

SABESPAPPO

Informativo da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Sabesp
Ano 30 . nº 189 . Abr./Mai./Jun. 2025



Alegria, tradição e bons momentos

A festa junina foi um sucesso do começo ao fim

Págs. 6 e 7



Pág. 5

Seus dados, nosso vínculo com você



Pág. 9

INSS: Identifique e conteste descontos indevidos

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

E-mail: aaps@aaps.com.br

Subsede Baixada Santista: Rua Arthur Porchat de Assis, 47 – Boqueirão – Santos – SP

Cep 11045-540 – **Tel.:** (13) 3288-1162

E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Site: www.aaps.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente: José Luiz de Melo Pereira

Vice-presidente: Pérsio Faulim de Menezes

Diretor Financeiro: Marcio de Souza Mendes

Diretora de Saúde e Serviço Social: Marilza Soares

Diretora Sociocultural e Esportiva: Nanci Delbin

Diretora Jurídica e Previdenciária: Irene Álvaro Pinheiro

Diretora Regional da Baixada Santista: Maria Cristina M. Rocha

Gestora Administrativa: Edna Ferreira de Lyra Santos

CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: Paulo Roberto Menezes

Vice-Presidente: Estela dos Santos Rodrigues Peres

Membros efetivos: Amauri Pollachi, Antonio Carlos Julião, Célia Regina G. da Silva Botelho, Celso V. Machiaverni, Cid Barbosa Lima Júnior, Claudio Gabarrone, Edson Brasil Gabriel, Egídio Perroni Neto, Iracema Maria Teixeira Gião, Ivan Norberto Borghi, Jairo Bonifácio, José Antonio Oliva, José Carlos Machado Scheffauer, José Francisco Furquim de Campos Jr., Lázaro Miguel Rodrigues, Leonardo Levy, Maximiano Bizatto e Sandra Aparecida Sato Solé

CONSELHO FISCAL (EFETIVOS)

Presidente: Yazid Naked

Membros: Flávio Hirota e José Eduardo Aun

JORNALISTA RESPONSÁVEL E EDIÇÃO

Ana de Souza – MTb 12.815

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Adriana Laudari

FOTOS

Renato Borges

IMPRESSÃO

Gráfica Serrano

TIRAGEM: 3.200 exemplares



ENTRE NÓS

Mais um ano, mais razões para crescer

A AAPS completa 36 anos no dia 22 de junho, celebrando sua trajetória de luta, união e valorização dos aposentados e pensionistas da Sabesp. É uma data que marca a força de uma associação construída com diálogo, participação e compromisso com seus associados.

Neste momento especial, reforçamos a importância da campanha de indicação de novos sócios. Manter a AAPS ativa, relevante e presente na vida dos aposentados, pensionistas, sabespianos ativos e familiares é um compromisso de todos nós. Por isso, lançamos a campanha de indicações com um objetivo claro: ampliar nossa rede de associados e garantir que mais pessoas tenham acesso aos benefícios que construímos juntos ao longo dos anos.

Essa campanha vai além de atrair novos integrantes. Ela é uma oportunidade de expandir a missão da AAPS, na defesa dos direitos dos

associados, promover qualidade de vida e, com isso, levar nossa força e representatividade para um número cada vez maior de pessoas. Cada nova adesão é um passo a mais na construção de uma associação sólida, preparada para os desafios do presente e do futuro.

Sabemos que o engajamento nasce do reconhecimento. Por isso, criamos um sistema de premiação simples e motivador: quem indica, participa e ganha. Um incentivo justo, que valoriza quem acredita na AAPS e contribui ativamente para seu crescimento.

Com união, podemos muito mais. Convido todos os associados a abraçarem essa campanha. Vamos juntos garantir que a AAPS continue sendo referência, neste e nos próximos aniversários, geração após geração.

José Luiz de Melo Pereira
Presidente





Uma vida inteira cuidando de pessoas

Cuidar sempre foi a sua vocação. Antônio Carlos Julião entrou na Sabesp como auxiliar de enfermagem e, por quase duas décadas, dedicou-se inteiramente à saúde dos colegas de trabalho. Aposentou-se em 1996, deixando uma trajetória marcada por dedicação, profissionalismo e afeto.

Imagine quantas medicações ele administrou, quantas injeções aplicou, quantas campanhas de vacinação ajudou a organizar. Eram tempos de intenso contato com os funcionários: prevenção era palavra de ordem. Julião não media esforços para ensinar o que sabia – dava cursos de primeiros socorros, prevenção de incêndios, combate à dengue, cuidados com infecções e tantos outros temas fundamentais para o bem-estar de todos.



ANTÔNIO CARLOS JULIÃO

“Mas o melhor de tudo foram os grandes amigos que fiz”

diz ele, com o sorriso de quem sabe que viveu plenamente cada etapa de sua carreira. E essa história de dedicação continua com sua intensa participação na AAPS. Participa de todos eventos e desde a criação do coral da AAPS, é ele quem coordena o grupo com carinho, talento e alegria – mais uma forma de cuidar das pessoas, agora por meio da música.

Fora da Sabesp, construiu sua vida pessoal com a mesma entrega. Casou-se, teve dois filhos e hoje se orgulha também do neto, que enche sua vida de orgulho e boas risadas.

Julião é exemplo de quem fez do trabalho uma missão e da aposentadoria um novo começo. Um homem que cuidou e continua cuidando com o coração.





FIQUE POR DENTRO

Já fez suas **indicações?**

A AAPS é mais do que uma associação de aposentados e pensionistas. Ela é um espaço de acolhimento, de reencontros, de lutas compartilhadas e conquistas construídas com união e propósito. Justamente por isso, é importante saber que podemos contar com você na **Campanha de Novos Associados** com um objetivo claro: ampliar nossa base, fortalecer nossa representatividade e garantir que a AAPS continue ativa, vibrante e relevante para esta e para as próximas gerações.

Quem indica, participa – e ganha!

Quem indica novos sócios também é valorizado com premiações especiais. A cada novo associado que ingressar por sua indicação, você estará contribuindo diretamente para a sustentabilidade da AAPS – e ainda será recompensado com prêmios escolhidos por eles nos seguintes valores:

1ª opção – 20 indicações
Prêmio no valor
de até R\$ 6.000

2ª opção – 10 indicações
Prêmio no valor
de até R\$ 3.000

3ª opção – 5 indicações
Prêmio no valor
de até R\$ 1.500



Ligue, convide, traga um colega

Podem participar da campanha todos os associados da AAPS, que devem convidar para se associarem os empregados ativos ou aposentados da Sabesp (associado titular), além de amigos ou familiares (associado colaborador). Cada indicação confirmada e com mensalidade quitada conta como 1 ponto na classificação que será acompanhado pelos profissionais da AAPS. O novo associado deverá preencher o formulário de adesão disponível no site www.aaps.com.br, assinar e enviar por e-mail para aaps@aaps.com.br, ou entregar pessoalmente em uma das nossas sedes em São Paulo ou Santos. A partir daí, como novo associado, também poderá fazer parte da campanha. O período de fidelização será de 12 (doze) meses. O formulário e o regulamento da campanha você encontra no nosso site.

Participe!

Vamos juntos?

Relembre aquele colega que você não vê há tempos. Convide quem ainda não conhece os benefícios de fazer parte da AAPS. Mostre que aqui tem acolhimento, amizade, luta por direitos, momentos de alegria e um futuro que só pode ser construído com união. 🙌





FIQUE POR DENTRO

Importante: Mantenha seus dados atualizados

Manter o cadastro atualizado é fundamental para garantir o recebimento de informações importantes, convocações, informações sobre benefícios e serviços oferecidos pela AAPS. A atualização dos dados cadastrais é uma responsabilidade de todos os associados e contribui diretamente para o bom funcionamento da Associação.

Endereço, telefone, celular, e-mail, e demais informações precisam estar corretas no sistema para que você não perca comunicados relevantes, convites para eventos ou até mesmo questões relacionadas à ações jurídicas. Além disso, com os dados corretos, a AAPS pode oferecer um atendimento mais ágil e personalizado, mantendo sempre o compromisso de estar ao lado dos aposentados e pensionistas. 🇧🇷



Ao lado do associado

A AAPS prestou, mais uma vez, um importante apoio aos seus associados durante o período de declaração do Imposto de Renda. A iniciativa ofereceu atendimento gratuito a aposentados e pensionistas, garantindo segurança e tranquilidade no cumprimento dessa obrigação.

Em São Paulo, cerca de 150 associados foram atendidos individualmente, com horários agendados na sede. Já na sede da Baixada Santista, outras 45 declarações foram elaboradas com o mesmo cuidado. A ação reforça o compromisso da AAPS em estar ao lado de seus associados nos momentos que mais precisam. 🇧🇷



DEZ Emergências Médicas: Mais segurança para você e sua família!

Pensando na saúde e no bem-estar dos associados, a AAPS mantém uma parceria com a empresa **DEZ Emergências Médicas**, especializada em atendimentos de urgência e emergência com equipe médica, enfermagem e socorristas altamente capacitados. O serviço será disponibilizado na cidade de São Paulo e região metropolitana e, em breve, também estará disponível para associados da Baixada Santista.

O que está incluído: Central Médica 24 horas, atendimentos ilimitados de urgência e emergência no local, dentro da área de cobertura, ambulância com equipe especializada e transporte até o hospital mais próximo ou credenciado, em caso de necessidade de internação.

Como contratar: A contratação é feita diretamente com a DEZ Emergências Médicas. O pagamento pode ser feito via cartão de crédito ou débito em conta.

Mais informações e adesão: (11) 5093-0249 ou (11) 97853-7875 🇧🇷





MURAL AAPS

“

Dá pra ser ainda melhor.
A música boa e o
encontro dos amigos
vale a pena”.

Alcides Ferreira
Filho



“

Uma festa acolhedora e
chance de reencontrar
gente querida”.

Marilda Caetano



teve reencontros
e clima acolhedor



A tradicional festa junina da AAPS aconteceu no dia 15 de junho, no Grêmio Mirante. Apesar do frio ter deixado o clima mais ameno e ter afastado alguns, quem compareceu aproveitou o encontro com alegria e muito carinho!

Teve de tudo: comidas típicas, um espaço exclusivo para churrasco, música ao vivo decoração e muita animação.

O forró, os clássicos juninos embalaram momentos de descontração e boas risadas. O grupo se animou e formou a conhecida quadrilha que tomou conta do espaço com

alguns convidados vestidos a caráter o que animou ainda mais a folia.

O coral fez uma apresentação exclusiva e arrancou aplausos dos convidados, que foram informados da facilidade para participar.

O ponto alto foi o reencontro entre associados e convidados, que celebraram a tradição com afeto, boas conversas, vinho quente e aquele quentão que aqueceu o coração.

Foi uma tarde tranquila e cheia de significado. Quem esteve presente já está esperando pela próxima! 🍷

“

A AAPS é uma
verdadeira família.
Nada melhor que
rever os amigos”.

Josefa Roriz





“
Essa festa é tradição.
Música boa e encontro
de amigos”.
Maria de Lourdes



“
Rever os amigos e
curtir uma boa música
ao vivo é o que eu
sempre gosto”.
Rosana Carvalho

“
Estava tudo muito bom.
Festa animada e muito
bem servida”.
Pérsio Faulim



PARTICIPE DO CORAL CANTO DAS ÁGUAS

Muita gente entra por curiosidade e acaba se apaixonando. E o melhor: não precisa ser profissional para começar! Integrar o grupo só traz benefícios: cantar melhora a respiração, exercita o cérebro por decorar letras e seguir o ritmo é um ótimo estímulo mental. Além de aumentar o bem-estar dos participantes, fortalece os vínculos sociais, afinal ajuda a criar novas amizades e combater a solidão.

Os ensaios acontecem às sextas-feiras, às 14h, na sede da AAPS em São Paulo. É só aparecer lá para participar.





MURAL AAPS

Convite Especial: Faça Parte da Nossa Equipe!

Você, associado da AAPS, é nosso convidado para se unir à Diretoria e equipe em um trabalho voluntário cheio de propósito e companheirismo.

Queremos contar com sua vontade de contribuir para que nossa Associação fique cada vez mais forte e acolhedora. As atividades são variadas e adaptadas ao perfil de cada um – o mais importante é estar presente, trocar ideias, reencontrar colegas e fazer parte de algo maior.

Venha conversar com a gente e descobrir como você pode colaborar. Ligue para (11) 3372-1000. 📞



Participe! Sua presença faz toda a diferença.



VEM POR AÍ

EVENTOS	DATA	LOCAL
Passeio	Julho	A definir
Bingo	Agosto	A definir
Baile da Primavera	20/09	Associação dos Engenheiros e Arquitetos de Santos
Outubro Rosa	Outubro	sedes SP e Santos, a definir
Sarau	Outubro	A definir
Passeio	Novembro	A definir
Confraternização	Dezembro	A definir



FIQUE ATENTO: EM BREVE INICIAREMOS O RECADASTRAMENTO DOS NOSSOS ASSOCIADOS

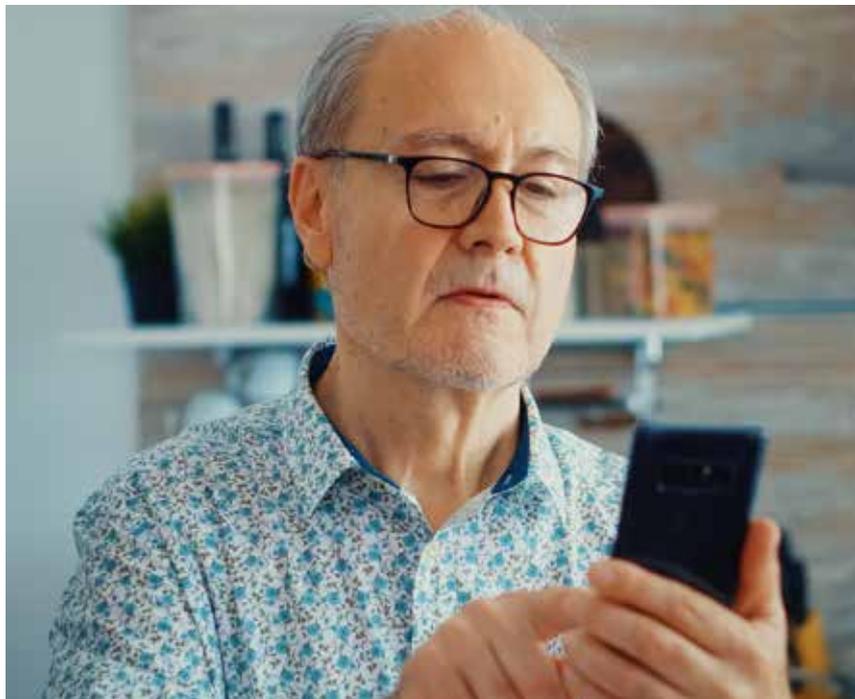


Atenção, associado e beneficiário da Vivest

Você que tem o plano de saúde Essência da Vivest agora pode indicar profissionais da área de saúde para possível credenciamento.

A Vivest irá analisar a especialidade indicada, verificar se a quantidade de profissionais já credenciados é suficiente e, se houver necessidade, fará contato diretamente com o profissional sugerido para dar sequência ao processo de credenciamento.

As orientações estão no boletim Bem Informado nº 239, de 11/06/2025. A íntegra do boletim pode ser conhecida no site da vivest www.vivest.com.br 📞



“

É fundamental que os aposentados fiquem atentos ao extrato de pagamentos do INSS e saibam como verificar se estão sendo vítimas desse tipo de desconto ilegal. A consulta pode ser feita por meio do aplicativo ou do site *Meu INSS*, acessando a opção “Consultar descontos de entidades associativas”. Ali, o segurado poderá visualizar todos os valores descontados em seu benefício”.

Descontos indevidos no INSS: Saiba como agir

O número de denúncias sobre descontos indevidos aplicados nos benefícios de aposentados e pensionistas aumentou significativamente nos últimos meses. Muitas das cobranças são feitas por entidades que utilizam nomes semelhantes a associações legítimas, o que tem causado confusão e prejuízos financeiros.

A diretora jurídica da AAPS, Dra. Irene Álvaro Pinheiro, alerta que “é fundamental que os aposentados fiquem atentos ao extrato de pagamentos do INSS e saibam como verificar se estão sendo vítimas desse tipo de desconto ilegal. A consulta pode ser feita por meio do aplicativo ou do site *Meu INSS*, acessando a opção “Consultar descontos de entidades associativas”. Ali, o segurado poderá visualizar todos os valores descontados em seu benefício”.

Casos de entidades com siglas parecidas com as de associações conhecidas são comuns, o que aumenta o risco de autorizações equivocadas. Por isso, o aposentado

ou pensionista deve entrar em contato direto com a entidade antes de confirmar qualquer desconto. Ela orienta que “ao identificar um desconto que não reconhece, o beneficiário deve agir rapidamente. É possível bloquear cobranças de mensalidades de entidades associativas e empréstimos consignados diretamente pelo aplicativo ou site *Meu INSS*, ou ainda pelo telefone 135”. Nos casos em que o problema não for solucionado pelo INSS, o segurado pode buscar apoio em órgãos de defesa do consumidor, como o Procon, ou no Juizado Especial.

A AAPS tem recebido notificações desses órgãos sobre descontos feitos por instituições com nomes semelhantes, embora não tenham qualquer vínculo com a entidade. Relatos de associados têm sido atendidos sobre como cancelar as cobranças indevidas e proteger seus benefícios. A orientação da advogada é clara: atenção redobrada, consulta frequente ao extrato do INSS e uso dos canais oficiais para contestar e interromper imediatamente qualquer cobrança irregular. 🟢



MURAL AAPS

Fique por dentro do mundo digital. É gratuito!



A AAPS em parceria com a Vivest, convida seus associados para o Vivest Conecta, iniciativa gratuita voltada à inclusão digital da melhor idade.

As turmas são presenciais, sempre das 8h às 13h, na sede da Vivest, na Alameda Santos, 2477 – 4º andar – Cerqueira César – SP



PRÓXIMAS TURMAS

Agosto:
dias 13 e 26

Outubro:
dias 9 e 21

Novembro:
dias 12 e 25

O QUE VOCÊ VAI APRENDER

**Usar celular e aplicativos
com mais segurança**

Criar e-mails e redes sociais

Fazer chamadas de vídeo

**Dicas práticas para
navegar na internet
com confiança**

IMPORTANTE: Após se inscrever, aguarde o contato da Vivest para confirmar sua vaga.

Inscrições on-line: <https://forms.office.com/r/ZECB4ek81K>

Mais informações na AAPS:
(11) 3372-1000

AAPS & Vivest – Conectando gerações com acolhimento e aprendizado.



A AAPS na FENASAN 2025!

De 21 a 23 de outubro, a AAPS participa da FENASAN – a maior feira de saneamento e meio ambiente da América Latina, no Expo Center Norte (SP).

Nossa presença reforça o orgulho de quem ajudou a construir o setor e o compromisso com o futuro dos aposentados e pensionistas da Sabesp.

Passa em nosso estande para conhecer nossas ações e fortalecer essa história que continua viva!

Turismo para a Melhor Idade Dicas em nosso site

Viajar faz bem para o corpo, a mente e o coração! Na aposentadoria, é hora de aproveitar o tempo livre para conhecer novos lugares, fazer amigos e viver novas experiências.

No nosso site, www.aaps.com.br, você encontra dicas especiais de roteiros, segurança e bem-estar com empresas conveniadas, além da relação de hotéis do Sesc para aproveitar cada viagem com tranquilidade e diversão. Confira!





NOSSA SOLIDARIEDADE

A AAPS manifesta pesar e presta sua solidariedade aos familiares dos associados falecidos.

• Adhemar Melky	† 11/3/25, aos 90 anos	• José Carlos Diniz	† 2025, aos 95 anos
• Akira Yoshinaga	† 2025, aos 90 anos	• José Eduardo	† 25/5/25, aos 84 anos
• Alaide Feliciano Legutke	† 2025, aos 68 anos	• José Luiz Cursino dos Santos	† 2025, aos 80 anos
• Alexandrina da Silva Pereira	† 16/5/25, aos 102 anos	• Lauremi Mello C. A. Rocha	† 6/5/25, aos 88 anos
• Benedito Luiz de C. Dias	† 29/3/25, aos 74 anos	• Maria da Graça Rocha	† 2025, aos 92 anos
• Celina da Silva Santana	† 2025, aos 72 anos	• Maria de Lourdes S. V. Boas	† 28/7/24, aos 75 anos
• Denizete de Lima Dolenc	† 19/4/25, aos 74 anos	• Maria Vicente E. Alberine	† 27/4/25, aos 89 anos
• Doroti Bartie Solano Lippi	† 27/4/25, aos 70 anos	• Mario Doneda	† 2025, aos 90 anos
• Elvira Dias	† 4/3/25, aos 90 anos	• Miguel Pupio Neto	† 30/3/25, aos 82 anos
• Emiliano L. C. Mello Filho	† 3/4/25, aos 75 anos	• Olympia Conceição P. Sartori	† 2025, aos 95 anos
• Eronides Figueira de Almeida	† 8/3/25, aos 88 anos	• Onil Teixeira da Silva	† 2025, aos 79 anos
• Fernandes de Souza	† 18/4/25, aos 77 anos	• Paulo Jayme de O. Santos	† 3/3/25, aos 74 anos
• Isaura Oliveira Barbosa	† 2024, aos 88 anos	• Pedro da Conceição D. Leite	† 27/3/25, aos 79 anos
• Ivo João	† 16/4/25, aos 86 anos	• Rosa Yara de O. F. Meirelles	† 2025, aos 66 anos
• Ivo Vila Nova	† 2025, aos 81 anos	• Vera Assumpção R. de Freitas	† 2025, aos 95 anos
• Izabel Fumico Sasaki	† 16/12/24, aos 84 anos	• Veronica da Silva Cunha	† 2025, aos 95 anos
• Jesus de Souza	† 2025, aos 79 anos	• Vitor Ribeiro da Silva	† 2025, aos 95 anos
• Jorge Buller Alfaro	† 16/4/25, aos 96 anos	• Vitorio Geraldo Baraldo	† 2025, aos 80 anos



BEM-VINDOS

É com satisfação que a AAPS dá as boas-vindas
aos seus novos associados

Contem com a gente! Uma vez Sabesp, sempre AAPS!



• Álvaro Duarte de Jesus, São Paulo (SP) • Ana Lucia dos Santos Hora Batista, São Paulo (SP) • Ana Lucia Mendes Barbosa, São Paulo (SP) • Ana Silvia Centini de Souza, Lins (SP) • Antonio Jose Farinha Martins, Lins (SP) • Carmélia de Souza Santos, Santos (SP) • Cesar Augusto Maia de Souza, Lins (SP) • Cleide Cronemberger Martins, Osasco (SP) • Cleide Domingues Saraiva, Itapecerica da Serra (SP) • Elcio Chiodo, São Paulo (SP) • Èrica Cristina Silva, São Paulo (SP) • Ester de Fatima Mendes, Lins (SP) • Fatima Aparecida Paganardi, Mairiporã (SP) • Fernando Guimarães Garrido, Guarujá (SP) • Ilzete Alves da Silva, São Paulo (SP) • Iraci Celestina Almeida de Jesus, São Vicente (SP) • João Carlos Rossi, Jundiaí (SP) • José Celio Sardi, Lins (SP) • Josefina Correa Sacuda, Bom Jesus dos Perdões (SP) • Joselaine de Sá V. Pires, Santos (SP) • Lircio Moretti, Lins (SP) • Lourdes Barretos Santos, Santos (SP) • Lucia Helena de Abreu Marino, Ubatuba (SP) • Maria do Carmo da Silva, São Paulo (SP) • Maria do Rosário Santos Sanchez, São Paulo (SP) • Maria Jose Gomes de Lima, Lins (SP) • Monica Cristina Cremasco, São Paulo (SP) • Nair Rosa Ramos, Itobi (SP) • Rosana Garcia Benito, São Paulo (SP) • Rosilene Domingos Guimarães, Caraguatatuba (SP) • Sandra Brancallion Cremonenzi, Santo André (SP) • Wagner Ferreira Lopes, Lins (SP) • Walter Lucio Viana, Lins (SP)



Cuidados com a Saúde no Inverno

Fortaleça sua imunidade e fique longe das gripes e infecções respiratórias

Com a chegada do inverno, as temperaturas baixas e o tempo seco aumentam os riscos de gripes, resfriados, crises alérgicas e outras infecções respiratórias. É importante adotar hábitos que reforcem a imunidade e previnam doenças. Confira algumas dicas:



Lave as mãos com frequência

A higienização das mãos continua sendo uma das formas mais eficazes de prevenir o contágio por vírus e bactérias, principalmente antes das refeições e após tossir ou espirrar.



Mantenha-se bem hidratado

Mesmo no frio, o corpo precisa de água para funcionar bem. A hidratação ajuda a manter as vias respiratórias úmidas e mais protegidas contra vírus e bactérias.



Evite ambientes fechados e aglomerados

Locais com pouca ventilação facilitam a propagação de vírus. Sempre que possível, mantenha janelas abertas para renovação do ar.



Alimentação variada

Alimentos com vitaminas A, C e D, além de zinco e selênio, ajudam a fortalecer o sistema imunológico. Consuma frutas cítricas, vegetais, castanhas, ovos, peixes e grãos integrais.



Cuidado com o uso excessivo de aquecedores

Eles podem ressecar o ambiente. Para minimizar esse efeito, utilize umidificadores ou deixe uma vasilha com água no cômodo.



Mantenha as vacinas em dia

A vacina contra a gripe é especialmente recomendada nesta época do ano, principalmente para idosos, crianças e pessoas com doenças crônicas.

Previna-se e aproveite a estação com tranquilidade!

