



JORNAL DA

AJUBEMGE

“Uma força de vida”

PUBLICAÇÃO MENSAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS APOSENTADOS, PENSIONISTAS, FUNCIONÁRIOS E EX-FUNCIONÁRIOS DO CONGLOMERADO BEMGE

ANO 47 – Nº 540 – OUTUBRO DE 2015

## Idade é só um número na sua cabeça



Em comemoração ao Dia Internacional do Idoso, festejado em 1º de outubro, a AJUBEMGE, junto com os seus leitores, pensa sobre o futuro e reflete sobre o que é possível fazer para envelhecermos mentalmente saudáveis.

O novo idoso, esse para o qual a idade cronológica pouco importa, tem projetos, sonhos e imaginação; cuida da saúde; tem interesse pela vida; é ativo; usa a criatividade; relaciona-se e convive; realiza desejos novos e antigos; exerce a sexualidade; aceita limites e se adapta.

Essa “nova” geração encara o envelhecimento como mais uma das

fases da vida. O novo idoso sabe que ruim mesmo é não ter a chance de ficar velho. O novo idoso é o único capaz de mudar um paradoxo: querem viver muito, mas não querem envelhecer.

Envelhecer hoje, vai além de ultrapassar os limites da idade cronológica, mas também saber aproveitar o bônus de longevidade conquistado. Mais do que um fenômeno biológico, esse é um amplo processo social que precisa de boa saúde, rede de relações e condição financeira. Preparar-se para tal momento, contemplando todos esses aspectos, é o caminho para vivenciá-lo com plenitude.

A cada dia que passa, está sendo desconstruído aquele modelo de velhice arraigado na sociedade e uma outra visão sobre o passar do tempo, abandona a construção social estereotipada que conhecemos, aquela na qual ainda se vê o número, a idade cronológica, e não a pessoa.

Dados do Relatório da Organização das Nações Unidas (ONU) apontam que, em 2021, serão mais de 1,2 bi de idosos com mais de 60 anos no mundo. Em 1950, em todo o mundo, 14 milhões de pessoas tinham mais de 80 anos. Em 2050, estima-se que esse grupo será de 389 milhões de pessoas: 27 vezes maior em 100 anos. Nesse mesmo período, a população geral crescerá 3,7 vezes.

A terceira idade vem conquistando o respeito da sociedade a cada dia, pois está se divertindo e produzindo mais, adquirindo novos conceitos de vida de forma diferente das gerações anteriores.

O aumento da população de idosos é, de fato, uma importante conquista da nossa sociedade.

Plano de saúde

Pág. 2

Festa de fim  
de ano da  
AJUBEMGE

Pág. 3

Espaço do  
Associado

Págs. 4 e 5

Aniversariantes do  
mês de novembro

Pág. 6

# Itaú Unibanco desrespeita funcionários aposentados com reajuste abusivo do plano de saúde

O Sindicato dos Bancários de Belo Horizonte entrou com uma ação judicial contra o Itaú Unibanco, em 2004, sobre os reajustes abusivos do plano de saúde. O banco perdeu a ação, sendo condenado a reajustar a mensalidade do plano pelo índice fixado pela Agência Nacional de Saúde.

Apesar de decorridos cerca de 10 anos do trânsito em julgado da sentença, proferida pela 20ª Vara da Justiça do Trabalho de Belo Horizonte, até hoje o banco não a vem cumprindo e em maio deste ano, chegou ao absurdo de reajustar a mensalidade dos aposentados inscritos no Saúde Bemge em 61,06%, em total desrespeito à citada decisão.

Face ao despropósito dessa atitude, o Sindicato requereu providências junto à Justiça do Trabalho e foi agendada uma audiência para o dia 28 de setembro de 2015.

Esperávamos nesta audiência por uma retratação do Itaú Unibanco, porém o que se viu foi o banco tentando protelar a execução da sentença.

Mais uma vez, se comprova o que foi exposto pelo movimento do Sindicato dos Bancários de Belo Horizonte, dia 28 de julho de 2015, dentro da agência do Itaú, no quarteirão fechado da Rua Carijós em Belo Horizonte, com os seguintes dizeres em faixa afixada na porta do Itaú:

## “ITAÚ: CARRASCO DOS FUNCIONÁRIOS APOSENTADOS”

A AJUBEMGE entende que tal providência por parte do Itaú Unibanco além de ser um desacato à decisão proferida, se constitui em ato lesivo à dignidade dessas pessoas e de suas famílias.\*Reveja a matéria que foi publicada no jornal da AJUBEMGE - edição 538 - Agosto/2015.



Foto: Alessandro Carvalho - Ato do Sindicato de BH em julho de 2015

## Expediente

Expediente: Associação Nacional dos Aposentados, Pensionistas, Funcionários e Ex-Funcionários do Conglomerado Bemge – AJUBEMGE – Rua Curitiba, 689 – Salas 403 a 406 – CEP: 30170-120 – Belo Horizonte-MG – Telefax 31-3201-9423 –Email: [ajubemge@ajubemge.com.br](mailto:ajubemge@ajubemge.com.br)

Visite nosso site: [www.ajubemge.com.br](http://www.ajubemge.com.br)

Diretor Presidente: Messias Caetano Neto, Diretora Vice-Presidente e responsável pela Diretoria Administrativa: Maria Lúcia Machado, Diretor Financeiro: Lourival Lelles, Diretor Cultural e Social: Luiz Fernando da Silva Telles. Suplentes da Diretoria Executiva: Adilson Martins Pereira, Expedito Noronha Costa, José Alves da Mota Júnior, Frederico de Sousa Neto, Helena Lúcia Tarquínio, Ênio Dias Vieira. Conselho Fiscal (Efetivos): Catão Baptista Filho, Sílvio Caitano da Fonseca, Plínio Buarque Vogas. Suplentes do Conselho Fiscal: José Cássio Damas, Antônio Lúcio da Costa, Milton Santana Plastino.

Diretores Adjuntos: Jonair Alves de Oliveira (Governador Valadares), José Roberto Oriente (Rio de Janeiro), Rubens Prates Macedo (Belo Horizonte), Silésio Mendonça (Pará de Minas), Tarcísio Ferreira da Costa (Belo Horizonte).

Publicação Mensal da Associação Nacional dos Aposentados, Pensionistas, Funcionários e Ex-Funcionários do Conglomerado Bemge - Jornalista Responsável: Dúnia Catelli – Edição: Dúnia Catelli – Diagramação: Dúnia Catelli – Impressão: Bigráfica – Tiragem: 2.000 exemplares – Leitores: 9.000



## Música, dança e amigos na grande festa de fim de ano

O final do ano já se aproxima e para comemorar e reunir os amigos, a AJUBEMGE está organizando mais uma super festa para os seus associados, no dia 3 de dezembro, de 12 às 17 horas, no restaurante Rancho Fundo (Av. Professor Mário Werneck, 1160 - Buritis, Belo Horizonte).

A associação oferecerá um delicioso almoço com bebidas à vontade durante todo o evento e apresentação de música ao vivo da banda Henrique Jotta e Liana, com repertório variado e infra-estrutura completa de sonorização profissional.



Os convites estarão disponíveis na secretaria da AJUBEMGE de 17 a 30 de novembro, de 10 às 16 horas.

Valor dos convites: Associado – Cortesia

Acompanhante – R\$30,00

Convidado: R\$ 75,00

É muito importante que as normas estipuladas para a participação no evento sejam respeitadas, para que tudo ocorra de maneira tranquila, garantindo o bem estar de todos.

Dentre as normas a serem lembradas estão:

- O associado para ter acesso às festividades, não poderá se esquecer de apresentar um documento de identificação e o convite de “Associado”.

- Para participar do evento, o acompanhante deverá entrar junto com o associado e apresentar o convite de “Acompanhante”.

- O convidado terá acesso às festividades mediante apresentação do convite de “Convidado”.

- O associado será responsável pelos seus atos e os de seu acompanhante e/ou convidado.

- Não será permitida a entrada de menores de 12 anos.

- Whisky e vinho não serão servidos pelo buffet, mas o associado poderá levar o que for de sua preferência.

Para os associados que residem fora de Belo Horizonte e necessitam de pernoitar na cidade, a AJUBEMGE poderá, como de costume, se encarregar das reservas de hotéis, desde que a solicitação seja feita com pelo menos cinco dias de antecedência. Para esse fim, entre em contato com a equipe da AJUBEMGE através do telefone: (0xx) 31- 3201 9423.

A associação alerta que nenhum problema relativo à emissão de convites será resolvido no dia do evento.

Fique de olho nas datas e garanta os seus convites!

### Atendimento jurídico

**A AJUBEMGE oferece atendimento jurídico aos seus associados, presencial e através de contato por telefone em sua sede. Confira os plantões:**

**- Dr. Diego Franco Gonçalves (Escritório Francisco Rafael)**

**Processos judiciais contra o INSS.** Atendimento em todas as últimas sexta-feiras de cada mês, de 9 às 13h.

**- Dra. Katyza Marques Faria**

**Processos contra prestadoras de serviços em geral.** Atendimento em todas as primeiras sextas-feiras de cada mês, de 9 às 12 horas.

**- Dr. Mauro Lúcio Sabino Silva**

**Processos trabalhistas** - Atendimento diretamente no escritório do advogado na rua Álvares Cabral, 344 - Sala 1406 - Centro/BH. Tel: (31) 3271 3339

**- Dr. Silvio - Escritório Arantes e Garcia Assuntos ligados à previdência complementar** Atendimento diretamente no escritório do advogado na Rua Bernardo Guimarães, 1033/Pilotis - Bairro Funcionários/BH. Tel: (31) 3261 3355

**- Dr. Fernando Alves de Andrade - Ingresso de ação para correção de FGTS**

Atendimento em todas as primeiras quintas-feiras de cada mês, de 9 às 12h e de 14 às 16h / Todas as segundas e quartas-feiras, de 10 às 12h e de 13 às 16 horas.

**- Dra. Amanda Maia Demétrio - Processos Judiciais sobre Assistência Médica**

Atendimento em todas as segundas, quartas e quintas-feiras, de 8 às 10 horas na sede da AJUBEMGE.

**Escritório Marcos André Advogados Associados – Direito Previdenciário**

**Processos Judiciais contra o INSS.** Atendimento em todas as últimas segundas-feiras de cada mês, de 14 às 16 horas.

**Agende o seu atendimento com os advogados citados na sede da AJUBEMGE, através do telefone: 31 3201-9423.**

A AJUBEMGE repassa abaixo aos leitores carta enviada pelo associado Lee Dixon Mansur Pena:

#### Agradecimento

Aos amigos que me visitaram quando estive hospitalizado, por mais ou menos 120 dias, a vocês, que estiveram ao meu lado nas horas em que chorei e nas horas em que sorri, nas horas em que lamentei e nas horas em que, de uma maneira ou outra, demonstrei total alegria, quero agradecer pelo sorriso diário, sem mágoa nem rancor, e reconhecido, agradeço de peito aberto e de alma explosiva.

Hoje, quero parar e agradecer, pelo o que você fez, faz e fará como parte da minha história.

Muito obrigado!

Lee Dixon M. Pena

### Imposto de Renda Parcelamento - 7ª quota

Para quem não optou pelo débito automático das quotas do Imposto de Renda -IRPF 2014/2015, o pagamento da 7ª quota, através de DARF até a data do vencimento (31.10.15), terá os acréscimos legais de juros de 6,46% (seis vírgula quarenta e seis por cento) devendo esse montante constar do campo 09 do Documento de Arrecadação de Receitas Federais (DARF).

Publicamos com pesar, o falecimento de Antônio Eduardo Ferreira da Silva, filho da associada Maria da Conceição Leal Silva, ocorrido no dia 21 de agosto deste ano.

A AJUBEMGE manifesta os sentimentos e divulga abaixo texto enviado pela associada em homenagem ao seu filho:

**“Antônio Eduardo Ferreira da Silva**

Toda imagem no espelho refletida;

Tem mil faces que o tempo ali prendeu.

Todos têm qualquer coisa repetida;

Um pedaço de quem nos concebeu

A missão dele já foi cumprida;

Vamos cumprir a missão que Deus nos deu.

Se ele foi o espelho em nossa vida;

Queremos ser pro nossos filhos espelho seu.”

### Falecimentos

-\*Paulo Mills de Carvalho – 04/08/2014  
Petrópolis/RJ

- Marco Herodiano Siqueira da Cunha – 03/09/2015  
Belo Horizonte/MG

\* Fomos informados recentemente

### Associado lança livro



O associado José Afonso Moura Nunes, lançou este ano, em parceria com outros estudiosos o livro "O melhor de nós" que aborda conhecimentos científicos atuais sobre Jesus de Nazaré.

O projeto é uma iniciativa de um grupo de pessoas sem vinculação institucional ou fins comerciais.

A AJUBEMGE agradece os dois exemplares que lhe foram enviados e atesta a sua qualidade. Estamos lendo com prazer.

O exemplar pode ser encontrado nas melhores livrarias da cidade, tais como: Livraria Leitura, Quixote, Terra Azul, Canto do Livro, Status, Vozes, CEBI, COPEC, Saramago, Imaginário, Macaco que lê, Café Book, Spiral, Paulus, Paulinas, Van

Damme, dentre outras.

A pedido da associada Sônia Maria Pereira, noticiamos um passeio imperdível ao Inhotim, organizado por ela, que será realizado no dia 21 de outubro próximo.

Para mais informações, entrar em contato diretamente com a própria Sônia, através do telefone divulgado ao lado.

Aproveite essa oportunidade. Faça já a sua reserva!

## IMPERDÍVEL PASSEIO EM INHOTIM

### DIA 21 DE OUTUBRO

SAÍDA QUARTA-FEIRA ÀS 08:00 HORAS DA MANHÃ E RETORNO ÀS 15:30 HORAS, NO MESMO LOCAL.

**LOCAL DE SAÍDA:** AV. AFONSO PENA EM FRENTE AO PARQUE MUNICIPAL.

**ÔNIBUS DE VIAGEM C/SEGURO:**  
INCLUSO ENTRADA, TRANSPORTE PARA O PASSEIO INTERNO E O ALMOÇO.  
VALOR: R\$ 70,00

**CONTATO - SÔNIA 9656-9592**  
soniapereirabh@yahoo.com.br



## Tempo seco - Dicas para evitar problemas respiratórios

O clima seco, caracterizado pela baixa umidade do ar é comum nesta época do ano, provoca vários prejuízos à saúde, principalmente para aqueles que sofrem de problemas respiratórios.

Quando a umidade está abaixo do normal, mais partículas de diversos tipos ficam em suspensão no ar e são inaladas pelas pessoas. Dentre essas partículas estão, por exemplo, os ácaros, o enxofre que sai do escapamento de veículos, partículas de poeira, restos de materiais queimados e outros.

Além das reações alérgicas o tempo seco pode causar asma ou bronquite (doença inflamatória crônica, ou seja, o pulmão do asmático ou bronquítico já é mais inflamado do que o das pessoas normais).

### Quais medidas podem ser tomadas para evitar problemas respiratórios com o tempo seco?

\* Substituir alimentos fritos pelos assados, que facilitam o processo de digestão, e consumir frutas e verduras ricas em vitamina C.

\* Ingestão frequente de líquidos.

\* Evitar o acúmulo de poeira. Se a pessoa tiver alergia, é recomendável evitar tapetes e cortinas.

\* Evitar vassouras. É melhor usar aspirador e pano úmido.

\* Bacias com água melhoram a umidade do ar, assim como o uso de toalhas molhadas no ambiente, mas só durante o dia; à noite não precisa, pois a umidade do ar tende a aumentar no período noturno.

\* Vaporizadores também são eficazes durante o dia.

\* Soro fisiológico nos olhos e nas narinas evita o ressecamento.

\* Não fumar. Os alérgicos devem evitar locais com fumaça de cigarro.



## Aniversariantes do mês - Novembro



**01** - Bernardino Gomes dos Santos, Ivo Roberto Dinelli, Joaquim Rodrigues Moutinho, Maria de Fatima Alvares Guimaraes

**02** - Adalberto Geraldo Alves, Manoel Carvalho

**03** - Adolfo Jose de Carvalho, Eliane Claudentina Fagundes Melgaco, Glydon de Araujo, Jose Leite da Silva, Maria Angela Diniz Matos Moreira, Maria Ines Arbex de Castro do Valle, Peter Lund, Wanda Alvim Latorre

**04** - Ademar da Rocha Melo, Cleider Marcos Pereira Loregian, Jadir de Castro Camargos, Raimundo Valmerio Ferreira Abreu

**05** - Afranio Pereira da Silva, Antonio de Padua Netto, Sebastiana Moreira Silva Araujo

**06** - Arnaldo Galle de Miranda, Enio Roberto Queiroz Goncalves Fernandes, Lucio Jose de Figueiredo, Luiz Duarte, Selene Formel, Vadir Lima

**07** - Elaine Cristina Barros de Andrade, Elisabeth Teresinha de Amorim, Maria Leal Barcellos, Maria Silvia Luiz Chalub

**08** - Dinorah Botelho Pereira, Geraldo Guimaraes, Helton Deusdedit da Silva, Luzia Dutra, Maria da Conceição de Oliveira Norberto, Rosely Santana de Oliveira Pinheiro, Sebastiao Deusdete Godinho

**09** - Angela Maria Dias Brandao, Antonio Geraldo Pimentel, Luiz Paulo de Santandrea, Marilza Conceição Boeta da Silva, Nelson Alvares Chaves, Wilson Duarte

**10** - Getulio Lopes, Iracema de Assis Santos Viana, Jose Gregori Junior, Jose Valdir Pinto, Maria Jose Caldas de Oliveira, Ninfa Rossi de Barros

**13** - Cleonir Alves Malta, Jane Alves Torres, Jose da Franca, Jose Rodrigues de Oliveira Netto, Minoru Kato

**14** - Alfredo Clementino Pimentel, Helio Vieira Braga, Jose Xavier Machado, Lidia Ferreira Arcebispo, Olavo Amorim Ventura

**15** - Delso Duarte Pinheiro, Eustachio Ferreira de Souza, Faride Maria Serafim, Gerson da Costa, Rita Liziete Masieiro da Costa

**16** - Jose Messias Garlati, Pedro Ribeiro da Silva, Silvio Calian Filho

**17** - Celio Borges de Amorim, Fausto Jose Lemos, Gilmar Rogerio Viana, Jose Mauro de Carvalho, Maria Alzira Fonseca, Rui Vaz de Carvalho

**18** - Antonio Marcio Guimaraes, Delvair Assis de Souza, Roberto Freitas Soares da Silva, Rosangela Victor Foureaux

**19** - Humberto Xavier Silveira, Manoel Borges Moreira, Silvio Augusto de Paula

**20** - Ana Maria Silva Costa, Claudio Vieira Mafra, Euripedes Marques Batista, Maria Imaculada de Carvalho Sa

**21** - Ilma Jose de Sa, Laurinda Campos Lima, Nivea Fatima M Q S Ribeiro, Oracir Noel Campos, Paulo Ernesto Leite, Vagner Jose dos Santos

**22** - Elza Goncalves Ferreira

**23** - Altamira Molinari Gomes, Andrea Correa Jansen

**24** - Jose Oscar Penedo Correa Pinto, Marco Antonio de Castro Lima, Zelia de Sa Ribeiro Abdalla

**25** - Joaquim Ribeiro, Lusmar de Freitas Costa de Almeida Zeferino, Marco Antonio Gamarano, Maria Tereza Machado Ferreira

**26** - Jose Carlos de Souza Martins, Mario de Souza, Rogerio Jose dos Santos Ribeiro, Sonia Maria Sousa

**27** - Dulce Serrat Cabral, Jorge Fernando Assis Dayrell, **Maria da Piedade Americo**, Waldir Silvano do Amaral, Wany Lima Ferreira

**28** - Lazaro Rodrigues Vieira

**29** - Carlos Wagner de Araujo Alves, Jose Blankes da Silva Leite, Marly da Cruz Vitorino, Regina Carvalho Jardim, Segismundo Carelos Filho, Yeda Goncalves de Castro

**30** - Anna Maria Dantas da Silva, Giannini Pinto, Jose Cristiano Barbosa Neto, Maria Angela de Oliveira, Maria Auxiliadora Pinto Rocha, Maria Helena Monteiro Cobucci, Marli Rodrigues Martins, Maura Maria da Consolação Quintao, Roberto Oletto

### Aniversariante premiada

A AJUBEMGE tem o prazer de divulgar o nome da aniversariante sorteada do mês de novembro: **Maria da Piedade Américo**, que reside em Belo Horizonte/MG , premiada com um cheque de R\$ 150,00.

### Novos Associados

-José Osvaldo de Campos – Belo Horizonte/MG  
-Marcelino Justino Neto – Cataguases/MG  
-Vera Sousa Siqueira da Cunha - Belo Horizonte/MG