

ASPASES



Associação dos Aposentados e Pensionistas do Setor de Telecomunicações do Espírito Santo
Informativo - setembro/2015

Começam os preparativos para FESTA DE CONFRATERNIZAÇÃO 2015 ASPASES E SINTTEL

Considerando a elevação dos preços que vem ocorrendo neste exercício, e após a pesquisa realizada em vários estabelecimentos e afins, incluindo o CLUBE ALVARES CABRAL, constatou-se que o RECREIO DOS OLHOS, situado no bairro TABUAZEIRO em VITÓRIA é o local que oferece as melhores condições e preços para que possamos continuar realizando o nosso tradicional churrasco de fim

de ano.

A ASPASES e o SINTTEL já começaram os preparativos para a FESTA, que este ano, será no dia 5 de DEZEMBRO de 2015 – Sábado. Marque na sua agenda para comparecer a esse compromisso com seus amigos e ex-colegas da TELEST/TELEMAR.

Os convites estarão disponíveis para venda a partir do dia 5 de outubro até o dia 27 de novembro/2015.

PREÇOS DOS CONVITES:

Para facilitar a adesão ao evento, serão mantidos os mesmos valores praticados no ano passado, ou seja:

SÓCIOS E CÔNJUGES:
R\$ 20,00 por pessoa
NÃO SÓCIO E CONVIDADOS:
R\$ 40,00 por pessoa
CRIANÇA ACIMA DE 6 ANOS:
R\$ 40,00

COMO ADQUIRIR SEU CONVITE!

1 .Pelo segundo ano consecutivo, atendendo às reivindicações de nossos associados, os convites poderão ser adquiridos através de DEPÓSITO BANCÁRIO OU TRANSFERÊNCIA ON LINE diretamente no BANCO DO BRASIL AGENCIA 0021-3 CONTA CORRENTE 8983-4-ASPASES.

2 .Quem optar por fazer DEPÓSITO ou TRANSFERÊNCIA é necessário o envio do comprovante à ASPASES via e-mail: contato@aspases.org.br, com o nome completo até o DIA 27 DE

NOTA

OS CONVITES SERÃO LIMITADOS E COMEÇAM A SER VENDIDOS NO DIA 5 DE OUTUBRO ATÉ O DIA 27 DE NOVEMBRO/2015. FIQUEM ATENTOS À DATA

NOVEMBRO DE 2015.

Nesses casos, os associados poderão retirar os convites no dia do evento na portaria do clube, onde haverá uma lista contendo o nome dos que optaram por essa forma de aquisição dos

convites.

3 .Os convites também poderão ser adquiridos diretamente na sede da ASPASES, na Rua Barão de Monjardim, 251 – Ed. SINTTEL – 1 andar - Centro, a partir do DIA 5 DE OUTUBRO DE 2015 até o DIA 27 DE NOVEMBRO DE 2015, no horário de 9 às 12h e 13 às 16h30m.

Lembramos que a Campanha de Fraldas geriátrica para o atendimento social de nossos colegas é permanente. Faça sua doação no dia da festa.

EDITORIAL

ECONOMIZAR É PRECISO!

Com a elevação dos preços dos produtos, serviços e taxa de juros, o nosso dinheiro está ficando cada vez mais curto, reduzindo a renda das famílias e consequentemente obrigando-nos a fazer adaptações à nova realidade, ou seja, cortando gastos e o padrão de consumo, até que essa situação conjuntural se modifique.

Por outro lado, também, devemos estar atentos e ECONOMIZAR na AGUÁ e LUZ que já vem dando mostra de que

teremos no próximo verão nova crise de abastecimento. Dependemos muito das condições climáticas para abastecer os reservatórios.

Assim, a ASPASES que depende exclusivamente da contribuição mensal de seus associados, vem procurando se adaptar a essa situação, objetivando não comprometer suas atividades.

Portanto, o momento exige cautela e ECONOMIA.

NOTÍCIAS DA SISTEL

PAMA E SUPERÁVIT - SISTEL

Sem encontrar uma alternativa satisfatória para cobrir o déficit atuarial do PAMA, assim como, uma solução para a distribuição dos superávits de 2009/2014, encerrou-se em 31/07, as negociações do GT-SISTEL (grupo de trabalho com a participação dos conselheiros eleitos). Ainda assim, esperávamos que na reunião do Condel (Conselho Deliberativo da Sistel) realizada em 26/08, fosse apresentada alguma proposta de solução sobre estes assuntos. Ledo engano. Para nossa frustração nessa reunião, nada foi apresentada pela SISTEL ou pelas Patrocinadoras, no sentido de solucionar os problemas existentes.

Apesar de desapontada com os resultados do GT-SISTEL e com os resultados do último CONDEL, a FENAPAS tem a convicção de que a Sistel não fugirá as suas responsabilidades de gestora do PAMA e do PBS-A e, apresentará com urgência uma proposta para estes assuntos, evitando assim, uma contenda judicial.

Aguardaremos com muita esperança que o bom senso prevaleça e que uma decisão aconteça rapidamente em

benefício daqueles que foram os grandes responsáveis pela construção das telecomunicações no país, que são os aposentados oriundos do STB que deu origem as atuais empresas de telecomunicações privadas.

SISTEL PARCERIA 2015

No dia 11 de JUNHO/2015 estive na ASPASES, representante da SISTEL TAIANE CRISTINA para atendimentos as situações individuais. Foram realizados 12 (doze) atendidos a assistidos da Sistel entre sócios e não sócios da ASPASES.

CENAAT

O Centro Nacional de apoio ao Aposentado e Trabalhador – CENAAT é uma entidade autônoma situada na Enseada do Suá, em Vitória, que espontaneamente vem remetendo correspondência aos aposentados e pensionistas, oferecendo serviços jurídicos, principalmente, relacionados ao valor do benefício da aposentadoria pelo INSS.

Alertamos que, antes de uma possível adesão, verifique atentamente as condições exigidas pela entidade e se há alguma ação por parte do SINTTEL sobre o mesmo assunto.

VOCÊ SABE A DIFERENÇA ENTRE GRIPE E RESFRIADO?

CANTINHO DA SAÚDE

Para alguns, um inocente espirro pode trazer muitas dúvidas. Como saber se tal ato involuntário é sinônimo de gripe ou de resfriado? A verdade é que essa confusão e um ato muito comum em nossa cultura. Entretanto, o mais importante, em qualquer situação, e nunca generalizar os sintomas. A seguir, veja a diferença entre eles:

Tanto a gripe quanto o resfriado, ao contrário do que todos pensam, não podem ser classificadas como a doença típica do inverno. O que realmente acontece e que em períodos de baixas

temperaturas, a maioria dos ambientes fechados fica favorável à aglomeração de pessoas, o que facilita à transmissão do vírus. Seja pelo ar ou pelo contato físico.

A principal diferença entre os casos, é que a gripe não se traduz em um simples espirro. Ela também vem acompanhada de febre (acima de 38°), fortes dores no corpo, cabeça e garganta. Além de impossibilitar que o indivíduo realize suas atividades rotineiras. Já o resfriado, pode apresentar os mesmos sintomas, mas com menor intensidade.

Manter-se hidratado em qualquer uma das condições é de suma importância para o indivíduo. Nos casos de

gripe, em que os picos de febre podem ser mais altos, a perda de líquido pela transpiração é mais intensa. Por isso, beber bastante água, sucos ou até mesmo sopa, garante além da hidratação a energia calórica para a recuperação.

Prevenir é melhor que remediar. Logo, a regra número um de educação, para evitar a gripe ou resfriado, e que a pessoa ao tossir ou respirar, utilize um lenço para cobrir a boca e o nariz. Isso ajuda a evitar que vírus se espalhe.

Para se recuperar a pessoa precisa se hidratar (assim as secreções serão expelidas com mais facilidade) e repouso. O uso de medicamentos, como analgésicos e antitérmicos, devem sempre

ser feito sob prescrição médica. Por isso, cuide de sua saúde e consulte sempre o médico.

Expediente

Rua Barão de Monjardim, 251
Centro, Vitória/ES, CEP 29.010-390
Tel.: (27) 3223-1700
www.aspases.org.br
E-mail: contato@aspases.org.br

Responsabilidade Editorial Diretoria Executiva

Diretoria Executiva
Francisco de Assis Nobre Souto

Diretor Presidente

Tânia Maria Meli
Diretora Administrativa

Ignez Guasti
Diretora Financeira

Diretores Suplentes

Maria José dos Santos
Marlise Rabbi Baldi
Rosângela Gomes Monteiro

Conselho Fiscal Titular

Augusto Feltmann Silva
Luiz Alves Filho
Paulo Roberto Marques

Conselho Fiscal Suplente

Altair de Oliveira
João Baptista Marchezi
Maria Orminda Corsini Pagani

Editoração

T&T Comunicação
E-mail tetcom@gmail.com
Tel.: 27 3084-5666
Tiragem: 600 exemplares
Impressão: Gráfica Ita

COMEMORAÇÃO DOS ANIVERSARIANTES



Como vem ocorrendo trimestralmente, no dia 2 DE JULHO comemoramos o aniversário dos associados nascidos em ABRIL / MAIO E JUNHO. Como é bom completar mais um aniversário. Melhor ainda é ser cumprimentado (a) pelos amigos. Ser lembrado (a). E sempre um encontro muito especial e festivo.

FALECIMENTOS

Informamos o falecimento dos nossos colegas ocorridos no mês de junho/2015.

LUIZ CARLOS NOGUEIRA ROSA - 18/08

ARISTIDES SANTOS SAMPAIO - 30/06

JOSÉ HUMBERTO RIBEIRO - 22/06

LUIZ AVELINO PEREIRA FILHO - 09/06

Aos familiares e amigos a nossa solidariedade e saudade.

Fonte: drauiovarella.com.br – g1.globo.com/bem-estar – pfizer.com.br