



Dia Internacional da Família – 15 de maio

Uma frase bem clichê: “O mundo que queremos para os nossos filhos, depende dos filhos que deixamos para o mundo”. Tudo começa dentro da família, a primeira “célula” da sociedade. Teremos uma sociedade melhor se começarmos a mudá-la através de nossos filhos. Para uma família harmoniosa é preciso:

1. O diálogo sempre é importante. A criança, em sua fase de desenvolvimento, necessita de respostas para as coisas que apreende ao seu redor. Por isso, nunca deixe uma criança sem resposta e principalmente não minta se você não sabe.
2. Saiba o que o seu filho está vendo na televisão. Sempre que puder sente juntamente com ele, e procure alertá-lo sobre valores errados que são transmitidos, despertando nele o senso crítico.
3. A disciplina é algo de que a criança necessita. Regras são fundamentais para que ela aprenda a viver em sociedade.
4. Mesmo que o seu tempo seja pequeno, procure valorizar cada instante que passam juntos, mostrando sempre que ele é importante para você. O carinho, o amor e a atenção são muito mais importantes do que presentes.
5. A criança é puramente um reflexo do meio em que vive. Seja um exemplo de como quer que seu filho seja.

<http://www.psicoinline.com>

5 Atitudes que ajudam na prevenção do Alzheimer



O **Alzheimer** é uma doença crônica degenerativa que progressivamente compromete as funções neurocognitivas, resultando em redução das capacidades de realizar funções independentemente. Por essa razão, é comum que os familiares demorem para perceber as pequenas mudanças, pois muitos atribuem algumas perdas à idade.

Por essa razão, é comum que os familiares demorem para perceber as pequenas mudanças, pois muitos atribuem algumas perdas à idade.

1. Pratique exercícios físicos. O esporte aumenta a capacidade cognitiva e ainda ajuda o corpo a funcionar perfeitamente, melhorando a capacidade respiratória e cardiovascular. Por isso, é recomendado praticar 30 minutos de atividade física diariamente.
2. Estimule seu cérebro de formas diferentes. Muitas vezes, a rotina do dia a dia nos deixa funcionando no modo “automático”. Faça palavras cruzadas, pegue outro trajeto no caminho do trabalho, etc.
3. Durma bem e em quantidade suficiente. É importante passar por todas as fases do sono e, portanto, dormir de 7 a 8 horas por dia. Enquanto você dorme, seu corpo equilibra os níveis de beta-amiloide no cérebro, uma das principais substâncias ligadas ao aparecimento da doença.
4. Alimente-se corretamente. Alguns alimentos podem ajudar: peixes como atum, salmão e sardinha, pois são fontes de Ômega-3 e proteínas, que ajudam a manter a memória e o corpo saudável.
5. Controle colesterol e diabetes. Ambos são responsáveis pelo aumento do risco de doenças cardiovasculares, que está intimamente ligado ao quadro de demência.

A prevenção do Alzheimer deve começar o quanto antes e ser constante. Adotar hábitos saudáveis e consultar o médico regularmente podem ser fatores importantes na prevenção da doença.

<https://blog.drconsulta.com>

ÓBITOS

Com pesar, noticiamos o falecimento do(s) seguinte(s) associado(s)/dependente(s):

ÓBITO	DATA	ASSOCIADO	ORGÃO	PARENTESCO
Walter Rabetti	19/03/2018	Waldir Carlos Rabetti	Apo.	pai
Jarbas Freitas	26/03/2018	Cesar Roberto Cruz	7.01	sogra
Antonio Francisco Moereira Martins	29/03/2018	Antonio Francisco Moereira Martins	Apo	-
Domingos Venturini	04/04/2018	Marcos Tadeu Theodoro Venturini	Apo	Pai
Heroino Clementino de Sousa	06/04/2018	José Heroino de Sousa	1.15	Pai
Ema Francischinelli Germano	29/03/2018	José Dario Germano	Apo	conjuge
Sebastião Costa Moreira	23/03/2018	Andreia Costa Moreira de Souza	1.26	Pai

O benefício do FUMUS pode ser contratado para: pai, mãe, sogro e sogra. Para isso é necessária adesão de cada um através de formulário próprio (art. 2º do regulamento).

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:

- | | |
|--|--|
| Arlete de Jesus Mendes Dias
Depto. Cultural e Recreativo | Lucio Mario Alves de Oliveira
Dep. Esportivo Capital |
| Célia Reni Fernandes Sanches
Depto. de Aposentados | Jaime Soler Niubo
Revisão |
| Claudia Celestino Lucio
Diagramação | Teresinha Tesser Niubo
Coordenação |
| Haroldo José Torquetti
Dep. Esportivo Interior | Winston Antônio de Souza
Coordenação |

Dionísio Pretel
Presidente da Diretoria Executiva
Comentários e sugestões de matérias – enviar e-mail para boletim.aes@aessenai.org.br

SER MÃE



Ser mãe não é apenas trocar fraldas, aquecer mamadeiras ou lutar com as papinhas. Isso é apenas o começo; é nesse momento que uma mãe se dá conta de que é capaz de fazer qualquer coisa pelo seu filho. Significa mudar a sua vida, seu tempo, seu pensamento, dar todo o seu coração, seu amor para levar seus filhos adiante e ensiná-los a viver. Ter sentimentos contraditórios ao ver os filhos crescendo, sentindo alegria e saudade à medida que avançam ao longo da vida. Se existe um amor real e sincero é o amor de mãe. É eterno e infinito. Ser mãe significa nunca mais estar só no pensamento. Uma mãe sempre pensa por dois: por ela e pelos seus filhos. Uma mãe se sente afortunada, porque sabe que eles são o seu maior tesouro. A maternidade não traz só alegrias, mas também muito choro e aflição. Muitas noites sem dormir, preocupações sem fim, correr atrás dos filhos, inventar mil maneiras de camuflar verduras e peixes, suportar e tolerar brigas com toda a paciência do mundo.

www.aapbbms.com

**Boletim Informativo
MAIO - 2018**

Edição 141

Ano 12



Página 02

- Entrevista com o Prof. Walter Vicione

Página 03

- DEPTO. APOSENTADO
- DEPTO. CULTURAL E RECREATIVO
- DEPTO. ESPORTIVO CAPITAL
- DEPTO. ESPORTIVO INTERIOR
- REAJUSTE DE PREÇOS COLÔNIA DE FÉRIAS

Página 04

- ASSUNTOS DIVERSOS
- SAÚDE
- ÓBITOS

<input type="checkbox"/> Mudou-se	<input type="checkbox"/> Não Existe Nº Indicado	<input type="checkbox"/> Informações Escritas	Reintegrado ao Serviço Postal em: / /
<input type="checkbox"/> Desconhecido	<input type="checkbox"/> Falecido	Pelo Porteiro ou	
<input type="checkbox"/> Recusado	<input type="checkbox"/> Ausente	Sindico	Responsável
<input type="checkbox"/> Endereço Insuficiente	<input type="checkbox"/> Não Procurado	<input type="checkbox"/>	



DESTINATÁRIO:

Remetente

Al.Barão de Limeira, 539 - Santa Cecília - CEP 01202-001 - São Paulo - SP - Tel. 11 3367 9900 / site www.aessenai.org.br



Entrevista com o Prof. Walter Vicione

1. Como o senhor avalia a mudança da Gestão do INDUSPREV do HSBC para o BRADESCO?

A avaliação é muito positiva. A gestão do Asset do Bradesco é mais eficiente e vem promovendo ganhos de rentabilidade nas carteiras dos planos, acima do esperado.

Do ponto de vista operacional, o Bradesco disponibilizou um site com informações, saldos e extratos, que o participante e o aposentado podem consultar e acompanhar a evolução do plano. Esse site traz maior transparência e agilidade na divulgação das informações.

2. Aposentei-me no Plano BD (Benefício Definido), mas tenho um filho que é empregado do SENAI e agora o Plano é CD (Contribuição Definida). Por que foi extinta a possibilidade de Plano BD? Houve alguma vantagem?

O Plano BD foi extinto em fevereiro de 2004 em virtude dos altos custos que o plano apresentava, o que poderia tornar sua continuidade inviável.

Os planos de benefício definido foram em grande parte extintos no Brasil e no mundo pelos altos custos, dificuldade orçamentária e riscos que envolvem essa modalidade. Desse modo, na década de 90, passou-se a instituir a modalidade de plano CD.

Preocupado com a aposentadoria de seus funcionários e os benefícios de risco que o plano oferece, o SENAI-SP optou em alterar o plano para a modalidade CD, para continuar patrocinando o plano aos funcionários e contribuindo assim para uma aposentadoria melhor no futuro.

A vantagem do Plano CD é que não gera déficit, o custo é conhecido pela patrocinadora e pelos participantes e possui maior transparência e controle. Nele, as contribuições são alocadas em contas individuais, em nome de cada participante, e rentabilizadas pelo valor da quota da carteira de investimentos.

3. Nós aposentados, sempre ouvimos rumores sobre a sustentabilidade do Plano. Podemos ficar tranquilos?

Com certeza. O déficit do SENAI já foi sanado e o plano CD não gera déficit.

Vale ressaltar que a estratégia adotada em 2014, na política de investimentos, teve como base o estudo técnico chamado "ALM" - Asset Liability Management, que prevê o casamento entre os ativos e passivos do plano. Com base nos resultados desse estudo, foram comprados aproximadamente 80% do patrimônio do plano em títulos públicos federais, as NTN-B, com taxa média de 6,2% ao ano mais a inflação (IPCA), com marcação na curva (contabiliza os títulos até o vencimento, sem venda antecipada). Assim, ficam garantidas a rentabilidade necessária ao plano e a menor volatilidade do retorno dos investimentos, protegendo o plano de déficit que poderia surgir com as mudanças econômicas e cenários do mercado financeiro doméstico e internacional.

4. No caso de meu falecimento, minha esposa terá direito a receber o INDUSPREV. Se sim, qual o percentual?

Sim. O Plano INDUSPREV possui benefício de pensão por morte.

Para os aposentados do Plano BD, a pensão corresponde a 60% do valor da aposentadoria do INDUSPREV e, no Plano CD, corresponde a 100% do saldo do participante acumulado ou valor de sua aposentadoria (conforme opção do participante na data do início de sua aposentadoria no INDUSPREV).

5. Ouvimos, de vez em quando, rumores de que há um déficit no Plano INDUSPREV. É verdade? Isso será corrigido? Teremos de fazer mais contribuições?

O Plano esteve deficitário nos últimos três anos, mas foi equacionado com contribuições extraordinárias do SENAI-SP. O plano está em equilíbrio, não sendo necessários novos aportes. Acreditamos que com a Política de Investimentos do ALM com títulos públicos, NTN-B, será mais difícil o plano apresentar novo déficit.

6. Como o senhor vê a importância da AES para os funcionários e aposentados do SENAI?

O essencial de uma atividade humana ultrapassa o sentido da participação, da criação ou da produção. O essencial é a troca, o compartilhamento, o fazer junto, o ser junto.

Durante nossos anos de trabalho no SENAI, compartilhamos valores como o comprometimento com a melhor formação dos alunos, a busca permanente da eficiência e a ética na relação com o outro.

Essa experiência de vida não se restringe a um espaço – as instalações do SENAI-SP –, nem a um tempo de trabalho. A AES nos dá oportunidade de continuar compartilhando esses valores e vivências nos momentos de lazer e após a aposentadoria.

Com muito orgulho, fazemos parte de um conjunto de associados, ligados por fortes vínculos, no trabalho e na vida.

7. Qual a mensagem que o senhor daria aos associados da AES?

Acredito firmemente que a AES, neste momento de grandes transformações na sociedade e na economia, assume o papel de maior relevância em seus 70 anos de existência.

Ingressamos em um tempo, sem retorno, que vem exigindo contínua adequação das ações do SENAI, para atender às mudanças nas demandas das empresas industriais e nos perfis profissionais de nossos cursos. Para essa adequação, contamos hoje com um quadro de pessoal que sofreu profundas alterações.

Não podemos nos dispersar. É importante que a AES continue a atuar como centro de lazer e prestação de serviços, contribuindo para a qualidade de vida dos associados. É também essencial que, no dia a dia da Associação, os valores continuem preservados, com o reconhecimento que uma pessoa só poderá ser feliz ao fazer o certo, respeitar o outro, ser aceito como parte integrante e ativa de um grupo social. É ainda fundamental preservar a união dos educadores – ativos ou aposentados – que compartilham ideais de excelência em formação profissional.

8. Sabemos de sua decisão de candidatar-se a deputado. Quais são seus principais objetivos/projetos como deputado?

Realmente tomei essa decisão, mas hoje sou ainda um pré-candidato. No caso de minha candidatura ser efetivada, pretendo que seja um projeto coletivo e não pessoal.

Compartilhamos durante décadas a experiência de concretizar uma formação profissional alicerçada numa sólida educação básica. Testamos modelos, estratégias, respostas a desafios. Sabemos como fazer na prática, junto a nossos alunos.

Também sabemos como realizar uma educação que tenha por base atitudes éticas, de solidariedade e respeito ao próximo. Com tais princípios, a juventude passa a encontrar sentido em viver e conviver, sentindo-se estimulada a contribuir para criação de uma sociedade efetivamente justa.

Está na hora de levarmos esses princípios e essas experiências em educação para a população de nosso Estado. Mas, como na longa jornada até aqui, pretendo que estejamos juntos nesse propósito.

Não podemos ser omissos. "Nossa vida se encaminha para o fim no dia em que começamos a silenciar diante das coisas que importam", dizia Martin Luther King. Vamos nos mobilizar, compartilhando a urgência de um futuro melhor.

Departamento Aposentados

Reunião Mensal - Realizada em 11 de abril de 2018



A Reunião teve como foco a reflexão sobre o uso do tempo livre após a aposentadoria, onde apresentaram as atividades desenvolvidas seja de lazer e outras ocupações, quando constatamos que a maioria tem seu tempo bastante ocupado.

Após...sentar - A . cor . dar

Sinal de Alerta - Você deve começar a se preocupar quando...

1. Não souber definir os objetivos principais com os quais você deve gastar seu tempo livre;
2. Adiar as realizações de tarefas que considera mais importantes;
3. Gastar muito tempo com atividades "secundárias" do que com as principais;
4. Se tornar frequente a sensação de que chega ao fim do dia sem realizar aquilo a que se propôs, mesmo tendo tempo para isso.

“É preciso entender que disciplinar nossa rotina não é algo opressor, mas uma forma de exercer plenamente a liberdade”.

Eduardo Chaves - professor de filosofia



**Nossa próxima Reunião será realizada no dia 09/05 das 9h30 às 11h30, na Escola SENAI “Orlando Laviero Ferraiuolo”.
Rua Teixeira de Melo, 106 - Tatuapé/SP.**

Departamento Cultural e Recreativo

Almoço Mineiro



Dia 06 de maio a partir das 11h.

Local: Recanto dos Manacás no Clube de Campo da AES Jundiá/SP - Música ao vivo.

Associado/Dependente R\$ 50,00

Convidado: R\$ 60,00

Bebidas não incluídas - Participe!!!

Inscrições pelo fone: 11 3367 9900 AES

Dicas Culturais:

Expo CIEE São Paulo 2018 - Feira Do Estudante

Data: 25/05/2018 a 27/05/2018

Organização: CIEE - Telefone: (11) 3040-6543

E-mail: atendimentofeiraestudante@ciee.org.br

Site: www.ciee.org.br/portal/hotsites/expociee2018/site/feira.html

Local: Bienal do Ibirapuera

Endereço: Av. Pedro Álvares Cabral, s/n

A EXPO CIEE é a maior feira estudantil da América Latina focada na educação, capacitação, orientação e direcionamento profissional do público jovem.



Exposição - Imagens De Aleijadinho

Data: Até 10/06/2018 de Terça a Domingo.

Organização: Masp | Telefone: (11) 3149-5959

Site: masp.art.br | Local: Masp

End: Avenida Paulista, 1.578 - Bela Vista Centro.

O museu abre o ciclo de exposições “Histórias Afro Atlânticas”, que marca o 130º ano da Lei Áurea, com a mostra Imagens de Aleijadinho composta por 50 esculturas devocionais do mineiro Antonio Francisco Lisboa.

Vem aí FESTA JUNINA!!

Dia 24 de junho de 2018 a partir das 11 h no Clube de Campo da AES. Animação: Tio Nescou e equipe.

Ingresso: 1 kg de alimento não perecível.

Departamento Esportivo - Capital

No próximo dia 19/05/2018, o Departamento Esportivo da Capital realizará o quadrangular final do Festival de Futsal Livre 2018, na Colônia de Férias. Convocamos as quatro equipes classificadas a comparecerem em massa com seus familiares para fazermos uma grande festa.

No dia 27/05/2018, faremos a etapa regional do Futsal Veteranos, preparem suas equipes para mais um grande evento, como sempre tem acontecido no Departamento Esportivo da Capital. E em junho teremos Volei Misto e FARAES, aguardem informações.

Departamento Esportivo - Interior

No dia 08 do mês de abril aconteceram as etapas regionais do 14º Festival de Futsal do Interior categoria veterano em 4 cidades, Boraceia (Clube Náutico), Cubatão, Limeira e Sertãozinho. Estiveram presentes 26 escolas distribuídas em 19 times, totalizando uma participação de 509 pessoas. Classificaram para etapa final os “playoffs” a se realizar no dia 23/06/18 na Colônia de Férias. Cada time deverá arrecadar 2 cestas básicas e mais 2 do corpo administrativo da AES, que, somadas, serão doadas para uma instituição da cidade do time campeão: CFP 4.01 - Itu; evento realizado em Limeira.

CFP 792 - Lençóis Paulista; evento realizado em Boraceia.

CFP 6.61 - Sertãozinho; evento realizado em Sertãozinho.

CFP 4.02 - Sorocaba; evento realizado em Cubatão.

Agradecemos a participação maciça da família AES do Interior, Litoral e Vale do Paraíba, aos representantes que não mediram esforços para mobilizarem suas unidades, em especial aos que sediaram os eventos. Aos diretores que apoiam as ações AES e que utilizam eventos esportivos para confraternização das equipes. Destacamos o evento realizado em Cubatão, no qual a escola SENAI de Santos se organizou com a presença de 80 pessoas. Agradecemos também as unidades do SESI de Cubatão, Limeira e Sertãozinho, que cederam toda sua infraestrutura, como quadras, área de churrasco, piscina e área de lazer infantil para que a família AES desfrutasse de um domingo maravilhosos.

Próximo evento: dia 5/05/2018 etapa final do 18º Festival de Futsal categoria livre, na colônia de férias.

Reajuste de Preço - Colônia de Férias

A Associação dos Empregados do SENAI – AES fez a entrega do prédio construído, aumentando a capacidade de hospedagem em mais 15 apartamentos. Também foi instalado elevador para atender a mobilidade dos associados. Hoje, todos os 48 apartamentos estão equipados com ar condicionado.

Com a instalação do elevador, a colocação de ar condicionado e a expansão da capacidade de hospedagem, haverá aumento na conta mensal de energia elétrica e na fatura mensal do consumo e água (SABESP).

Por esta razão, comunicamos que os valores cobrados, na Colônia de Férias serão atualizados a partir de 09/05/2018, de acordo com autorização do Conselho Deliberativo em reunião realizada em 23/03/2018.

Foi autorizado, também, um desconto de 15% no valor da diária para associados, dependentes e convidados que utilizarem os Núcleos de Lazer no período de segunda-feira das 19h até às 14h de sexta-feira, exceto nos meses de férias e em feriados prolongados.

Os valores cobrados no Clube de Campo e no Clube Náutico permanecerão inalterados. Tabela de valores disponível no site www.aessenai.org.br.