais no dia a dia.

Fixo o semblante cansado de algumas colegas, e ouço delas as

mesmas palavras que acalantam – dizendo aos pacientes que dias melhores virão.

Enxergo naquela velha colega, a mesma disposição de quando lutava junto à equipe médica para reverter uma parada, ou quando deixava a sala de trauma na mais absoluta ordem, para que nada falhasse na hora da urgência.

Vejo aquela que chegou aqui menina, e se desdobrou em dois ou três empregos, para poder dar à sua família aquilo que nunca teve.

Observo aquele que, por anos a fio, deixou o plantão e foi dali mesmo cuidar do pai ou da mãe de alguém em domicílio, para completar a renda.

Nesse “chão sagrado” sobrevive a empatia, a solidariedade, o acolhimento, o respeito pela dor do outro.

Não, neste tempo de pandemia não há enfermagem heroica, pois o heroísmo, a abnegação, o desprendimento, sempre se deram ao longo dos anos em que aqui estou.

A pandemia só teve a função de torná-la visível aos olhos de muitos, pois contornar obstáculos, improvisar para garantir atendimento, pular a hora da refeição por conta da urgência, deixar de compartilhar os almoços de família aos domingos, estar à meia-noite abraçando colegas na noite de Natal ou

olhando pela janela na chegada de um novo ano... isso aconteceu sempre, e acho que isso faz parte de se estar na enfermagem.

Torçamos todos para que essa visibilidade não se apague em um passe de mágica, e que os senhores governantes possam enxergar a importância da categoria, dando-lhes algo que é elementar: reconhecimento e salário digno, para que não desistam nunca.

A cada enfermeiro (a) auxiliar e técnico(a) deixo aqui a minha reverência, o meu muito obrigada e o testemunho de que aprendi muito convivendo com todos vocês.



Vera Lucia Pinheiro Morgado é conselheira da AFPESP e assistente social.



# Resenha da ata da 2ª Reunião Ordinária do Conselho Deliberativo da AFPESP

Realizada em 20 de fevereiro de 2020



Da esquerda para a direita estão: Maria Rosa Ascar, Rosy Maria de Oliveira, Paulo César Corrêa Borges, Edson Toshio Kubo, Ester Mirian Belo Rodrigues e José Luiz Rocha.

Foi declarada aberta a 2ª Reunião Ordinária do Conselho Deliberativo, sob a presidência do **Presidente do Conselho Deliberativo, Conselheiro Paulo César Corrêa Borges**, com a presença da **Vice-Presidente, Conselheira Rosy Maria de Oliveira**, do **1º Secretário, Conselheiro Edson Toshio Kubo**, e da **2ª Secretária, Conselheira Ester Mirian Belo Rodrigues**. Iniciados os trabalhos, o Presidente do Conselho Deliberativo, convidou para compor a Mesa, a **Conselheira Maria Rosa Ascar** e o **Conselheiro José Luiz Rocha**, como representantes dos aniversariantes do mês. Em seguida foram realizadas as leituras dos nomes dos aniversariantes do mês, das datas comemorativas e das justificativas de ausências, na reunião. Discussão e aprovação da ata da reunião anterior e os itens da pauta.

## I - Pequeno expediente

- Apreciação e votação da ata da reunião anterior:** aprovada por unanimidade.
- Leitura dos documentos encaminhados à mesa:** breve leitura dos documentos expedidos e recebidos.
- Breves comunicados:** iniciando os breves comunicados, o Presidente do Conselho Deliberativo solicitou à **Coordenadora de Associativismo, Lizabete Machado Ballesteros**, que falasse sobre suas atividades. O **Conselheiro Eduardo Pereira de Quadros Souza** fez a doação do livro *Prudente de Moraes, Parlamentar da Província de São Paulo*, ao Departamento de Cultura. O **Conselheiro Edison Pinceli** pediu afastamento temporário da Comissão de Assuntos Estatutários e Regimentais. O Presidente do Conselho Deliberativo, em seguida,

convocou a substituta, **Conselheira Zilda Maria Mendes Falqueto**, que aceitou assumir a substituição. A **Conselheira Edna Pedroso de Moraes** falou sobre o Fórum de Combate à Corrupção e Lavagem de Dinheiro do Estado de São Paulo (FOCCO/SP) e do XI Fórum Nacional de Juízas e Juizes de Violência Doméstica Familiar contra a Mulher, realizado nos dias 5 a 8 de novembro de 2019. A **Conselheira Helena Niskier** informou sobre a visita técnica ao Clube de Vinhedo. A **Conselheira Camila Rafael Gozzo Bruschi** discorreu sobre a visita técnica que fez às instalações da Fazenda Termas de Ibirá.

## II - Ordem do dia

a) Proposições remanescentes da reunião anterior: o **Conselheiro Fernando José Zanetto Tamburo** propôs a criação de hot site do Conselho Deliberativo. A **Conselheira Elizabeth Massuno** deu ciência do Decreto Estadual n. 24.765, de 27 de janeiro de 2020, que regulamenta o art. 53 da Lei Complementar 207, da Polícia Civil, e propôs que fosse publicado na *Folha do Servidor Público*. O **Conselheiro Mario Palumbo** propôs que seja realizada, durante os cultos religiosos, reverência aos Conselheiros/as recentemente falecidos.

b) Comissão Mista de Reforma Estatutária, 2º Vice-Presidente da Diretoria Executiva e Coordenador da Comissão Mista, **Luiz Manoel Geraldês**, e representantes do Conselho Deliberativo na Comissão Mista (**Conselheiro Cássio Juvenal Faria, Conselheiro Edison Pinceli, Conselheiro Antonio Luiz Pires Neto e Conselheiro Nivaldo Campos Camargo**): o **Coordenador**

**da Comissão Mista, Luiz Manoel Geraldês**, discorreu sobre a Reforma do Estatuto, com 155 emendas apresentadas. O **Conselheiro Cássio Juvenal Faria** ratificou tudo o que disse, e que constou na Ata de Reunião. O **Conselheiro Edison Pinceli** informou que o Presidente da Mesa do Conselho Deliberativo, na gestão passada, **Conselheiro Ruy Galvão Costa**, indicou seu nome para compor a Comissão Mista da Reforma do Estatuto, o que foi referendado por unanimidade pelo Conselho. O **Conselheiro Antonio Luiz Pires Neto** informou que a comissão mista formada para discutir a reforma do estatuto foi integrada por doze pessoas de idoneidade comprovada, tendo dedicação extremada para a conclusão dos trabalhos. Esclareceu que houve duas subcomissões, a Comissão de Redação e a Comissão de Revisão. O **Conselheiro Nivaldo Campos Camargo**, como participante da Comissão Mista, ateu-se à questão do limite do valor para que o Conselho Deliberativo autorize, ou não, a realização de despesas pela Diretoria Executiva. O **Conselheiro Feres Sabino** cobrou as atas das reuniões realizadas pela Comissão Mista. O **Coordenador da Comissão Mista, Luiz Manoel Geraldês**, disse que estavam disponibilizadas todas as atas de reuniões de reforma estatutária desde 2009, no Gabinete da Diretoria. O **Presidente do Conselho Deliberativo, Conselheiro Paulo César Corrêa Borges**, solicitou que fosse digitalizado todo o material para a distribuição aos Conselheiros. O **Coordenador da Comissão Mista, Luiz Manoel Geraldês**, argumentou que o objetivo foi prestar informações, e não discutir mérito de nenhum dispositivo do anteprojeto. O

**Conselheiro Cássio Juvenal Faria** fez um histórico do que aconteceu na Comissão tripartite e informou que o estatuto vigente estabelece que o Balanço Anual deve ser encaminhado pela Diretoria Executiva aos Conselhos até o dia 15 de março. O **Conselheiro Edison Pinçeli** falou sobre a questão dos Coordenadores. O Coordenador, quando aceita ser indicado, deixa momentaneamente de ser conselheiro. O **Conselheiro Miguel Angelo Paccagnella** propôs prorrogação por 90 dias do prazo de conclusão dos trabalhos da Comissão Mista. A **Conselheira Lizabete Machado Ballesteros** disse que participou de todas as discussões desde o Fórum de Serra Negra, e entendeu não haver problema em prorrogar os trabalhos. O **Conselheiro Miguel Angelo Paccagnella** solicitou o envio das 155 emendas, além das 100 emendas. O **Coordenador da Comissão Mista, Luiz Manoel Geraldês**, alegou falta de competência para opinar sobre o deferimento de encaminhamento das atas, em virtude de haver portaria do Presidente da Diretoria Executiva, cabendo a ele decidir a respeito desse pedido. O **Conselheiro Cássio Juvenal Faria** manifestou a concordância em postergar o trabalho. O **Conselheiro Fernando José Zanetto Tamburo** se mostrou muito contente pela competência e pela sabedoria dos colegas, se manifestando pela ampliação do prazo. O **Presidente do Conselho Deliberativo, Dr. Paulo César Corrêa Borges**, após todos concordarem, adiou a convocação da reunião conjunta e encerrou os debates.

c) Proposições formuladas na própria reunião: a **Conselheira Edna Pedrosa de Moraes** propôs que o sistema de reserva emita um número de protocolo, quando o associado não conseguir reserva pelo Flex

Reserva, para maiores controle e aprimoramento da utilização das vagas, além de pesquisa do desalento dos que não foram contemplados. Propôs também um código de ética no Conselho Deliberativo e na Diretoria Executiva; expedição de Ofício ao Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, congratulando o Desembargador Geraldo Pinheiro Franco, eleito presidente para o mandato de 2020 a 2021; e também incluir no Jornal *Folha do Servidor Público* de um Portal da Saúde. O **Conselheiro Edison Moura de Oliveira** propôs à Diretoria Executiva que fizesse um aplicativo para celular e indagou se a Associação Paulista de Medicina fez convênio com a AFPESP. O **Presidente do Conselho Deliberativo, Dr. Paulo César Corrêa Borges**, informou já haver a carteira digital da AFPESP. A **Conselheira Helena Niskier** informou sobre o convênio da AFPESP com o DrApp. A **Coordenadora de Saúde, Meire Evelin Tamen**, esclareceu que o associado entra no site DrApp e escolhe o médico, pagando uma porcentagem muito pequena.

d) Assuntos associativos: o **Conselheiro Mario Palumbo** manifestou-se favorável ao seminário do Conselho Deliberativo e enalteceu a Administração do Dr. Machado, que fez o Primeiro Seminário e propôs: 1) que as homenagens que conselheiros queiram enviar para pessoas sejam examinadas e referendadas pela Mesa Diretora do Conselho Deliberativo, sem passar pelo plenário; 2) que o Conselho Deliberativo tenha todo ano seu próprio e exclusivo seminário; 3) que haja remuneração daqueles que se dedicam exclusivamente e em tempo integral à Associação, com elaboração de estudo prévio, para não ferir a legislação. A **Conselheira Silvia Lin Mei Tchun** fez referência

à vistoria no Clube de Vinhedo, esclarecendo que o terreno tem 242 mil m<sup>2</sup>, e que há a possibilidade de edificação de 80 mil m<sup>2</sup>, ou seja, cerca de 100 apartamentos. O **Conselheiro Eduardo Pereira de Quadros Souza** informou, sobre a Sede Campesite de Vinhedo, que o Governador João Dória está querendo criar um *cluster* de turismo naquela região. A **Conselheira Ester Mirian Belo Rodrigues** lembrou que de São Paulo a Vinhedo há 80 quilômetros de distância e apenas um pedágio.

### III - Grande expediente

O **Conselheiro Fernando José Zanetto Tamburo, representante da Comissão Especial de Acompanhamento da Reforma Estadual da Previdência e da Reforma Administrativa**, lembrou que ela está sendo tratada na PEC 18/2019, aprovada em primeiro turno em 18 de fevereiro de 2020, e a segunda votação foi adiada para o dia 3 de março. A idade mínima para a aposentadoria será de 65 anos para homens e 62 anos para mulheres. A alíquota de contribuição, o confisco, passa de 11% a 14% para os servidores ativos e inativos. Pensão por morte: o benefício será de 50% do valor da aposentadoria recebido pelo servidor na data do óbito, mais 10% até o limite de 100%, não podendo ser acumulado com outro benefício previdenciário, e seguindo o previsto na reforma federal, da PEC 103/2019. Professores, policiais civis, agentes de vigilância, penitenciários, e servidores públicos, que tenham condições especiais ou com deficiência, contarão com regras de transição diferenciadas. Sem outros assuntos, o **Presidente do Conselho Deliberativo, Dr. Paulo César Corrêa Borges**, agradeceu a presença de todos e encerrou a reunião.

## AFPESP é muito mais que unidade de lazer!

### Benefícios para associados: desconto e economia

## Seguro de Vida

*Proteção garantida para você e sua família!*

São diversas coberturas ajustáveis às suas necessidades, serviços e benefícios para trazer tranquilidade e conforto para você e sua família.

**Descontos exclusivos para você, associado(a) e seus dependentes: pais, cônjuge e filhos!**

Fale conosco também pelo WhatsApp: 11 3105 9666



Ligue: 11 3105 9666 | 0800 726 9666 ou Acesse: [www.arin.com.br](http://www.arin.com.br)

AFPESP



# Ensino on-line prepara professores para aulas não presenciais

A Pearson, líder em educação no mundo e um dos maiores players privados de educação no Brasil, disponibilizou gratuitamente, durante 60 dias, a assinatura do Teacherflix ([teacherflix.com.br](http://teacherflix.com.br)), sua plataforma de streaming para a formação de professores do Brasil.

A iniciativa pretende auxiliar educadores a adaptarem suas aulas para o formato on-line durante o período de isolamento social.

O Teacherflix oferece aulas em vídeo, texto, podcast, animação e infografia sobre alfabetização e letramento, educação básica, educação infantil, ensino superior, gestão de sala de aula, inclusão, legislação, metodologias de ensino, tecnologia, planejamento escolar e muito mais.

# Museus e galerias públicas têm visita virtual

Conhecer obras de renomados artistas sem sair de casa está a poucos cliques de distância. O Google Arts & Culture ([artsandculture.google.com](http://artsandculture.google.com)) permite passeios panorâmicos e reúne um acervo de mais de 2 mil museus e arquivos de todo o mundo. O Art Institute of Chicago e o Nasher Sculpture Center (Estados Unidos), o Shohaku Art Museum (Japão), o Instituto Inhotim e o Museu Afro Brasil (Brasil), o Musée de l'Orangerie (França), o Museo Frida Kahlo (México), o Guggenheim Bilbao (Espanha), o The State Hermitage Museum (Rússia) e o National Gallery Singapore (Cingapura) são só alguns deles.

Além de curiosidades e testes culturais, o Google Arts & Culture também possui um aplicativo, disponível na Google Play e na App Store, que faz uso de inteligência artificial para encontrar figuras em obras de arte que se pareçam com você. Basta procurar por "Google Arts & Culture" e baixar o aplicativo no seu smartphone para utilizar o recurso "Pesquisar com sua selfie".

## PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Enfeite sonoro no pescoço de vacas		Leda (?), apresentadora	Coefficiente de Rendimento (sigla)	País cuja capital é Quito	Condição política de Omã e Brunei	Anistia Internacional (abrev.)	Borra de café no fundo da xícara
Fator de risco para o câncer de pele							
As protagonistas dos contos de fadas			Urbano Lóes, ator brasileiro			Sufixo de "barbado": provido de	
Falta de governo			A função do nó				
Hot (?), cachorro-quente	Relativo aos celtas		Nota do Tradutor (abrev.)				
Anotado (um compromisso)							
Alimentos como os brioches		Tensão do músculo em repouso					O mais simples dos álcoois
			Mensagem feita para resgate			Máquina para abater muralhas	
				(?) kwon do, luta			
				Palavra (abrev.)			
Cobertura da macaronada (pl.)		Clube de Recife Fenômenos acústicos					
			O maior continente				
			Arte, em inglês				
Artigo comum em confeitarias					(?) passant: de passagem (fr.)		
A anestesia usada pelo dentista	Otis Redding, músico de soul			Proibição; impedimento			
Fica como remanescente					"(?) País", jornal espanhol		

BANCO 2/en — el. 3/art — dog. 4/10no. 5/sport.

54



T	E	V	R	E	H				
O	T	A	R	O	V				
N	E	L	C	O	L				
V	I	S	V	E	C	O	D		
I	R	O	P	S	I	S			
E	T	A	S	O	H	T	O	W	
M	V	R	S	E	V	P			
O	N	O	L	V	Ç				
O	D	V	O	N	E	G	V		
R	V	A	T	I	V	I			
R	T	U	G	O	D				
V	I	N	O	V	N	V			
S	A	S	E	C	I	R	P		
						S			

### Reflexão em 3 quadrinhos



# Como ficar bem em tempos incertos

## Com tudo o que passamos, espero que todos estejam bem.

Muitas pessoas se perguntam como podem ficar bem agora, principalmente pela incerteza que nos cerca e por ainda estarmos lidando com os acontecimentos.

Podemos ter tido ansiedade, tristeza, nervosismo, insegurança, dificuldade para dormir e muitos outros sentimentos em um curto espaço de tempo. Isso é normal pelo fato de enfrentarmos algo que nunca vivenciamos.

Para começar, convido-o para que respire fundo e tente se lembrar de tudo pelo que passou e o que sentiu com o que ocorreu nesses últimos meses. Tente perceber o que fez de diferente e o que aprendeu. Veja como reagiu a todos os desafios e planeje o que gostaria de fazer daqui para a frente. Pense no que pode ou não controlar agora e o que precisa fazer para ficar bem.

O mundo mudou, cada um de nós mudou, mas que isso não nos paralise, e sim nos impulse a prosseguirmos. Para minimizar os efeitos negativos, tente viver um dia de cada vez, não se cobre ou se compare com os outros.

Cuide de seu físico e de seu emocional:

- Escreva sobre o que sente ou para pessoas de que gosta;
- Pratique coisas que lhe façam bem;
- Conecte-se com sua espiritualidade;
- Aprenda sobre tecnologia e use-a a seu favor;
- Técnicas de respiração e relaxamento podem ser boas aliadas.

## Pense no que mais pode lhe ajudar agora.

Se perceber que está muito ansioso ou depressivo, tente perceber se houve algum gatilho, ou seja, se algo aconteceu para se sentir assim e se isso tem ocorrido há alguns dias, se há algo que lhe conforta nessas horas. Não pare de tomar sua medicação (se toma alguma) e fale com o médico ou o psicólogo se perceber que teve uma piora dos sintomas ou se novos sintomas apareceram.

Se estiver com dificuldades financeiras, faça uma planilha para visualizar quais são seus gastos atuais e os futuros. Veja se há alguma despesa que possa ser cortada temporariamente. Existem vídeos na internet com dicas sobre organização financeira que podem auxiliá-lo nessa tarefa.

A dica, desta vez, é o [www.mapasaudemental.com.br](http://www.mapasaudemental.com.br), um site que traz todos os serviços e espaços de acolhimento e tratamento em saúde mental que oferecem atendimento presencial, on-line, gratuito ou com valores sociais, próximos de sua casa ou de seu trabalho.

E, não se esqueça, você não está sozinho nesse percurso; a vida, aos poucos, voltará ao normal e, se precisar, peça ajuda!

**Dra. Karen Scavacini** é psicóloga, suicidologista e fundadora do Instituto Vita Alere.



AFPEESP

Qualicorp  
Sempre do seu lado.

# É POSSÍVEL

ter um plano de saúde  
que cabe no seu bolso.

Só com a Qualicorp e com a AFPEESP você,  
**Servidor Público**, tem condições especiais  
na adesão de um dos melhores planos de  
saúde do Brasil.

A partir de:

R\$ **276<sup>1</sup>**



SulAmérica  
Saúde

bradesco  
saúde

Central Nacional  
Unimed

amil

Confira:

(11) 3101-9599  
(11) 97123-2646

ou

Ligue: **0800 799 3003**  
Se preferir, simule seu plano em [qualicorp.com.br/oferta](http://qualicorp.com.br/oferta)

SulAmérica:  
ANS nº 006246

Bradesco Saúde:  
ANS nº 005711

Central Nacional Unimed:  
ANS nº 339679

Amil:  
ANS nº 326305

Qualicorp  
Adm. de Benefícios:  
ANS nº 417173