SABESPAPO

aaps
www.aaps.com.br

Informativo da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Sabesp
Ano 21 - Nº 151 - Julho/Agosto /Setembro - 2016 | Fundada em 22 de junho de 1989

Previdência: a preocupação continua!

Saiba das últimas notícias. Leia o Editorial na pág. 2 e a matéria do Espaço Jurídico na pág. 5

Fotos: Geovani Fortunato

Curta a cobertura completa do Baile da Primavera 2016 na pág. 7

Atualidades
Não deixe de conferir as novidades
Pág. 3 e 4

Espaço Jurídico
Íntegra do comunicado da AAPS sobre a ação dos suplementados
Pág. 5

Qualidade de Vida
Mal de Alzheimer: informações que podem ajudar na prevenção
Pág. 9

Entrevista
Conheça melhor o trabalho da Assistente Social da AAPS
Pág. 10 a 12

Festas de final de ano

Além das festas de São Paulo e Santos este ano tem novidade para os associados do interior!

Mais detalhes na pág. 8

"O tempo é um ponto de vista. Velho é quem é um dia mais velho que a gente."
Mário Quintana

EXPEDIENTE

SABESPAPO é um informativo trimestral da AAPS

Associação dos Aposentados e Pensionistas da Sabesp

Sede: Rua Treze de Maio, 1.642
Bela Vista - São Paulo - SP
CEP: 01327-002 - Tel: (11) 3372-1000
Fax: (11) 3372-1009
E-mail: aapsabesp@uol.com.br
Subsede Baixada Santista:
Rua Dr. Arthur Assis, 47
Bairro do Boqueirão - Santos
CEP: 11045-540 - **Tel:** (13) 3288-1162
E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Diretoria Executiva
Presidente: Maximiano Bizatto
Diretor Administrativo:
Celso Valio Machiaverni
Diretor Financeiro:
Affonso Celso Nogueira de Andrade
Diretor de Comunicação e Marketing:
Wagner de Jesus Baptista
Diretora Sociocultural e Esportiva:
Célia Regina Gervásio da Silva Botelho
Diretor de Saúde e Serviço Social:
Edson Cardoso da Silva
Diretor de Assuntos Previdenciários:
Armando Silva Filho
Diretor de Relações Institucionais:
Valdemar Venâncio
Diretora Regional da Baixada Santista:
Estela dos Santos Rodrigues Peres.

Conselho Deliberativo
José Luiz de Melo Pereira **(Presidente)**
Paulo Roberto Menezes **(Vice-Presidente)**,
Antônio Carlos Julião, Antônio Martins, Berenice de Paula Posso Baruffaldi, Cid Barbosa Lima Junior, Egídio Perroni Neto, Gerson de Oliveira, Gert Wolgang Kaminski, Ilka Maria Machado, Iracema Maria Teixeira Gião, Jairo Bonifácio, José Antônio Oliva, José Carlos Machado Scheffauer, José Francisco Furquim de Campos Jr, José Taniguti, Maria José da Silveira Melo, Mário Rubens Almeida de Mello, Nelson Luiz Stabile, Pérsio Faulim de Menezes e Shigueo Makita.

Conselho Fiscal
José Luiz Trinca **(Presidente)**, Flávio Tsutomu Hirota e Walter Antônio Orsatti.

Jornalista Responsável e Edição
Raquel Braganholi
Mtb 22.219/SP - raquel@aaps.com.br

Diagramação e Editoração Eletrônica
Ideias e Soluções **- Tel:** (11) 2695-1703
Impressão: Expressão e Arte Gráfica
Tel.: (11) 3951-5188
Tiragem: 3.700 exemplares.

EDITORIAL

A missão da AAPS é defender os direitos de seus associados

Mais uma vez voltamos ao assunto que preocupa todos os participantes ativos e assistidos dos planos previdenciários da Sabesprev. No dia 30/08/2016, foi concluído o programa de migração do Plano de Benefício Definido (BD) para o de Contribuição Definida (CD), conforme autorizado pela PREVIC.

Sabesp e Sabesprev procuraram de várias maneiras convencer os participantes, ativos e assistidos, principalmente os ativos, de que o plano CD apresentava melhores condições e oportunidades chegando mesmo a acenar com possível incentivo para pagamento de déficit remanescente, de modo a criar um ambiente favorável à migração, o que não chegou a se concretizar.

Entretanto, mesmo com todo esse processo de convencimento, não conseguiram concretizar seus planos. Ao final do período de migração, os participantes do plano BD ainda representam 55,44% (11.619 pessoas) contra 44,56% (9.338 pessoas) do plano CD, de um total de 20.957 participantes.

Esse resultado demonstra cabalmente o relativo interesse de migração para um plano que oferece benefício por tempo/valor determinado, contra um plano com benefício vitalício de acordo com a escolha original.

Durante todo o processo de migração orientamos nossos sócios, sem induzi-los, a optar por um ou por outro plano. Orientávamos, isto sim, para que avaliassem muito bem, utilizando o Simulador desenvolvido pela Sabesprev, a escolher o que melhor atendesse a seus interesses. Os resultados demonstraram a falta de confiança em um sistema totalmente financeiro, sujeito a variações do mercado contra outro que garante recursos até o fim de suas vidas e de seus dependentes legais.

Alguns sindicatos e associações passaram a criticar a posição adotada pela AAPS na defesa dos interesses dos seus associados e demais assistidos da Sabesprev, com publicações e posicionamentos como "a famigerada liminar" ou "mais uma da AAPS", que demonstram a falta de entendimento da missão da AAPS, que foi criada com o objetivo de defender os direitos dos aposentados e pensionistas.

Não estamos pleiteando nada mais do que o fato de termos escolhido um plano vitalício para nosso futuro. O princípio esperado de plano de Benefício Definido, permanece embora a Sabesp, através da Sabesprev, tente dificultar.

Àqueles que, no adiantado de suas idades, investiram num futuro um pouco melhor, estão sendo ameaçados de não poder concretizá-lo. É o famoso "mudar as regras no meio do jogo". Impor sanções àqueles que durante toda a sua vida profissional cumpriram as suas obrigações onerando-os com o pagamento de déficits originários da falta de ações no tempo devido por parte de seus administradores, pois os valores debitados aos participantes sempre foram pagos, sem questionamento. Se acabaram sendo insuficientes, o ônus deveria ser assumido pelos responsáveis pela sua administração.

É chegada a hora de sentarmos para negociar soluções que sejam adequadas tanto para os ativos quanto para os assistidos.

Ao longo do último ano participamos de várias reuniões sugerindo ações que pudessem viabilizar o programa previdenciário. Infelizmente não tivemos êxito, pois sequer fomos ouvidos e acabamos ainda sendo taxados de intransigentes. O máximo que conseguimos foi uma série de adversários, entre algumas associações e sindicatos, para os quais os assistidos são taxados como ônus para os ativos. Esquecem estes que os atualmente assistidos cumpriram com todas as exigências para poderem ter uma aposentadoria um pouco mais digna, com a qual os atuais ativos, no futuro, terão que conviver.

A AAPS não abrirá mão de lutar por essas pessoas que construíram a empresa e que agora são tratados como um problema que deverá ser descartado o mais rápido possível. Certamente não é o que queremos e tudo faremos para que isso não aconteça.

Por último, também gostaríamos de registrar que embora o tema previdenciário esteja mais em evidência no momento de fechamento desta edição, a AAPS continua atenta aos demais temas de interesse de seus associados, em especial, a situação dos Planos de Saúde.

Quando todas as negociações falharem não nos restará alternativa senão apelar para a Justiça, que, sabiamente, saberá defender nossa causa.

Maximiano Bizatto
Presidente

CORRESPONDÊNCIA

Este espaço é aberto aos comentários, críticas e sugestões dos associados.
Comunique-se conosco através de cartas, fax (11) 3372-1009 ou via e-mail: faleconosco@aaps.com.br - para Diretoria de Comunicação e Marketing.

Sua opinião é muito importante para nós.
Fale conosco!

Diretoria da AAPS tem novo Diretor de Saúde e Serviço Social

Fotos: Geovani Furtado

Edson Cardoso da Silva assumiu a Diretoria de Saúde e Serviço Social da AAPS.

A Diretoria Executiva agradece a dedicação e empenho do colega Cid Barbosa Lima Junior enquanto esteve no cargo e deseja sucesso ao colega Edson, na gestão dessa importante diretoria de nossa Entidade.

AAPS participa da SIPAT 2016

De 22 a 24 de agosto, a AAPS participou da SIPAT 2016 (Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho) no Complexo Costa Carvalho/Sumidouro, com estande no espaço reservado para divulgação das atividades.

O evento foi realizado pela Superintendência de Planejamento e Desenvolvimento da Metropolitana - MP no Auditório Tauzer Garcia Quinderé (PUDIM), com palestras, atendimento individualizado, gincanas, atividades de ergonomia e sorteios de brindes.

Wagner de Jesus Baptista, diretor de Comunicação e Marketing e a funcionária, Tatiane Fátima de Oliveira.

AAPS marca presença na Fenasan pelo quarto ano consecutivo

Wagner e Maximiano Bizatto no estande da AAPS.

A AAPS participou da 27ª Feira Nacional de Saneamento e Meio Ambiente - Fenasan, evento organizado anualmente, em paralelo ao Congresso Técnico da entidade, sob o tema "Água ou escassez: qual o futuro que queremos?".

A Feira foi realizada no Pavilhão Vermelho do Expo Center Norte, em São Paulo, no período de 16 a 18 de agosto, onde a AAPS manteve um estande para divulgação institucional de nossa entidade, em especial aos empregados da Sabesp que visitaram nosso espaço, cedido pela AESabesp, promotora do evento.

Nesta edição, manteve-se o alto nível de participação, tanto no Congresso quanto na Feira. Importantes empresas do setor de saneamento e meio ambiente estiveram presentes com estandes muito bem montados e com seus especialistas para atendimento ao público.

Continuamos com a campanha para captação de novos sócios.
Divulgue a AAPS entre seus amigos aposentados não associados ou em fase de pré-aposentadoria.

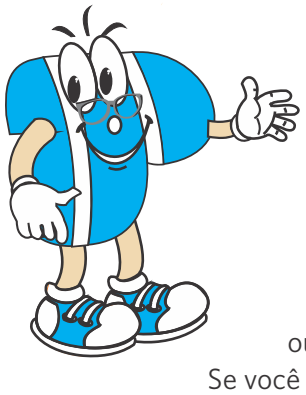
Adélia Ribeiro Gomes (São Paulo - SP)
Ademir Porcel Bulhez (São Paulo - SP)
Amália Ortega Lopes (Carapicuiba - SP)
Ana Silvia Duarte Ribeiro Marques (Atibaia - SP)
Anderson William Furdiani (São Paulo - SP)
Aparecida de Oliveira Barbosa (Embu das Artes - SP)
Aracy Gomes Levada (São Paulo - SP)
Ayrton Pelim (Tupã - SP)
Clóvis Mazzilli (São Paulo - SP)
Creuza Paes da Silva Oliveira (São Paulo - SP)
Edson Alves Viana Reis (São Paulo - SP)
Fátima Aparecida Blocwitz (Itapetininga - SP)
Francisco Antônio Diniz (Jaguariuna - SP)
Francisco José Toledo Piza (Salto - SP)
Gilda do Nascimento Silva (São Bernardo do Campo - SP)
Jeronimo Carlos de Melo Pereira (São Paulo - SP)
João Roberto Fávero (São Paulo - SP)
Jucelia de Oliveira Albuquerque Melo (São Paulo - SP)
Juvenil Borges dos Santos (São Paulo - SP)
Laudecila Maria Teixeira (São Paulo - SP)
Lourdes Felício dos (São Paulo - SP)
Lucia Fátima Ferreira Cardoso Leme (São Paulo - SP)
Luís Carlos Pereira (São Bernardo do Campo - SP)
Magali Gonçalves (São Paulo - SP)
Maria das Dores de Paula (Carapicuiba - SP)
Maria Aparecida Dias Helfstein (São Paulo - SP)
Maria Encarnação Gatti Camacho (São Paulo - SP)
Maria Floraci Brito (São Paulo - SP)
Milton de Oliveira (Osasco - SP)
Mauro Luciano de Freitas (São Paulo - SP)
Nilton Formigari (São Paulo - SP)
Renata Gonçalves Ferrari (São Paulo - SP)

Juntos somos mais fortes!

Vai acontecer

PROGRAMA AAPS VAI ATÉ VOCÊ!

Encontro Regional na Baixada Santista



Os diretores da AAPS irão visitar os companheiros (as) e ex companheiros (as) da Sabesp na região da Baixada Santista para uma reunião onde serão discutidos assuntos gerais relativos à nossa categoria, sobretudo nossas " bandeiras institucionais de luta":

- ✓ Planos de Saúde da Sabesprev;
- ✓ Planos Previdenciários e
- ✓ Complementados G0's.

Inscreva-se na cidade de Santos com nossa colaboradora Carol até o dia 20 de outubro pelo telefone: (13) 3288-1162 ou pelo e-mail anacarolina@aaps.com.br.
Se você mora em Cubatão, Bertioga, São Vicente, Praia Grande, Mongaguá, Itanhaém ou Peruíbe, solicite informações sobre possibilidade de transporte.

Após o final da reunião haverá coquetel e sorteio de brindes - não percam!

Data: 28 de outubro de 2016 | Horário: 16h30min
Local: Avenida São Francisco, 128 - Centro - Santos

Novidade!

Atividade Física na sede da AAPS

A partir de novembro terão início as aulas de preparação física ao ar livre, na área externa da Associação Sabesp, à Rua 13 de Maio, 1642 e, eventualmente, no salão da sede da AAPS, em dias de chuva.

O objetivo é proporcionar aos associados e moradores das proximidades, um programa de condicionamento físico que resulte em uma vida mais ativa, saudável e feliz.

As aulas serão comandadas por Eduardo Santana, professor de Educação Física e pós-graduado em Condicionamento Físico e Reabilitação Cardíaca.

Os exercícios serão coletivos, porém respeitando as diferenças individuais - cada um de acordo com suas características e condições, visando condicionamento de Força, Equilíbrio, Flexibilidade, Resistência e Desempenho Cardiovascular.

Inscrições: Entre dias 20 e 28 de outubro - na sede da AAPS
Associados e sócio colaborador: R$ 10,00 | Outros interessados: R$ 50,00
Aulas às terças e quintas-feiras - das 10h às 11h30min.
As duas primeiras aulas serão reservadas para avaliação individual dos inscritos (anamnese).

Dica do Aqualino!

Novidade!
Agora nosso boletim eletrônico e o site da AAPS são responsivos!
Você pode acessar de seu computador de mesa, mas também do "smarthphone" ou "tablet".

Ainda não tem e-mail?
Está na hora de pensar no assunto!
Não fique fora dessa!!!

Mantenha seu e-mail sempre atualizado para receber nosso boletim eletrônico e acompanhar as principais novidades online.

Suplementação

Esclarecimentos sobre a Decisão Judicial

A AAPS, em razão de inúmeras manifestações imprecisas e tendenciosas que foram divulgadas à comunidade que congrega trabalhadores da ativa e aposentados, apresenta através deste comunicado seu entendimento sobre os fato que envolvem a Ação Cautelar Antecedente proposta pela associação e a liminar de antecipação de tutela concedida pelo Tribunal de Justiça de São Paulo.

Em primeiro lugar, é preciso ressaltar que a finalidade estatutária da AAPS é defender os interesses dos aposentados e pensionistas e, neste sentido, a posição adotada contrária ao processo de migração do Plano Básico (BD) para o Plano Sabesprev Mais decorre de decisão resultante de Assembleia Geral Extraordinária realizada oportunamente para este fim. Em segundo, a AAPS reitera sua disposição ao diálogo com todos os interessados na questão, colocando como condição, unicamente, que os direitos adquiridos pelos aposentados e pensionistas sejam respeitados integralmente.

Importante notar que a legislação de previdência complementar estabelece a segregação patrimonial entre os planos de benefícios administrados pelos fundos de pensão e a regulamentação da transferência de reservas dos planos de benefícios da modalidade BD (benefício definido), criados até 2001, limita esse procedimento às contribuições pessoais dos participantes interessados em migrar de plano. Esse é o "direito acumulado" dos participantes de um plano BD. Esses planos de benefícios são "antigos", mutualistas, nos quais o patrimônio não pertence a cada participante, mas sim a todos participantes coletivamente. A transferência de reservas além do limite previsto acarreta prejuízo e elevação do risco de grave desequilíbrio aos que permanecerem, tanto mais quando o plano de benefícios já apresenta insuficiência de reservas como no caso do Plano Básico.

E foi exatamente essa proteção que foi assegurada aos aposentados e pensionistas pela decisão concedida na ação ajuizada pela AAPS. A migração de patrimônio do Plano Básico para o Plano Sabesprev Mais está limitada a soma das contribuições pessoais que cada participante verteu ao Plano Básico, não sendo autorizada a transferência de nenhum valor além desse limite, considerada temerária pelo Tribunal de Justiça, sob pena de multa diária de R$ 1.000,00 (hum mil reais) até o limite de R$ 5.000.000,00 (cinco milhões de reais) pelo descumprimento da decisão.

Registre-se que a Sabesprev teve ciência da decisão tão logo foi concedida, em 01/09/2016, manifestando-se no processo em 19/09/2016, estando obrigada a garantir a integridade do patrimônio do Plano Básico nos termos da decisão. É sabido por todos que o fato de ter encerrado o prazo de adesão ao Sabesprev Mais antes da decisão judicial não autoriza o descumprimento da decisão e o desfalque do patrimônio do plano BD considerando-se, além de tudo, que após o período de opção é necessária a realização de avaliação atuarial nos planos para a definição final das massas de participantes de cada um e o patrimônio correspondente para que o procedimento seja efetivado. E se valores a maior tiverem sido inadvertidamente transferidos, cabe a Sabesprev revertê-los em cumprimento à decisão judicial.

Cumpre esclarecer, ainda, que na hipótese de, no futuro, haver decisão de mérito julgando improcedente a ação promovida pela AAPS, essa parcela de patrimônio retida no Plano Básico deverá ser transferida às contas individuais daqueles que optaram pela migração. Porém, enquanto houver conflito sobre o valor do "direito acumulado" dos participantes de um plano de benefício definido (BD) para fins de transferência, o patrimônio mutualista do Plano Básico se manterá preservado.

Assim, resta à AAPS exigir nos autos da Ação Cautelar Antecedente a comprovação pela Sabesprev da preservação do patrimônio do Plano Básico após o processo de migração, bem como colocar-se à disposição do Poder Judiciário, da Sabesp, da Sabesprev e demais entidades que congregam participantes e assistidos da Sabesprev, para encontrar solução que harmonize os interesses por ora divergentes.

PLANTÕES JURÍDICOS AAPS

CAPITAL
De 2ª a 6ª feira - à Rua Treze de Maio, 1642 - Bela Vista - SP.
Segundas e terças das 13 às 17 horas / Quartas, quintas e sextas: das 9 às 13 horas.
Tel.: 3372-1000 - E-mail: faleconosco@aaps.com.br

BAIXADA
Quinzenalmente - às quartas-feiras - das 9 às 12 horas - mediante agendamento.
Subsede: Rua Dr. Arthur Assis, 47 - Boqueirão - Santos - SP.
Tel.: (13) 3288-1162 - E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Passeio de um dia no *Parque Maeda*

Em 13 de agosto, a AAPS realizou o segundo passeio de um dia no Parque Maeda, em Itu.

O dia esteve maravilhoso, ensolarado e propício para que os participantes aproveitassem todas as atrações, a beleza natural da região e o que o local oferece: passeio de trenzinho, pedalinho, pescaria e teleférico entre outros.

A diversão teve início durante o caminho entre um cafezinho e outro, conversas e risadas até a chegada ao local, onde todos receberam um kit lanche para calibrar a energia antes de iniciar a exploração do parque. E, na hora do almoço, além da saborosa comida servida, o pessoal também pode curtir dançando e cantando ao som da banda local.

O jardim japonês encantou a todos que aproveitaram para fazer lindas fotos.

O dia no Parque Maeda foi um sucesso e deixou um gostinho de quero mais.

Fotos: Geovani Fortunato

Bingo teve emoção até o final

O tradicional, divertido e sempre concorrido bingo na sede social da AAPS, reunindo associados e convidados, ocorreu de 25 de agosto.

Entre comes e bebes, os presentes, em clima de camaradagem e alto astral, disputaram várias prendas ofertadas, dentre elas, uma "smart TV" na rodada final.

Fique ligado e não perca o próximo evento. É diversão garantida.

Apresentações do Coral Canto das Águas da AAPS

Clube Horizonte Azul

Dia 10 de setembro, em Osasco - Encontro de Corais promovido pelo Clube Horizonte Azul.

Campos do Jordão

De 04 a 06 de outubro - em Campos do Jordão. Participou do II Encontro de Corais da Terceira Idade e VI Encontro de Corais Corporativos, juntamente com corais de várias cidades do Estado de São Paulo.

Entre os grupos corporativos esteve o Coral da Associação Sabesp.

A diretoria da AAPS agradece a todos que participaram da Campanha do Agasalho 2016.

Baile da Primavera

Fotos: Geovani Fortunato

Associados, familiares e convidados deram boas-vindas à estação das flores no Baile da Primavera da AAPS realizado no Clube Atlético São Paulo, em 23 de setembro.

A cantora Valéria Soares acompanhada pela banda Athenas garantiu a pista de dança sempre lotada.

Diretoria da AAPS

Caravana da Baixada Santista marca presença

AGENDA

Fique ligado em nossa programação!

Festas de Confraternização 2016

Convites para São Paulo e Santos:
Associados e 1º acompanhante: R$ 50,00 (por pessoa) | **Convidados:** R$ 110,00 (por pessoa)

Santos **09/12 (sexta-feira) - 19 horas**

Salão de Festa da AEAS
Rua Dr. Arthur Porchat Assis, 47- Boqueirão - Santos.
Jantar dançante
Música ao vivo com a Banda Imagem

São Paulo **15/12 (quinta-feira) - 19 horas**

Centro Social Hakka Brasil
Rua São Joaquim, 460 - Liberdade - SP.
Jantar dançante
Música ao vivo

Atenção associados residentes no interior do estado

Parceria da AAPS com a Associação Sabesp

A AAPS e a Associação Sabesp estão firmando uma parceria para possibilitar que no final do ano de 2016, os nossos sócios aposentados e pensionistas do interior do estado participem das festas de confraternização locais com o custo subsidiado pela AAPS.

Para tanto, os sócios interessados devem se inscrever junto aos nossos representantes locais até 15 dias antes dos eventos.

Onde não houver um representante local, as inscrições deverão ser feitas rm nossa sede pelo telefone (11) 3372-1000 ou pelo e-mail: aapsabesp@uol.com.br

Acompanhe o desenvolvimento das negociações pelo nosso site.

2017

Festa do Dia Nacional do Aposentado

Estamos preparando uma comemoração muito especial!
Vamos iniciar o novo ano com muito alto astral.

10 sinais ocultos de *Alzheimer* que todos ignoram

21 de setembro marca o Dia Mundial da Conscientização da Doença de Alzheimer.

O mal de Alzheimer se desenvolve lentamente e, por isso, muitas famílias acabam não sabendo se o problema de esquecimento é resultado da doença ou é apenas a velhice.

Como identificar a doença? Um exemplo: Uma pessoa bastante idosa pode esquecer frequentemente onde deixou as chaves. Mas alguém que sofre com Alzheimer, quando encontra o que está perdido, não faz ideia do que se trata.

Veja 10 sinais de alerta para esta doença:

1- Perda de memória: esquecer ocasionalmente nomes é normal, mas quem tem Alzheimer esquece cada vez mais coisas ao longo do tempo.

2- Dificuldade em realizar tarefas do cotidiano.

3- Problemas com a linguagem: o vocabulário fica cada vez mais curto e difícil de compreender.

4- Sensação de que está perdido e sozinho, mesmo em meio à família.

5- Comportamentos estranhos, como sair de casa com roupas íntimas.

6- Passividade: quem sofre de Alzheimer tende a esquecer as coisas que gostava de fazer e acaba ficando muito tempo sentado em frente à televisão.

7- Problemas de raciocínio para executar simples tarefas, como usar um cartão de crédito ou preencher uma folha de cheque.

8- Perda do senso, como colocar as chaves no congelador.

9- Mudança repentina de humor, indo da calma à fúria sem nenhum motivo.

10- Tristeza cada vez maior.

Para prevenir:

✓A melhor coisa a se fazer é estimular a mente. Jogos como xadrez e palavras-cruzadas, por exemplo, ajudam.

✓Há uma estreita relação entre o cérebro e a saúde do coração. Ou seja, à medida que se aumenta o risco de doença cardiovascular, também se aumenta o risco de Alzheimer. Portanto, tudo o que diminui o risco de problemas cardíacos, também previne a doença do esquecimento.

Para aumentar a sua proteção contra a doença:

✓Fumo: os fumantes têm o dobro de chances de desenvolver Alzheimer

✓Colesterol ruim alto, que dificulta a circulação em todo o corpo

✓Pressão arterial elevada

✓Obesidade

✓Diabetes com glicemia descompensada

✓Gordura de origem animal em excesso

✓Bebida alcoólica em excesso

Medidas que podemos tomar para reforçar a proteção contra a doença:

✓Exercício físico

✓Dieta baseada em frutas e legumes

✓Consumo adequado de antioxidantes como ômega 3 e vitaminas C e E

Foto: Geovani Fortunato

Sueli Maria de Lima tem ampla formação e atuação na área de Humanas. Iniciou sua carreira profissional trabalhando em empresa Metalúrgica atuando na área de Recursos Humanos, mais especificamente com Benefícios.

Pode-se dizer que, daí em diante, direcionou seus conhecimentos sempre focando na necessidade de melhor desempenho profissional, o que lhe rendeu vasta experiência no trato com pessoas.

Graduada em Serviço Social (1988), fez pós-graduação em Recursos Humanos (1990) e Pedagogia (1992) e, graduação em Psicopedagogia (1995).

Após sair dessa área, foi trabalhar como coordenadora em uma unidade da antiga Febem (atual Fundação Casa) por cinco anos, e por último, na área de serviço social, na qual sua vocação encontrou terreno fértil para florescer.

Atualmente à frente do Serviço Social da AAPS, concedeu entrevista ao Sabespapo para nos contar um pouco sobre este trabalho.

Sabespapo - Há quanto tempo você está trabalhando na AAPS?

Sueli Lima - Ao todo são cinco anos. Iniciei prestando serviço como autônoma, me dividindo entre São Paulo e Santos, três vezes por semana. Estou há três anos como funcionária. Isso foi importante, pois como funcionária, foi possível a prestação de serviço com dedicação exclusiva. Passei a ter mais contato com os associados e acompanhar de perto a problemática de cada caso.

Sabespapo - Este é um serviço que foi criado para oferecer atendimento social a todos os associados, e também é extensivo aos cônjuges e filhos até 18 anos. Com que frequência estes grupos a têm procurado?

Sueli Lima - Com bastante frequência. Principalmente os cônjuges, mas também há casos de procura pelos filhos. Desenvolvemos um trabalho contínuo para oferecer ajuda em vários casos.

Por exemplo, muitos fazem seguro de vida e não avisam a família. Aconteceu um caso em que o associado faleceu, fizemos o levantamento e entramos em contato com a família. Pude sentir o alívio que representou quando souberam que os trâmites de documentos e o sepultamento ficariam sob os cuidados da seguradora, bem como o valor a receber do seguro. E a família desconhecia que o mesmo tinha Seguro de Vida . Se não fosse pelo serviço social da AAPS a família teria passado por dificuldades sem a mínima necessidade.

Sabespapo - Quais as principais demandas de atendimento para cada grupo?

Sueli Lima - Os associados procuram o serviço social pelo Plano de Saúde, atendimento médico (como quanto há demora de autorização para cirurgia), reembolso e autorização para exames médicos. Procuramos orientar e, dentro do possível, intermediar os trâmites entre o associado e a Sabesprev ou planos de saúde particular.

Da parte familiar, a principal demanda é quando ocorre o falecimento. Além de muitas famílias não terem conhecimento sobre a existência de seguro de vida, como dissemos antes, também surgem muitas dúvidas sobre como proceder para dar entrada no pedido de pensão por morte junto ao INSS; complementação; suplementação etc.

Sabespapo - Em que caso você julga que o serviço social da AAPS tem sido mais útil?

Sueli Lima - Creio que no papel de orientar e oferecer ajuda confiável e com transparência, individualmente, dentro do possível, a todos os que procuram o nosso serviço. Os aposentados e pensionistas são vítimas constantes de tentativas de golpes de toda sorte. O associado e sua família têm um lugar seguro para checar as informações antes de tomar qualquer iniciativa que possa vir a prejudicá-los. Nesse sentido, procuramos esclarecer bem aos familiares sobre a importância de poder recorrer a uma fonte confiável quando necessita se informar sobre algo de seu interesse, bem como, ajuda para tomar providências, quando necessário. É uma tranquilidade que o associado tem.

continua...

Sabespapo - Existem serviços que estão à disposição com baixa ou nenhuma adesão?

Sueli Lima - Existem sim.

Sabespapo - Quais? E, na sua opinião, qual o motivo?

Sueli Lima - Tenho percebido que o associado não recorre a todos os serviços que a AAPS coloca à sua disposição. Iniciamos um trabalho de abordagem telefônica, no qual entramos em contato aleatoriamente e procuramos descobrir suas necessidades, opiniões, se está precisando de algum tipo de ajuda naquele momento. E temos descoberto que as pessoas se isolam muito e não pedem ajuda. Acho que o comportamento pessoal é o principal motivo. O ideal seria que a iniciativa de nos procurar fosse do associado.

Sabespapo - Você acha que alguns podem ter receio de procurar ajuda para determinadas situações mais delicadas e pessoais, como por exemplo, relacionamento familiar ou conjugal, desequilíbrio orçamentário, relações de consumo, dependência química ou alcoólica, entre outros?

Sueli Lima - Eu acho que sim. Estes são temas mais pessoais, nos quais é preciso estabelecer intimidade e confiança antes de mais nada. E como a maioria tende a se isolar, acredito que esta seja a principal barreira.

Sabespapo - Como funciona a confidencialidade do atendimento no serviço social?

Sueli Lima - É importante que se diga que o assistente social é como um padre. O sigilo sobre o que é tratado é absoluto, é restrito entre o (a) assistente social e a pessoa. A ética profissional determina que não podemos revelar nada do que é conversado a ninguém. A única hipótese de falar sobre o assunto tratado é na busca de auxílio junto a Diretoria da AAPS para ajudar a solucionar o problema.

Sabespapo - O que pode ser feito para mudar este comportamento da maioria dos associados?

Sueli Lima - É preciso incentivá-los a abrir a mente, ver que existem opções/saídas para a sua situação. Mas isso só irá ocorrer quando tomarem ciência à procura de ajuda e que a AAPS existe para fazer o melhor para seus associados.

Teve um caso de Santos que ilustra bem o que acontece. Numa dessas ligações telefônicas descobrimos que o associado estava em sérias dificuldades com a filha de 30 anos em coma há mais de um ano e, a esposa também doente, com sintomas iniciais de Mal de Alzheimer. Ele estava sobrecarregado emocionalmente sem ter com quem partilhar. Promovemos uma campanha para doação de fraldas geriátricas e remédios que o ajudou muito, entre outras iniciativas. Mas não foi só isso. Também fizemos visitas periódicas para apoiá-lo psicologicamente, pois não é nada fácil enfrentar uma situação dessas sozinho. E continuamos acompanhando o caso dele.

Sabespapo - Sua atuação se divide entre o atendimento na sede da AAPS da Capital e subsede de Santos, na Baixada Santista. Como isso se dá? E como funciona o Plantão de Emergência?

Sueli Lima - Eu atendo o dia todo na sede em São Paulo, às segundas, quintas e sextas-feiras e, às terças-feiras, em Santos. Fora esses horários, estou disponível no celular 24 horas, incluindo sábados, domingos e feriados, onde posso acompanhar detalhadamente todos os casos de emergência. É importante destacar, que quando não se tratar de emergência, os contatos pessoais devem ser agendados com antecedência pela secretaria da sede em São Paulo ou subsede na Baixada Santista.

Sabespapo - Você gostaria de destacar algum ponto em especial que não foi abordado durante a entrevista?

Sueli Lima - Os associados deveriam se aproximar mais. A maioria deles fica isolado. Não têm noção do tipo de ajuda que a AAPS pode proporcionar e, por isso, às vezes passam por situações criticas sozinhos, sem necessidade.

Por exemplo, ligue para nós quando ficar doente. Podemos ajudar no apoio familiar em diversas situações, fazer visitas no hospital periodicamente e visitas domiciliares etc, sempre contando com sigilo absoluto.

Gostaria que todos não esquecessem de que o mais importante é não se isolar.

Confira na página seguinte alguns depoimentos sobre o trabalho desenvolvido pela Assistente Social da AAPS.

Sonia Regina Marcilio Machado
Associada

" Dos presentes que se recebe, o melhor de todos, certamente, é a amizade, e você soube me conquistar com a sua delicadeza, atenção, generosidade e prontidão.

Sueli, querida, a grandeza e o cuidado, com que você conduziu e acompanhou o meu tratamento, foi tão seletivo e me passou tanta segurança, que até hoje, a considero parte significante da minha recuperação.

Parabéns por seu trabalho junto a nós, aposentados, que às vezes, nos sentimos tão desvalorizados e abandonados."

Leatrice Simondi
Associada

"Foi um grande passo a AAPS contratar uma assistente social. Nós nos sentimos muito seguros sendo orientados por ela. Todos os funcionários da AAPS são ótimos colaboradores para os sócios. Mas gosto de DESTACAR a nossa Assistente Social "Sueli Lima" por que ela sabe orientar cada caso conforme as nossas necessidades.

Desejo que ela permaneça no cargo por muito tempo. Parabéns Sueli Lima e, também para a AAPS, com todos os funcionários."

Estela Peres
Diretora Regional da Baixada Santista

"Quando estávamos na ativa, tínhamos o RH e o seu serviço social para atender as nossas necessidades. Com o advento da aposentadoria, ficamos órfãos. Assim, a AAPS com o seu plantão do serviço social vem preencher uma lacuna que tem se mostrado vital para o corpo associativo.

Á frente desse trabalho temos a funcionária Sueli Maria de Lima que ao nosso ver, e na avaliação dos sócios que têm se beneficiado com o seu trabalho, demonstra ter nascido para a função, tal a sua dedicação e o profissionalismo demonstrados."

PLANTÕES DO SERVIÇO SOCIAL AAPS

Para orientações e esclarecimentos de dúvidas dos associados e familiares.
Quando possível, os contatos pessoais devem ser agendados por telefone na sede local da AAPS.

CAPITAL
Às segundas, quintas e sextas-feiras na sede da AAPS - das 9h às 12h e das 13h às 17h.
Agendamento: (11) 3372-1000 - E-mail: servicosocial@aaps.com.br

BAIXADA
Às terças-feiras - das 9h30min às 16h30min ou pelo telefone (13) 3288-1162
Rua Dr. Arthur Assis, 47 - Bairro do Boqueirão - Santos - SP.
E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Atendimento 24 horas para todos os associados pelo telefone (11) 9 9302-7022 (Claro) - inclusive aos sábados, domingos e feriados.

Falecimentos: Dirson Jorge Melanda, em 18/08, aos 71 anos; **Ruth Paschoal**, em 15/08, aos 79 anos; **José Antônio dos Santos II**, em 01/08, aos 72 anos; **Jorge Luiz Maisnnave Pittas**, em 25/07, aos 63 anos; **João Candido de Paula**, em 16/07, aos 85 anos; **Mercedes Stefano**, em 10/07, aos 72 anos; **Rejane Silva Ribeiro**, em 10/07, aos 79 anos; **Gersina Maria Esteves Ramos**, em 08/07, aos 56 anos; **Severino Felix da Silva**, 08/07, aos 75 anos; **André Luiz Soler**, em 07/07, aos 67 anos; **Mario Vilhena Gramado**, em 05/07, aos 80 anos; **João Hélio da Silva**, em 04/07, aos 71 anos; **Antônio Galvão Filho**, em 23/06, aos 82 anos; **Helena Augusta Pereira Barboza**, em 20/06, aos 75 anos; **Bartolomeu de Souza Oliveira**, em 14/06, aos 80 anos; **Lauro Ferraz de Carvalho**, em 10/06, aos 84 anos; **Gilmar Clementino da Silva**, em 01/06, aos 60 anos; **João Fernandes Netto**, em 21/05, aos 80 anos, **Arinda de Souza Carpinteiro**, em 19/05, aos 75 anos; **Cícero Soares da Silva**, em 16/05, aos 98 anos; **Suely Ayub**, em 23/04, aos 67 anos; **Geraldo Rodrigues Miranda**, em 15/04, aos 80 anos; **Maria Gomes de Oliveira**, em 04/04, aos 72 anos e **Sebastião da Silva II**, em 04/04, aos 79 anos.

Enviamos nossas condolências aos familiares e amigos.