



JORNAL DA

AJUBEMGE

“Uma força de vida”

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

ANO 49 – Nº 551 – SETEMBRO DE 2016

Primavera, tempo de renovar e florescer

Prestando atenção à natureza veremos como vivemos num manancial de riquezas, cheio de sentido e significado. Observar e sentir a natureza é voltar ao seio de nossa existência, é nos reintegrarmos, pois somos parte dela também. A chegada da primavera é um convite para à reflexão. Assim como o outono, ela é uma estação de transição. Ela representa o tempo da despedida das frias paisagens e do preparo do cenário para os tons quentes do verão.

As flores são a marca principal desta estação, quando a natureza desabrocha e se enfeita para nos mostrar que um novo ciclo se inaugura.

Vai embora o gelo, o cinza, o tempo de recolhimento e a natureza se revela multicolorida. É o tempo de reprodução, fertilidade, beleza e abertura. A natureza resistiu aos tempos secos e frios e agora se refaz.

Em nossas experiências podemos passar por momentos hibernais, em que tudo ao nosso redor está frio e aparentemente sem vida. Seja por situações de perdas, decepções ou pelo simples desaquecimento da roda da vida, momentos de pausa que chegam e se instalam. Nesses períodos algo de muito belo pode acontecer, se optamos por resguardar nossos dons preciosos, sem perdermos as esperanças. Podemos concentrar nossa energia, até que um dia uma nova brisa sopra para derreter o gelo e a grama verde volte a se revelar.

A nova estação chega assim, com promessa de novas cores, luz e aromas renovados. No tempo da alma, a primavera se assemelha ao momento de lançar nossas ideias, de deixar o ar de novos tempos ventilar nossas mentes e corações, de abrir espaço para que o novo brote. Abrir as janelas da alma, para que o aroma do inverno se dissipe e o perfume das flores faça morada em nós. É a temporada de nos abrimos, de acreditarmos em novas possibilidades.

Mas para viver a intensidade dessa temporada é necessário exercitar a entrega. É preciso deixar ir o inverno, acreditar que outras experiências são possíveis.

Pense naqueles projetos guardados, nas habilidades contidas e deixe que tudo isso desabroche.

Lembra-se daqueles hábitos ranzinzas? Vá se despedindo deles, à medida que lança atenção para outros aspectos da vida ou lança um olhar diferente para os mesmos aspectos. A primavera te convida a renovar, abrir, sentir, florir!

Fonte: site personare



Reunião em SP
Planos de Saúde

Pág. 2

Passeio a
Caldas Novas

Pág. 3

Aposentadoria e
voluntariado

Pág. 4

Aniversariantes
do mês de outubro

Pág. 6

Plano de Saúde - nova reunião em São Paulo

A AJUBEMGE dá continuidade aos seus esforços para a revisão dos custos das mensalidades dos planos de saúde.

No dia 25 de agosto, em São Paulo, Maria Lúcia Machado participou de reunião juntamente com presidentes de outras associações de aposentados (AFAB, AFABEG e AFACI) com o Sr. Marcelo Teixeira Leão (Superintendente da área de saúde). Participaram também da reunião, funcionários da “Porto Seguro”, que hoje é administradora destes planos de saúde.

A reunião foi proveitosa, pois houve mais tempo disponível para discutir a metodologia usada, índices aplicados, problemas e sacrifícios enfrentados por aposentados e pensionistas para se manterem no plano, ou pior, serem obrigados a sair.

A AJUBEMGE está esperançosa por uma revisão das mensalidades cobradas. Durante a reunião, ficou acertado que as quatro associações, com prazo determinado, apresentarão uma carta de intenções para o Sr. Marcelo Leão Teixeira, que após a sua apreciação, levará este documento para uma reunião de diretoria do Itaú-Unibanco.

“Vamos solicitar também o restabelecimento do Comitê de acompanhamento dos planos de saúde, com representação das quatro associações (AJUBEMGE, AFAB, AFABEG E AFACI). Vamos aguardar e esperar o melhor”, reitera a presidente da AJUBEMGE, Maria Lúcia.



Oficina de bijuteria na AJUBEMGE



A AJUBEMGE irá promover a suas associadas, na tarde do dia 7 de novembro, uma oficina de bijuterias.

A ideia é dar a oportunidade a cada uma, de aprender a fazer suas próprias bijuterias e ainda oferecer pequenos presentes a pessoas queridas em datas especiais.

O artesão Celso Cândido, que é expositor da feira de artesanato de Belo Horizonte, será o professor da oficina.

Para conhecer mais sobre o seu trabalho, acesse o site: www.artedasmaos.no.comunidades.net

Celso Cândido foi quem ministrou, em 2011, na AJUBEMGE, uma oficina de artesanato, muito apreciada na ocasião.

Se você tem interesse em passar alguns momentos em companhia de amigos e aprender a fazer belas bijuterias de baixo custo, entre em contato com as secretárias da AJUBEMGE, através do telefone: (31) 3201 9423 e faça a sua reserva. Na próxima edição deste jornal, confira informações mais detalhadas.

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

Visite nosso site: www.ajubemge.com.br

Diretora Presidente: Maria Lúcia Machado, Vice-Presidente: Helena Lúcia Tarquínio, Diretor Financeiro: Lourival Lelles, Diretor Cultural e Social: Luiz Fernando da Silva Telles, Diretor Comercial: Ênio Dias Vieira. Suplentes da Diretoria Executiva: Adilson Martins Pereira, Expedito Noronha Costa, José Alves da Mota Júnior, Frederico de Sousa Neto, Conselho Fiscal (Efetivos): Antônio Lúcio da Costa, Sílvia Caitano da Fonseca, Plínio Buarque Vogas. Suplentes do Conselho Fiscal: José Cássio Damas, 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: 1.800 exemplares – Leitores: 9.000

Associados curtem passeio a Caldas Novas

Os associados aproveitaram muito o último passeio realizado pela AJUBEMGE a Caldas Novas, entre os dias 13 e 18 de agosto deste ano.

Todos ficaram hospedados no incrível Hotel Thermas diRoma de Caldas Novas, localizado em Goiás, e usufruíram de momentos de descanso e diversão, com uma estrutura diversificada: piscinas quente e fria, toboágua, duchas para massagem, bar molhado, saunas, quadra de tênis e poliesportiva.

A turma se divertiu bastante e nos enviou depoimentos sobre a viagem, que seguem abaixo:

"Mais uma vez, através da AJUBEMGE, tivemos a oportunidade de desfrutar do relaxante passeio à Caldas Novas. Vivenciamos momentos de muita alegria e confraternização com excelentes companhias em dias muito agradáveis. Que venham muitos outros passeios!"

Adair José de Souza (Benito).

"A viagem foi excelente, com companhias maravilhosas. Estive na região há 15 anos e fiquei impressionada de como evoluiu e cresceu. Está tudo mais moderno e mais bonito".

Jane Alves

"Gostamos muito do passeio, o hotel muito confortável e o hot park que ainda não conhecíamos, foi muito divertido. As pessoas que foram, sempre alegres e parceiras. Valeu muito a pena!"

Valeu muito a pena!"

Elton L. Rabelo e Ivanilda Rabelo (casal)



Foto: Jane Alves (arquivo pessoal)



A gratificação do voluntariado na aposentadoria

Pensar na aposentadoria quando se está trabalhando é o sonho da maioria das pessoas, pois esse descanso que está por vir representa tempo e liberdade para fazer o que quiser e quando quiser.

Mas ao mesmo tempo, se afastar do mundo produtivo gera uma mudança, que exige uma nova organização de vida. Observa-se cada vez mais um número crescente de aposentados buscando formas alternativas de vida que os mantenham ativos, participando de trabalhos sociais, educativos, de lazer, de atividades políticas, sindicais, em associações de classe ou retornando ao trabalho remunerado ou voluntário.

O trabalho voluntário tem atraído todas as gerações, mas é cada vez maior o envolvimento de pessoas que estão na terceira fase da vida, geralmente já aposentadas. O afastamento do trabalho e a diminuição das obrigações familiares fazem com que possam dispor de mais tempo livre, o que, em contrapartida, deixá-las-ia mais sujeitas aos sentimentos de solidão e inutilidade e isolamento.

O tempo do pós-trabalho, que ocorre em uma fase amadurecida da vida, pode ser uma oportunidade de exercer atividades comunitárias e ajudar ao próximo. Busca atender valores religiosos, necessidades pessoais de crescimento, retribuir o que se recebeu, dar continuidade ao trabalho, às vezes precocemente interrompido pela aposentadoria, passar adiante o legado profissional, manter fontes de prestígio e poder e exercer a cidadania.

Em contrapartida, o voluntariado proporciona prazer, gratificação, realização, troca e reconhecimento social que alimenta a sua autoestima.

Estas ações estão ligadas à solidariedade, a capacidade de agir em benefício do outro.

Propicia, ao mesmo tempo, uma abertura para a comunidade e para o mundo, vencendo o individualismo e o isolamento, fatores muito presentes no pós-trabalho.

Pode-se considerar o trabalho voluntário realizado pelos aposentados como uma das maneiras saudáveis de viver o momento da aposentadoria, pois possibilita recriar o presente efetivando um novo projeto de vida, estimula a cidadania e contribui para desqualificar preconceitos em relação aos aposentados e velhos.

A nossa associada, Maria Olimpia, 60 anos, é um grande exemplo para todos. Há 28 anos trabalha como voluntária para uma casa espírita, em todos os sábados e datas comemorativas, na coordenação da parte de alimentação da casa, que é oferecida à população carente.

Olimpia (como gosta de ser chamada), realiza este trabalho social com muito mais empenho após a sua aposentadoria, pois com a disponibilidade de tempo, pode se entregar mais e fazer muito mais pelo próximo.

A casa oferece vários tipos de serviços sociais à população e atende cerca de 400 pessoas por dia de atividade. Hoje Olímpia é responsável pela equipe que faz a sobremesa oferecida, uma deliciosa salada de frutas.

A associada conta que ser voluntária é uma das coisas mais gratificantes que faz na vida, pois fica sempre na expectativa do trabalho dar sempre certo, e esse sentimento pra ela é muito reconfortante, um esforço saudável.

“Além de ocupar meu tempo de forma produtiva, trabalhei o meu orgulho, o respeito ao próximo e cresci muito espiritualmente. Poder ajudar pessoas que tem dificuldades materiais ou psicológicas, me deixa extremamente feliz. Além disso, fazer essa atividade me faz sentir útil como aposentada e sair do tédio, ou até de uma possível depressão”, conta Maria Olimpia.



Maria Olimpia (primeira esquerda) e suas colegas também voluntárias

Atendimento jurídico

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

- Dr. Mauro Lúcio Sabino Silva - Processos trabalhistas

Atendimento em seu próprio escritório:
Av. Álvares Cabral, 344/1406 - Centro/BH.
Tel: (31) 3271 3339

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

Atendimento todos os dias da semana (exceto quarta-feira), de 10 às 12h e de 13 às 16h.

Atendimento de reclamatória de plano de saúde - Às quartas-feiras, de 10 às 12h e de 13 às 16h.

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

Atendimentos às segundas e quartas, de 8 às 10h, na sala da AJUBEMGE.

Atendimento de reclamatória de plano de saúde - Às terças e quintas-feiras, de 8 às 10h.

- Escritório Marcos André Advogados Associados – Direito Previdenciário/ Processos Judiciais contra o INSS.

Atendimento nas 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.

Falecimentos

*Olimar Magalhães Bastos Rodrigues – 11.08.2016 – Belo Horizonte - MG
- Às famílias enlutadas, os nossos sentimentos de pesar.

Você tem dificuldade para entender o que as pessoas falam?

Para ouvir em local com ruídos, como festas e restaurantes?

Para assistir à televisão sem precisar aumentar o volume?

Ou para escutar quando conversa ao telefone?

Já fez um exame para saber como está sua audição?

Fique atento a estas dificuldades:

- Comunicar-se no dia a dia
- Entender palavras ao telefone
- Compreender diálogos na TV
- Manter conversas em reuniões ou salas de aula

Quanto antes fizer uma avaliação auditiva, maiores as chances de atenuar um eventual problema de audição. Na Audium, uma empresa suíça reconhecida mundialmente, você encontra fonoaudiólogos especialistas em audição.

30% DE DESCONTO PARA ASSOCIADOS AJUBEMGE

Entre em contato com a Audium e marque uma conversa com um de nossos fonoaudiólogos.

Presente em todo o estado de Minas Gerais.

Ligue e agende uma triagem auditiva 0800 011 1000

Aparelhos 100% invisíveis

Audium
Audição é a nossa paixão

www.audiumbrasil.com.br ou f audiumbrasil

Concertos da Orquestra Filarmônica /MG

Concorra a um par de ingressos!

A associação divulga abaixo a programação dos próximos concertos da Orquestra Filarmônica de Minas Gerais. Para concorrer a um par de ingressos, entre em contato com a AJUBEMGE para fazer a sua inscrição no sorteio.

16 de setembro	Vivace
22 de setembro	Presto
06 de outubro	Presto
21 de outubro	Vivace
21 de outubro	Vivace
10 de novembro	Presto
25 de novembro	Vivace
01 de dezembro	Presto
16 de dezembro	Vivace

Vale a pena ouvir essa orquestra maravilhosa com toda a infraestrutura da Sala Minas Gerais. Inscreva-se para ganhar um par de ingressos, através dos contatos: ajubemge@ajubemge.com.br / 31 32019423.

Aniversariantes do mês - Outubro



01 - Ana Lucia Souto Morais, Nilton Americo Cabral Pereira.

02 - Joel Garcia de Souza.

04 - Edmar Fernandes Ferreira, Eduardo de Melo Gomes Ribeiro, Francisco Assis do Nascimento, Francisco de Assis Teles Zimerer, Lauro Machado Faria, Solange Amarilia de Almeida.

05 - Lina Mara Cachapuz, Maria Alice Ferreira de Souza, Rubens Evangelista.

06 - Alcebiades Campbell Filho, Carmela Longo, Jany do Carmo Lopes Navarro, Jose Luiz Baltazar, Maria do Rosario Jacob Bezerra, Maria Luiza Ribeiro Leal, Zilma Maria da Silva.

07 - Adriana Mendes de Carvalho, Benedito Alves, Bernardo Augusto Calmon Maciel, Joaquim Arico, Jurandy Uffer de Freitas, Mauri Monteiro, Roni Sampaio Zillig, Vera Lucia Pereira Damasceno, Zilda do Rosario dos Santos.

08 - Heloiza Carmo Ferreira, Jaime Geraldo Veloso Carneiro, Jair Ribeiro da Silva, Jose Brandao Damasceno Murca, Marcos Correa da Costa, Rosa Luiza da Silva, Vanessa Caputo Dutra de Oliveira, Walter Braganca Rezende.

09 - Antonio Carlos Gomes Crespo, Eliete Nunes Coelho, Geraldo Luiz Goncalves, Jose Vicente Pinto, Milton Santana Plastino, Rui de Castro Alves, Walter Ribeiro de Carvalho.

10 - Ayrton Gomes, Osmar Marcelino Souza.

11 - Auta Isla Canedo Goncalves da Silva, Eduardo Augusto de Oliveira, Lia Puls do Amaral, Maria Anesia de Jesus Lucowicz Costa.

12 - Aurelino Boscati Filho.

13 - Adair Jose de Souza, Altacir Souza Goncalves, Angela Jesuina de Jesus, Ione Machado Ruella, Mario Roberto Soares Pacheco.

14 - Beatriz Tadeu Jonusan, Bolivar Gouvea da Costa Soares, Dilene Penoni Mattos, Humberto Mendes Braga, Ildeu Dias da Silva, Manoel Rodrigues de Oliveira, Silas do Carmo, Vera Lucia Rodrigues Biaggini.

15 - Francisco de Paiva Lima.

16 - Amalia Rosa Atti Bello, Analia Moreira Rocha, Helber Wendling Cardoso, Ieda Brum Lugao, Maria Aparecida Teixeira Amorim Borges, Maria Carolina da Cruz Ferreira, Stael Maria de Carvalho Pereira.

17 - Arides de Souza Cardoso, Carlota Maria Almeida Moraes, Francisco Antonio de Carvalho, Hilton Franca Moraes, Maria Aparecida Rossi Alves Faria, Rosania Valeria

Bigonha Ruffato, Walkiria Maria Costa Souza Rodrigues.

18 - Arthur Paraíso de Miranda, Elizabeth do Rosario Guedes Fernandes, Geralda de Oliveira Melo Medeiros, Helio Vianna, Joao Alberto Guardieiro, Joao Antonio Gomes Pereira de Lyra.

19 - Aylton Hoffman, Delcio Pinto da Silva, Ireni Oliveira Silveira, Laercio Teixeira Vitorino, Sandoval Garcia Carvalho, Tania Cristina Ramos da Cruz.

20 - Antonio Caldeira Luz, **Elian Gualberto da Fonseca**, Francisco Otavio de Assis Barbosa, Geraldo Zola Ribeiro de Melo, Maria de Fatima Mendonca Silva, Waldemar Barbosa de Oliveira.

21 - Murilo Pilo Veloso, Nilton Correa de Sa.

22 - Amilcar Almeida, Jose Edson da Silva, Luiz Canfora Netto, Neilton Jose dos Santos, Roberto Simoes Coutinho, Zilma Conceição do Valle Silva.

23 - Joel de Oliveira, Jose Carlos Pacheco, Laize de Lourdes Paixao de Castro, Leda Maria Ferreira de Andrade, Maria Aparecida Pereira, Maria das Dores Camargos, Nair Pimenta de Aguiar.

24 - Joao Pereira de Vasconcelos, Joaquim Salles Guerra, Magda Maria Fagundes da Rocha, Maria da Conceição de Melo Rosa, Maria Marta Dolabela Soares, Norberto Moreira Rebordoes.

25 - Pedro Coelho Ferreira Rabelo, Rui da Silva Figueiro, Terezinha Barbosa Rodrigues.

26 - Frederico de Paula Neto, Joao Eustaquio Rodrigues, Maria Olimpia Marques Ferreira, Mauro Peres Macedo, Narciso Inacio, Vicente Mello.

27 - Eva Moreira Magalhaes, Geraldo Viana Filho, Idalina de Oliveira Mello, Nelson Jose Luzia, Tadeu Oscar de Castro.

28 - Domingos Eufrazio de Almeida, Fabio Eduardo Justiniano Costa.

29 - Gilcelina Xavier D'alcantara, Lourdes Januarina Reis, Marcelo Antonio Soares de Souza, Nicodemos de Oliveira Filho, Octavio de Sousa, Sebastiao Carneiro de Moraes.

30 - Jair Ribeiro de Oliveira, Luiz Fernando de Almeida, Tarciso Felisberto Caixeta de Souza, Walcir Alves Froes.

31 - Antonio Estevam Goncalves Pinho, Joao Wanderley de Castro Barbosa, Kleber Alcuri, Oneill Byron Campos, Osvaldo Silveira Xavier.

Aniversariante premiado

A AJUBEMGE tem o prazer de divulgar o nome do aniversariante sorteado do mês de setembro, **Elian Gualberto da Fonseca**, que reside em Belo Horizonte/MG, premiado com um cheque de R\$ 150,00.