

## Animação marca o forró da AAC

A tradição foi mantida. A festa junina da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Celpe, realizada na sede da AABB, na tarde/noite de 9 de junho último, reuniu um considerável número de participantes.

Na abertura, o presidente Gilberto Me-deiros deu as boas-vindas e lembrou que aquele é o evento mais festejado pelos associados, quando o clima de animação toma conta de todos. Página 2.



## Semana Cultural expõe a arte dos aposentados



Foi um evento marcado pela amplitude das formas de expressões artísticas apresentadas. Desde o quesito gastronomia, passando por diversas obras de artesanato, oficinas e outras atividades.

Página 3

### Rumo à cidade do sol

A excursão programada para a cidade de Natal está confirmada para os dias 30 de setembro a 03 de outubro, com hospedagem no Hotel Agua Mari-nha Flat.

Detalhes na página 4.

### Nesta Edição

- Quem faz Pilates tem mais saúde
- Novas clínicas credenciadas
- Assembleia aprova as contas de 2015
- Empregados da Celpe buscam apoio jurídico na AAC.

# Uma festa completa

O presidente falou do planejamento da festa, elogiou a renomada banda de Paulinho do Acordeom. A música de Luiz Gonzaga, Nando Cordel, Flávio José e Dominginhos, entre outros nomes de sucesso, motivou a turma a entrar no salão, um cenário especialmente decorado com elementos tradicionais da época.

O quesito gastronomia foi bastante elogiado, pela diversidade e sabor das comidas típicas: pamonha, canjica, pé de moleque e outras. Bem como o número expressivo de participantes vestidos a caráter.

**No palco** – Além de Paulinho do Acordeom, os cantores da casa deram uma “canjinha”, ao microfone. Enquanto Gilberto Medeiros interpretou sucessos mais recentes, Mossoró fez uma viagem musical pelo inesquecível repertório do eterno Luiz Gonzaga.

**Quadrilha** – No intervalo, o professor de dança de salão Sandro Ramos “puxou” uma alegre quadrilha do tipo caldo de cana (feita na hora), com a participação dos integrantes do grupo de dança de salão, que trouxe ainda mais animação ao clima da festa.

**Opiniões** – “Pense numa festa sem defeito: banda afinada, o pessoal com traje típico, comidas de milho, local bem escolhido, serviço de bar funcionando bem e a alegria comum desses nossos encontros”. Francisco Ramos, membro do Conselho Deliberativo da Celpos.

“Acho o mais importante nessas festas da Associação é o reencontro, um prazer que se renova. Hoje aqui temos esse clima de alegria, uma banda ótima, a decoração caprichada, estão de parabéns os organizadores”. Liane Silva, aposentada.

“Uma maravilha. É a minha primeira vez, o meu começo de uma série de muitas que virei. Tudo bonito, organizado e, uma turma animada e bastante participativa”. Luiza Santos, aposentada.

**Prestígio** – A reportagem do Voz Ativa registrou a presença das representantes da Aposcompesa, Eneide Ribeiro, da Celpos, Rakel Azevedo, da Roca Informática, Robson do Emery e Carlos Romero, do Laboratório Diva Montenegro – Lapac, Lúcia Montenegro, Betânia Carmem e Rozilda Luna e do NACC Cristiane Campos.



## Expediente Voz Ativa

Voz Ativa. Informativo da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Celpe. Rua Manoel Bezerra, 111, Madalena, Recife. CEP:50610.-250. Fones: 3445.4362 e 3445.3818. E-mail: [depsociocultural@acelpe.com.br](mailto:depsociocultural@acelpe.com.br) Site:[www.acelpe.com.br](http://www.acelpe.com.br). Presidente: Gilberto Alves Muniz de Medeiros. Vice-presidente: José Carlos Nunes de Almeida. Diretor Financeiro: Maurício Pereira da Silva. Diretor Administrativo e patrimonial: Ivaldo José dos Santos. Departamento Sociocultural: Antonio Soares da Fonseca. Conselho Fiscal - Titulares: Ademar Leite da Silva. Carlos Pereira Barros. Genivaldo França de Souza. Suplentes: Francinete Xavier Gomes Borba. Maria das Neves Pereira Dantas. Antonio Galdino de Lucena Neto. Produção: P&B Design e Texto. Pauta e fotos: Paulo Caldas. Diagramação: Bel Caldas. Tiragem 2.100 exemplares. Impressão: Bagaço Design. Rua Luiz Guimarães 263, Poço da Panela. Recife. Fone: 3205.0132.

# Aposentados mostram talento na Semana Cultural



A Semana Cultural, parte do programa dos 30 anos da AAC, bem que poderia receber o título de Festival Cultural, dada a amplitude das formas de expressão artísticas apresentadas. A rigor, esse amplo leque contemplou uma diversidade de temas de arte partindo dos cuidados com estética da beleza, passando pela gastronomia, artes plásticas: óleo sobre tela, com Walter Mesquita, Gerson Pereira e Tereza Pascoal, exposição de fotos antigas da Celpe, escultura de ferro com Marcílio Renaux, pintura em tecido com Maria Pereira, Joselita Castro e Telma Crochê, maquetes em peças de acrílico com Nilson Morais, além da presença diária do cartunista Fábio Maia, encantando o público com suas caricaturas. "A Capacidade criadora" foi o tema da palestra de abertura, com o professor Marcílio Renaux.

O segmento literário foi contemplado com a presença da Sociedade das Artes Vivas, com Luiz Carlos e Boanerges Novaes e plásticas sobre prosa e verso com Paulo Caldas e Gilberto Medeiros.

A arte da música foi representada por Ivan Bernardo ao teclado e esposa Maria Santana, os talentos de Luiz Franklin, Edvaldo Ramos, Gilberto Medeiros, Armando Martiniano e Maria Zilma, além do Coral Aposchesf, regido pelo Maestro Jadson Oliveira.

Artesãos e empresas marcaram presença. As artesãs



Cleonice Santos, com arranjo de flores artesanais, Andrea Costa com essências e perfumes, Lourdes Frago, que mostrou tiaras e turbantes. Brigadeiro Gourmet, doces e chocolates e bolo de noiva, com Cristina Santos. Pufes, pesos de porta em agave, trazido por Ednalva Barbosa.

Cine curta metragem, atividade com o cineasta Jorge Eduardo Medeiros, protagonizado por Gerson Pereira, mostrando as dificuldades do cotidiano do idoso e sua qualidade de vida.

Compareceram as empresas Mais Ótica, óculos e lentes de contato. Sabrina Tegethoff, loções e produtos de maquiagem. Marise, produtos de amplo espectro de tratamento com imãs moleculares para diabetes, osteoporose, outras doenças. Uma das atividades mais procuradas foram as oficinas de estampa em tecidos e tapeçarias, ministradas por Joselita Castro e Késsia Rodrigues.

**Opiniões:** Voz Ativa ouviu os seguintes depoimentos: "Uma iniciativa que merece respeito. A cultura é sempre importante em nossa vida, além da oportunidade do reencontro com colegas", César Romero. "Ótima, louvável iniciativa, a arte mexe com as nossas emoções, vi o colega Armando Martiniano chegar às lágrimas ainda no ensaio de sua apresentação", Edvaldo Ramos.

## Uma viagem para ficar na lembrança

Deu tudo certo. Nota dez em todos os quesitos. Assim foi a viagem promovida pela AAC de 13 a 16 de maio último à cidade de Triunfo, uma das cidades mais visitadas por turistas em Pernambuco. Da programação constou visita ao Museu do Cangaço, passeio de teleférico, lazer no parque aquático e jantar no Hotel Baixa Verde e uma noite de forró. Participando pela primeira vez do evento, assim comentou o aposentado Eduardo Carlos. "Curtimos um clima descontraído, conheci novos colegas, para mim e para minha esposa foi muito gratificante", lembrou.



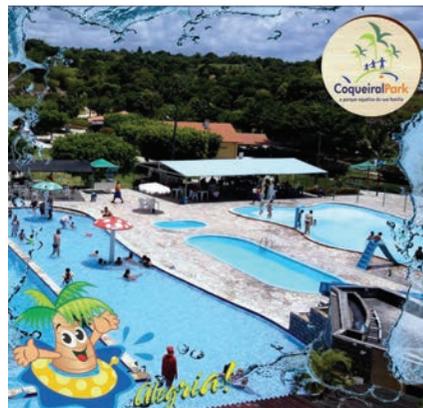
## Rumo à cidade do sol

Dentro do programa de passeios e viagens, do Departamento Sociocultural, desta vez a AAC promove mais uma agradável excursão pelas praias e pontos turísticos de Natal, a conhecida Cidade do Sol. Do roteiro consta visita ao maior cajueiro do mundo, passeios de bugre e dromedários, entre outros. Tudo isso com hospedagem no Hotel Água Marinha Flat. Não fique de fora! Vagas limitadas. Informações, roteiro e valores no Departamento Sociocultural ou pelos Telefones: (81) 3445-3818 / 3445-4362



## Celebrada parceria com o Coqueiral Park

Pensando no lazer e bem-estar do associado, a AAC celebrou parceria com o Coqueiral Park. O local oferece parque aquático, pescaria, fazendinha, futebol, passeio de pônei, parque infantil, restaurante e piscina com aqua-



rampa. Segunda Perimetral Norte, Olinda Telefones: (81) 3371-8652/(81) 3371 - 9111. Site: [www.coqueiralpark.com.br](http://www.coqueiralpark.com.br). O desconto é 30% para os associados e dependentes da AAC. Para ter acesso é exigida a apresentação da carteira.

## Consultório de Antônio Henrique atende associado

O gastroenterologista, aposentado da Celpe, onde fez considerável quantidade de amigos, Antônio Henrique Moreira, é o novo médico credenciado pela AAC. Especializado em Gastronterologia e Hepatologia (doenças do fígado e aparelho digestivo) oferece 30% de desconto para o associado. Rua 48, número 674. Fone: 3241-2230. Espinheiro.

Entrevistado por este Voz Ativa, ele revelou que as gastrites estão entre as doenças ligadas à sua especialidade que mais afetam ao paciente idoso. Sobre os fatores de risco para se contrair a doença e como ela se manifesta e que males causam ao organismo, detalhou: "Fumo, estresse e álcool. Geralmente começam com azia, empa-

chamento e dor epigástrica, podendo provocar neoplasia gástrica", advertiu. Perguntado qual a forma de fugir da doença e o que se deve fazer quando ela se manifesta, afirmou: "É fundamental evitar o álcool e o fumo e procurar o médico logo que a doença se manifesta", concluiu.



## Serviços credenciados pela AAC na área de saúde

Com o intuito de propiciar mais opções de atendimento na área de saúde, a AAC estendeu seu leque de credenciamento às seguintes empresas.

- Laboratório LAPAC – Análises médicas. Serviços: coleta empresarial, domiciliar, hospitalar e assessoria médica. Rua Amaro Bezerra, Derby, 584. Recife. Fones: (81)3035.5900/3035.5904.

- Clínica Boa Vista Medical Center – Diversas especialidades. Atendimento de segunda à quinta das 7h às 21h e aos sábados de 7h às 13h. Rua do Jiriquti, 48, salas 131/132. (dentro do Shopping Boa Vista), Recife. Fones: (81) 3231.1011./3059.1045.

- Clínica de Fisioterapia e Fonoaudiologia Dr. Ma-

nuel Gustavo Oliveira e Dra. Sônia Serbim Rosa da Silva Oliveira-Diversas especialidades.

Rua do Sossego, 683, Boa Vista, Recife. Fones: 3231. 3756/ 3231.6520/ 3231.3067.

- Academia S3 Fitness Club. Musculação e diversas atividades físicas. Av. General San Martin, 809, próximo ao Supermercado Kennedy. Recife. Fone: 3228.3498.

Nos contratos de parceria firmados com as empresas acima, o desconto para o associado e seus dependentes varia entre 20% e 40%. Para o atendimento é necessária apresentar a carteira de sócio.

# Empregados da Celpe buscam assistência jurídica da AAC

Com a reforma do Estatuto da AAC, que hoje abriga os empregados ativos da Celpe, as atividades da Coordenadoria Jurídica foram sensivelmente aumentadas. "O nosso trabalho contempla todas as especialidades do campo jurídico, desde ações de usucapião até os casos de exoneração de alimentos", explica a advogada Euvânia Muñoz, que acrescenta: "Temos recebido uma considerável demanda de pessoas que estão prestes a se aposentar e que não tiveram seu tempo de serviço especial reconhecido pelo INSS, caso do senhor Manoel Batista da Silva, por exemplo", detalha a advogada.

Em participação no programa Meu Momento, realizado pela Celpe, Euvânia lembrou diversos casos em que os empregados da Companhia podem ter direitos a receber. "São ações de contagem de tempo especial, acréscimo de 25% das aposentadorias por invalidez, auxílio doença, pensão por morte, após 29 de novembro de 1999 até agosto de 2009, teto dos proventos, para quem se aposentou de cinco de outubro de 1988 a 31 de dezembro de 2003, IRSM para aposentados entre 01 de março de 1994 e 28 de fevereiro de 1997, aposentados até 1997 que não receberam o URV, buraco negro, para os aposentados entre cinco de outubro de 1988 e 5 de abril de 1991, beneficiário do auxílio acidente antes de 10 de dezembro de 1997, desaposentação e bitributação do Imposto de Renda Pessoa Física", detalhou.

**Pendência** – As ações de desaposentação e



FGTS-TR, para pessoas que se afastam e continuam trabalhando e contribuindo para o INSS, estão com os julgamentos pendentes no Supremo Tribunal Federal, em Brasília, conforme a advogada.

**Meia entrada** – A advogada pontuou ainda a publicação da lei que concede o benefício de 'meia entrada' para a pessoa com câncer e seu acompanhante em salas de cinema, espetáculos musicais e circense, eventos esportivos, educativos e de entretenimento, em estabelecimentos públicos e particulares, em todo o Estado de Pernambuco. A lei tem o número 15.724, foi publicada no Diário Oficial do Estado, em 11 de março último.

Na foto, Euvânia Muñoz presta atendimento a Manoel Batista da Silva.

## Atividades e serviços oferecidos na sede

- **Clínica Geral** - Dr. Justiniano Vasconcelos - Segunda, quarta e sexta-feira de 08h às 11h.
- **Ecocardiograma** – Dr. Edson Magno M. Júnior, após encaminhamento da cardiologista Ana Luíza Vasconcelos, duas vezes por mês.
- **Cardiologia** - Dra. Ana Luíza Vasconcelos – Terças-feiras de 9h30 às 12h30.
- **Odontologia** - Dr. Thiago Lourencini - Segunda a sexta-feira de 08h às 12h. Terças e quartas à tarde.
- **Apoio Jurídico** - Advogada Euvânia Maria Cruz Muñoz - Segunda e quinta-feira de 13h às 17h. Quarta-feira de 08h às 12h. Ações de bitributação, FGTS, financiamentos de veículos, divórcio, pensão alimentícia, exoneração de pensão, etc.
- **Cultura e lazer** - Dança de salão-Professor André Felipe. Diversos ritmos de 14h50 às 16h50 segundas-feiras.
- **Pilates de Solo** - Professora Sabrina Tegethoff. Terças e quintas pela manhã.

**Marcação de consultas e inscrições pelos telefones: 3445.3818 / 3445.4362.**

# Pilates reduz as mazelas da terceira idade



Qualquer pessoa na faixa etária da chamada terceira idade, acima dos 60 anos, já sabe, conhece, ou já ouviu falar dos benefícios que a prática do Pilates pode trazer à sua saúde.

Consciente que a adoção do Pilates de Solo seria uma ótima alternativa para os associados, a diretoria da AAC contratou a profissional de Educação Física Sabrina Tegethoff (foto), formada pela Escola Superior de Educação Física da Universidade de Pernambuco (UPE), com especialização pela Escola Phisyo Pilates – Polestar, para ministrar aulas do método, notadamente os procedimentos relativos às patologias próprias da terceira idade.

Segundo Sabrina, o propósito do Pilates reside na saúde integral do corpo e o engajamento total entre o corpo e a respiração. “O método exercita os músculos do corpo, o alinhamento postural, reabilita lesões conhecidas como cifose, lordose, hérnia de disco, escoliose e a temida espondilite anquilosante, uma inflamação nas articulações da coluna”, explica.

Contudo a prática do Pilates não se limita apenas às lesões. A professora acrescenta outros benefícios importantes para o cotidiano. “Proporciona o alongamento muscular, a flexibilidade, equilíbrio, melhora da qualidade do sono e mais:

além de diminuir o estresse atua no sistema respiratório e aumenta os níveis de endorfina no sangue”, garante.

**Exercícios** – As aulas são ministradas sem contraindicações para todas as idades. “Inclusive a gestantes, no entanto alguns movimentos podem ser adaptados diante de uma ou outra patologia”, esclarece.

**Opiniões** – Durante a aula de 02 de março, o Voz Ativa colheu a opinião dos participantes.

“Muitas coisas melhoraram, até o joelho destravou”, Maria Dalva Ferreira, 76 anos. “Eu melhorei das dores nas costas, quase não sinto mais”, Dayse Batista, 75 anos. “Eu tive melhoras nas articulações, respiração e dores na coluna”, Hilton Coutinho (foto acima), 75 anos. “Sofro de osteoporose e artrose, depois do Pilates tenho menos dores na cervical”, Eugênia Pedrosa, 68 anos. “Meu caso foi de grande melhora na respiração, está valendo a pena”, Arthur Rique, 81 anos.



Eugênia Rique, de 77 anos, também revelou melhora na respiração, já Nildete Rego (foto ao lado) 75 anos, creditou ganhos na agilidade e disposição física. A última opinião dessa turma veio de Raul Valença, 73 anos. “Já amenizei as dores da artrose com poucas aulas”.



## Assembleia aprova contas de 2015

Reunidos em Assembleia Geral Ordinária, em 28 de abril último, associados da AAC aprovaram a prestação de contas do exercício social findo em dezembro de 2015.

No quesito outros assuntos de interesse dos associados, o presidente Gilberto Medeiros fez uma retrospectiva das atividades em 2015 e enfatizou algumas já realizadas este ano, especialmente no tocante a celebração de parcerias na área de saúde e bem-estar.

Quanto à extensão do programa de ação social no interior, disse: “Temos atendido apenas as cidades polo, limitadas ao Agreste e gostaríamos de expandir também ao Sertão, entretanto as dificuldades do momento inibe nosso desejo, considerando, inclusive, a densidade de associados em cada município”, justificou.

O presidente falou ainda da reforma do Estatuto, aprovada em 2016. “No momento o texto foi enviado para registro em cartório e já entrou em vigor”, afirmou.