



Grande passo dado com o novo acordo do Plano de Saúde Itaú



Hoje, passados os dias de tensão e luta para a aprovação do acordo entre o Sindicato dos Bancários de Belo Horizonte e Região e a Fundação Saúde Itaú, temos a satisfação de saber que o caminho escolhido pela AJUBEMGE foi o correto, considerando que do total de aposentados e pensionistas apenas 167 optaram por continuar com a ação. Sinal claro de que precisamos muito do nosso plano de saúde. É uma realidade e temos fé que a Fundação Saúde Itaú corresponda à confiança depositada nela.

Temos recebido inúmeras cartas, até bravas, e telefonemas de pessoas que se sentem abandonadas por uma decisão que não beneficiou a todos. Pedimos um pouco de paciência e já na próxima edição do nosso jornal, vamos responder a todos os questionamentos e, tenham certeza, a

luta continua, com o objetivo de tudo fazer para que o benefício seja estendido a todos.

Hoje é dia de darmos parabéns aos dirigentes do Sindicato, ao Dr. Ítalo Souza Nicolliello e a Fundação Saúde Itaú, na pessoa do Dr. Marcelo Teixeira Leão.

Para terminar, lembramos-nos de um filme antigo dos anos 40, chamado "A felicidade não se compra". É verdade, a felicidade é feita de momentos e gestos delicados. Assim, não por vaidade, mas por termos ficado muito felizes, queremos agradecer de coração o belo buquê de flores e lindo cartão enviado (abaixo) por associados em agradecimento a equipe AJUBEMGE pelo empenho neste caso.

Mais um obrigado sincero e carinhoso,
Maria Lucia Machado

Receba essas delicadas flores em agrada-
cimento ao trabalho que vem desenvol-
vendo, durante seu mandato, na AJUBEMGE,
em prol de nós aposentados, principalm-
te menos favorecidos que tanto necessitamos
dessa associação. Gostaríamos de ressaltar
que o acordo assinado, com o banco Itaú
para que conseguíssemos continuar a
pagar nossas contribuições do plano de
saúde, a um custo mais acessível,

foi muito importante, pois com idade avan-
çada, necessitamos muito dessa proteção, uma
vez que não sabemos o dia de amanhã e não
contamos com reservas financeiras para arcar
com despesas médicas/hospitalares e com nu-
meridades tão exorbitantes.
Assim sentimos muito protegidos com essa as-
sociação, tão bem representada durante muitos anos
pelo Sr. presidente Marcos Exemp e agora pela
seulhora. Que Deus lhe abençoe hoje e sempre.
Nesse abraço afetivos e não muito obrigados,
Grupo de aposentados participantes da assembleia
ocorrida na Av. São Rui em B.H.
19-09-2018

Por onde anda?

Pág. 2

Festa de
Confraternização

Pág. 4

Caminhada e Prosa
de Primavera

Pág. 5

Aniversariantes
de novembro 2018

Pág. 6





Fique de olho

50 anos
AJUBEMGE

Por onde anda?

Neste mês de outubro, o projeto "Por onde anda" vem dar notícias do associado Ubirajara Saturnino do Nascimento, a pedido do colega Roldão da Rocha, seu parceiro das épocas de banco.



Ubirajara, aposentou-se em 1988 pelo banco BEMGE e trabalhou ainda mais 3 anos como terceirizado prestando serviços ao banco.

Hoje com vividos 81 anos e muita saúde, já completa 56 anos de casado com Anna Maria de Carvalho Nascimento, com quem teve duas filhas que lhe deram três netos, que já são adultos e uma bisneta de 2 aninhos.

Natural de Goiânia, Ubirajara ainda mora em Belo Horizonte, desde 1979, em um apartamento com a esposa. Em seu tempo livre, adora cuidar de seu terreno, adquirido em 1989, no bairro União, conhecido como o "Cantinho do Bira".

"Vou todos os dias pra lá cuidar das minhas galinhas, cachorros e plantações. Gosto muito de mexer com terra, é uma distração pra mim. No cantinho do Bira fazemos churrascos e demais encontros de família, recebemos amigos para bater papo e descansar. Se querem saber por onde ando, é por lá!", nos conta Ubirajara rindo.

Na parte da manhã, ele caminha todos os dias acompanhado de sua esposa, sem preguiça e com entusiasmo. Por isso essa saúde de ferro e tanta energia boa.

"A vida passa muito rápido e temos que fazer o que gostamos. Viajar é outra atividade que me faz bem, sempre que possível vou para Guarapari com minha esposa. Adoro praia", ressalta Ubirajara.

O associado nos contou também, que faz questão de manter contato com alguns colegas de banco especiais, Geraldo do Valle e Paulo Hernesto, que se tornaram grandes amigos de uma vida. "O amigo Roldão faz tempo que não vejo, foi muito bom ter notícias dele no jornal passado e saber que ele queria notícias minhas. Foi mais um grande parceiro da época de trabalho", comenta Ubirajara satisfeito.

Essa foi mais uma edição especial do projeto "Por onde anda". Entre em contato com a gente e tenha a oportunidade de saber sobre aquele seu colega querido que não vê ou não conversa há tempos.

Envie um e.mail para ajubemge@ajubemge.com.br ou ligue para nós, através do telefone: 31 32019423, para nos contar o nome do seu colega sumido, que vamos atrás de notícias dele.

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 – Telefone: 31 3201 9423 - WhatsApp: (31) 98395-1069 - Email: ajubemge@ajubemge.com.br

Visite nosso site: www.ajubemge.com.br

Diretora Presidente: Maria Lúcia Machado, Diretora Vice-Presidente: Laíz Maria Martins Lannes, Diretor Financeiro: Randas Costa Zanotti, Diretor Administrativo: Maurício Teodoro de São José, Diretor Comercial: Antônio Barsand de Leucas, Diretor Cultural e Social: Luiz Fernando da Silva Telles

Conselho Fiscal – Efetivo: Gerson de Assis Moraes, Lourival Lelles e Plínio Buarque Vogas

Suplentes da Diretoria Executiva: Adair José de Souza, Antônio de Pádua Netto, Geraldo José Bahia Sudário, Joel de Assis Moraes, Hercílio Antônio de Almeida e Herci Fonseca Barbosa - Suplentes do Conselho Fiscal: Albertino Couto Ferreira, José Gregori Júnior, Reinaldo Vilela Monte Raso

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: 1.700 exemplares – Leitores: 9.000





Exigências da Vida Moderna

*Luís Fernando Veríssimo



Dizem que todos os dias você deve comer uma maçã por causa do ferro.

E uma banana pelo potássio. E também uma laranja pela vitamina C.

Uma xícara de chá verde sem açúcar para prevenir a diabetes.

Todos os dias deve-se tomar ao menos dois litros de água. E uriná-los, o que consome o dobro do tempo.

Todos os dias deve-se tomar um Yakult pelos lactobacilos (que ninguém sabe bem o que é, mas que aos bilhões, ajudam a digestão).

Cada dia uma Aspirina, previne infarto. Uma taça de vinho tinto também. Uma de vinho branco estabiliza o sistema nervoso.

Um copo de cerveja, para... não lembro bem para o que, mas faz bem.

O benefício adicional é que se você tomar tudo isso ao mesmo

tempo e tiver um derrame, nem vai perceber.

Todos os dias deve-se comer fibra. Muita, muitíssima fibra. Fibra suficiente para fazer um pulôver.

Você deve fazer entre quatro e seis refeições leves diariamente.

E nunca se esqueça de mastigar pelo menos cem vezes cada garfada.

Só para comer, serão cerca de cinco horas do dia.

E não esqueça de escovar os dentes depois de comer.

Ou seja, você tem que escovar os dentes depois da maçã, da banana, da laranja, das seis refeições e enquanto tiver dentes, passar fio dental, massagear a gengiva, escovar a língua e bochechar com Plax.

Melhor, inclusive, ampliar o banheiro e aproveitar para colocar um equipamento de som, porque entre a água, a fibra e os dentes, você vai passar ali várias horas por dia.

Há que se dormir oito horas por noite e trabalhar outras oito por dia, mais as cinco comendo são vinte e uma. Sobram três, desde que você não pegue trânsito.

As estatísticas comprovam que assistimos três horas de TV por dia.

Menos você, porque todos os dias você vai caminhar ao menos meia hora (por experiência própria, após quinze minutos dê meia volta e comece a voltar, ou a meia hora vira uma).

E você deve cuidar das amizades, porque são como uma planta: devem ser regadas diariamente, o que me faz pensar em quem vai cuidar delas quando eu estiver viajando.

Deve-se estar bem informado também, lendo dois ou três jornais por dia para comparar as informações.

Ah! E o sexo.

Todos os dias, tomando o cuidado de não se cair na rotina.

Há que ser criativo, inovador para renovar a sedução.

Isso leva tempo e nem estou falando de sexo tântrico.

Também precisa sobrar tempo para varrer, passar, lavar roupa, pratos e espero que você não tenha um bichinho de estimação.

Na minha conta são 29 horas por dia.

A única solução que me ocorre é fazer várias dessas coisas ao mesmo tempo!!!

Tomar banho frio com a boca aberta, assim você toma água e escova os dentes.

Chame os amigos e seus pais. Beba o vinho, coma a maçã e dê a banana na boca da sua mulher.

Ainda bem que somos crescidinhos, senão ainda teria um Danoninho e se sobrares 5 minutos, uma colherada de leite de magnésio.

Agora tenho que ir.

É o meio do dia, e depois da cerveja, do vinho e da maçã, tenho que ir ao banheiro. E já que vou, levo um jornal... Tchau... Se sobrar um tempinho, me manda um e-mail.



Confraternização de fim de ano da AJUBEMGE

A diretoria da AJUBEMGE convida os seus associados para mais uma festa de confraternização, que será realizada no dia 29 de novembro, quinta-feira, de 19 às 00h, no Raja Hall (Av. Raja Gabaglia, 4343 - Bairro Santa Lúcia/Belo Horizonte - Tel: 31 32966399).

Para atender aos pedidos dos associados e renovar a versão da confraternização, este ano será uma festa noturna, com muita música e animação.

E mais um ano vem chegando ao final, tempo passando rápido demais e mal vemos nossos amigos. Essa festa tem o intuito de proporcionar encontros, matar as saudades e confraternizar juntos.

Os convites estarão disponíveis na secretaria da AJUBEMGE de 05 a 20 de novembro, de 10 às 16 horas.

Valor dos convites:

- Associado: cortesia
- Acompanhante: R\$ 50,00
- Convidado: R\$ 100,00

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 ou convidado deverá entrar junto com o associado e apresentar o convite específico de "Acompanhante" ou "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 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 a emissão de convites será resolvido no dia do evento.

O associado Antônio Sérgio Coutinho faz um trabalho voluntário junto a Fundação Espírita "Nosso Lar" e solicita a quem puder, colaborar com o trabalho desta instituição que cuida de crianças carentes, levando 1 kg de alimento não perecível quando for buscar o convite para essa festa.



Conselheiros aposentados da Fundação Itaú participam do 39º Congresso Brasileiro da Previdência Complementar Fechada

Foi realizado entre os dias 10 e 12 de setembro, em Florianópolis, Santa Catarina, o 39º Congresso Brasileiro da Previdência Complementar Fechado, organizado pela ABRAPP (Associação Brasileira das Entidades Fechadas de Previdência Complementar).

"O congresso abordou temas de extrema importância focados nos dias de hoje, e saímos de lá com uma bagagem extra de conhecimento. Os organizadores estão de parabéns", ressaltou a conselheira da Fundação Itaú, Maria Lucia Machado.

As palestras realizadas abordaram temas ligados a economia atual, gestão, emprego, sociedade e perspectivas para mudanças futuras com a chegada cada vez maior da alta tecnologia no mercado.



Diversos

50 anos
AJUBEMGE

Caminhada e Prosa de Primavera

A AJUBEMGE realizou no dia 27 de setembro, em continuidade às comemorações dos seus 50 anos, mais uma “Caminhada e Prosa” para os seus associados, com edição especial de primavera.

Já no clima da nova estação, cerca de 30 associados participaram do evento, que ocorreu no Parque Municipal de Belo Horizonte, às 09 horas da manhã.

Durante a tranquila e agradável caminhada, guiada pelo educador físico Leonardo de Oliveira Almeida, foram realizadas também atividades dinâmicas, alongamentos e pausa para um lanche especial oferecido pela AJUBEMGE.

Para a associada Dalva de Almeida Figueiredo, 90 anos, o projeto “Caminhada e Prosa” é um grande estímulo para sair de casa e praticar exercícios. “Com a companhia dos colegas, ficamos muito mais dispostos a fazer uma caminhada. Precisamos nos exercitar e esse convívio também nos faz muito bem. Gostei muito de ter participado e gostaria de ir em todas as próximas”, comenta Dalva.

Já para o associado Carlos Antônio Pereira, 68 anos, que levou para a caminhada a sua esposa Zélia Ribeiro, esse tipo de evento da associação poderia ser realizado sempre, pois além de fazer bem para a saúde, é uma oportunidade de rever os colegas da época de banco”, ressalta Carlos.



Outubro com rodada de bingo

No dia 25 de outubro, de 14 às 17 horas, na sede da AJUBEMGE, uma nova rodada de bingo será realizada na associação. Muita alegria e diversão são garantidas neste encontro.

Para participar, inscreva-se na secretaria da AJUBEMGE ou através do telefone 31 3201 9423 até o dia 23 de outubro.

Os participantes que puderem contribuir com algum brinde no dia, podem comunicar a associação no ato da inscrição. Com a colaboração de todos, mais rodadas poderão ser realizadas.

Não perca o nosso bingo! Faça a sua inscrição!



Exclusão dos dependentes do plano de saúde Fundação Itaú Unibanco

A AJUBEMGE informa aos associados que receberam correspondência da Fundação Saúde Itaú, em 30 de abril deste ano, sobre a exclusão de seus dependentes com idade superior a 25 anos, que fiquem atentos aos seus direitos e ao prazo que será encerrado no dia 30 de novembro de 2018, para a realizar a portabilidade para outro convênio, particular.

É importante ressaltar que a portabilidade deverá ser feita até 30 dias após o desligamento, para evitar o cumprimento de carência.





Aniversariantes do mês - novembro

50 anos
AJUBEMGE



01 - Ivo Roberto Souza, Rosangela Victor Foureaux.
Dinelli, Lydia de
Cassia Freire Ferreira,
Maria de Fatima
Alvares Guimaraes.

02 - 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.

06 - Arnaldo Galle de Miranda, Enio Roberto Queiroz
Goncalves Fernandes, Lucio Josede Figueiredo,
Selene Formel, Vadir Lima.

07 - Elaine Cristina Barros Caldas, Maria Leal
Barcellos, Maria Silvia Luiz Chalub, Sueli Aparecida
Rios Rodarte.

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 - Alexandre Jose Barbosa Correa, 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, Gerson da Costa, Rita Liziete Masieiro da
Costa.

16 - Pedro Ribeiro da Silva.

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

18 - Antonio Marcio Guimaraes, Delvair Assis de

19 - Adriana Megda Xavier Magalhaes, Humberto
Xavier Silveira, Silvio Augusto dePaula.

20 - Claudio Vieira Mafra, Euripedes Marques Batista,
Maria Imaculada de Carvalho Sa.

21 - Laurinda Campos Lima, Oracir Noel Campos,
Paulo Ernesto Leite.

23 - Altamira Molinari Gomes, Andrea Correa Jansen.

24 - 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, Marlene de Souza
Lamounier.

26 - Hudsonina Carvalho Eliazar, Jose Carlos de
Souza Martins, Rogerio Jose dos Santos Ribeiro,
Sonia Maria Sousa.

27 - 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, Marilda Cruz Vitorino, Regina Carvalho
Jardim, Segismundo Carelos Filho, Yeda Goncalves
de Castro.

30 - Anna Maria Dantas da Silva, Giannini Pinto,
Maria Angela de Oliveira, Maria Auxiliadora Pinto
Rocha, Marli Rodrigues Martins, Maura Maria da
Consolação Quintao, Roberto Oletto.

Aniversariante premiado

O aniversariante sorteado do mês de novembro
foi **Fausto José Lemos**, de Sete Lagoas/MG,
premiado com um cheque de R\$ 200,00.

Novos associados

- Talestre Maria do Carmo Mário - Lavras/MG
- Maria Sílvia A. de C. Côrrea Neto - Juiz de Fora/MG
- José Eugênio Costa Ribeiro - BH/MG

Deixaram saudades

- Heráclito Ângelo Ricardo - 22.09.18 - Curvelo/MG
- Yolanda C. Lima Dia - 08.09.2018 - Lavras/MG
- Amadeu Imídio de Oliveira - 20.08.2018 - Nova
Iguaçu/ RJ

