

## O BRASIL ACORDOU

A partir do dia 20 de junho deste ano, um novo cenário se formou em nosso país. Nesta data, todo o Brasil parou para acompanhar aquela que seria uma das maiores manifestações populares dos últimos tempos. Independente de partidos políticos, jovens e idosos, homens e mulheres se uniram para (re)criar uma nova forma de lutar e reivindicar os seus direitos.

O estopim das manifestações, que ganharam força em todos os estados brasileiros, foi o aumento abusivo das passagens de ônibus. Porém, inconformados com a passividade de nossos governantes, as inúmeras queixas de corrupção e outros tantos descasos – o povo brasileiro parece, enfim, ter se dado conta de sua força e, com imenso prazer, escutamos dos jovens a constatação de que “o gigante acordou”.

Em meio a todos os protestos, algumas vezes chamaram, especialmente, a nossa atenção: a dos idosos. Muitos foram às ruas pedir mais respeito nos transportes públicos, o fim da violência por parte de seus cuidadores, mais hospitais e planos de saúde

decentes. A APÓS-FURNAS gostaria de parabenizar cada um deles e se orgulha de representar uma pequena parte desses brasileiros, que tanto contribuíram para o desenvolvimento e o futuro do Brasil. Na longa luta pelos direitos dos aposentados, a APÓS-FURNAS faz eco a todas essas vozes, que estiveram nos representando nas ruas.

A batalha pela dignidade de nossos aposentados vem sendo travada dia a dia e continuamos revendo nossos direitos, cobrando agilidade em casos como o PLAMES e as negociações em torno de um novo Plano de Custeio.

Inúmeras são as reivindicações, mas força de vontade e esperança por dias melhores não nos faltam. Por isso, a APÓS-FURNAS vem, mais uma vez, pedir a participação de todos com ideias de melhorias, críticas e sugestões. Não deixem de nos procurar.

**Diretoria Executiva**

### **CEDEPI LUTA PELA MEIA-ENTRADA PARA OS IDOSOS**

Saiba mais • **Página 02 >>>**

### **AS NOVIDADES DA COLUNA “FIQUE POR DENTRO”**

Saiba mais • **Páginas 03 e 04 >>>**

### **TIRE SUAS DÚVIDAS SOBRE FISIOTERAPIA PREVENTIVA**

Saiba mais • **Página 06 >>>**

### **PERFIL: ALNO FALA DE SUA PAIXÃO PELO VÔLEI**

Saiba mais • **Página 08 >>>**

## A DISCUSSÃO SOBRE A MEIA-ENTRADA

O Conselho de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa - CEDEPI - vem a público manifestar-se contrário a qualquer alteração no conteúdo do Estatuto do Idoso

Segundo o Artigo 23 do Estatuto do Idoso (Lei 10.741/2003), a participação dos idosos em atividades culturais e de lazer será proporcionada mediante descontos de, pelo menos 50% (cinquenta



por cento), nos ingressos para eventos artísticos, culturais, esportivos e de lazer, bem como o acesso preferencial aos respectivos locais.

Porém, com a proximidade dos campeonatos esportivos que serão realizados em todo o Brasil, um novo projeto de lei - limitando em 40% o número de ingressos reservados à meia-entrada, não somente para os idosos, como também estudantes e deficientes- vem sendo alvo de críticas e manifestações.

O projeto de lei 4571/2008 ao sugerir a retirada do Artigo 23 do Estatuto do Idoso limita a meia-entrada da pessoa idosa a concorrer com os 40% de ingressos disponibilizados para os idosos e estudantes. Por isso, o Conselho de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa - CEDEPI - vem a público manifestar-se contrário a qualquer alteração no conteúdo do Estatuto do Idoso. Posição também adotada pelos Fóruns Nacional, Estadual e Municipal de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa.

“O que os idosos se preocupam é com a retirada do direito já assegurado pelo Estatuto. Como será o controle desses 40%? E se a casa de espetáculo afirmar que não há mais ingressos de meia-entrada?”, questiona Maria Isabel Bauer, representante da APÓS-FURNAS no Conselho Estadual de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa (CEDEPI) e no Fórum de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa.

Em abril, a proposta foi aprovada na Comissão de Constituição e Justiça da Casa, podendo ir direto

para a apreciação do Senado, mas por causa do descontentamento dos idosos, a expectativa é que seja apresentado recurso para que a matéria seja apreciada antes pelo plenário da Câmara.

No último dia 27 de maio, uma audiência pública,

realizada na Comissão dos Direitos Humanos (CDH) e presidida pelo senador Paulo Paim, levou ao local centenas de manifestantes com faixas e cartazes contrários ao novo projeto.

Entre eles, **Maria Isabel Bauer** e **Delfina Maria Carvalho Simões** - representantes da APÓS-FURNAS no Conselho Estadual de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa (CEDEPI) e no Fórum de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa. “Acho que os representantes da Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa também deveriam se manifestar de forma contrária a esse desrespeito à nós e lembrar aos políticos o que consta no Estatuto do Idoso”, alegaram.

A proposta de lei, criada pelo senador Eduardo Azeredo, tem como finalidade limitar o número de ingressos vendidos a custo reduzido, com base na alegação de artistas e empresários do meio artístico de que os indivíduos que pagam o valor inteiro acabam comprando os ingressos com preços mais altos. A lei que contraria o Estatuto dos Idosos, ainda tramita na Câmara dos Deputados.

Durante a audiência, os participantes aproveitaram para defender outros direitos dos aposentados, como o fim do fator previdenciário e o instituto da desaposentadoria. O deputado Paulo Paim defendeu uma política de valorização do benefício do aposentado e pensionista, tal como foi feito com o salário mínimo.

## FIQUE POR DENTRO



### Bazar do Dia das Mães



A ganhadora do prêmio e a expositora entre as diretoras sociais Olinda Maria e Isaura Brandão

Na semana de 6 a 10 de maio, das 10 às 15h, aconteceu no pilotis do bloco C de Furnas, mais um Bazar do Dia das Mães, organizado pela APÓS-FURNAS.

O objetivo do bazar é que cada participante - associado ou dependente - mostre o seu talento expondo peças feitas à mão. No final da semana, os expositores montaram uma cesta com seus produtos artesanais e a sortearam entre os clientes. A ganhadora deste ano foi Lorena Bezerra. Parabéns!

### Evento CBOU

Aconteceu no dia 25 de maio, mais um divertido encontro dos integrantes do CBOU (Curso Básico de Operador de Usinas Termelétricas). O almoço foi na churrascaria Rondinella e rendeu muitas histórias e lembranças.

### Brindes aos associados

Associados do Rio de Janeiro ainda poderão retirar seu brinde personalizado da APÓS-FURNAS na sede administrativa. A data limite é até 1º de agosto de 2013. Nosso endereço é Rua Real Grandeza, 219, Prédio Anexo, Sala 202 - Botafogo. De 9:00 às 16h:30.

### Cidadão Itaperunense



Representantes do Poder Legislativo de Itaperuna posam ao lado de Claudio Lombardi

É com enorme prazer que a APÓS-FURNAS parabeniza o associado Claudio Lombardi pelo título de Cidadão Itaperunense. A cerimônia aconteceu no dia 10 de maio e o título foi conferido a ele pelo Poder Legislativo de Itaperuna e promulgada pela Presidência da Câmara Municipal.

### Todo cuidado é pouco

Aproveitamos para alertar os nossos associados e pensionistas sobre correspondências, que vêm sendo enviadas por associações, propondo ingresso em processos contra a Previdência Social. Mais uma vez, alertamos: Cuidado com o canto da sereia!

### Atenção associados

Para que você fique a par de tudo o que acontece na APÓS-FURNAS precisamos de sua contribuição, mantendo o seu cadastro sempre em dia.

Para facilitar a atualização frequente de seus dados, envie e-mail para [aposfurnas@aposfurnas.org.br](mailto:aposfurnas@aposfurnas.org.br) ou ligue para a nossa Associação (21. 2528-5024). Seu endereço completo, telefones atuais e e-mails são dados importantes para nós.

## Revivendo FURNAS de volta à Funil



No dia 14 de maio, os visitantes registraram a Barragem de Funil



No dia 13 de junho, o grupo em momento alegre

Nos dias 14 de maio e 13 de junho, mais dois grupos do projeto “Revivendo Furnas” puderam ver de perto as maravilhas da Usina Hidrelétrica de Funil. Após a saída do Rio de Janeiro pela manhã, a programação incluiu almoço em uma churrascaria, seguida pela chegada à Funil. Uma ótima e prazerosa oportunidade de reunir antigos colegas de trabalho e apreciar novas paisagens.

A iniciativa de promover os passeios partiu de FURNAS, com parceria da APÓS-FURNAS e ASEF. Se você ainda não teve oportunidade de ir à Usina de Funil, faça a sua inscrição para a próxima visita, que acontecerá no mês de agosto.

## XIV Congresso da ANAPAR

O XIV Congresso Nacional dos Participantes da ANAPAR e a Assembleia Geral Anual aconteceram nos dias 16, 17 e 18 de maio, no Centro de Convenções do Sheraton Vitória Hotel, em Vitória (ES). O evento foi aberto a todos os participantes de fundos de pensão, mas apenas os delegados puderam participar da Assembleia Geral. A APÓS-FURNAS também esteve presente, através de seus representantes Adilson dos Santos Carreira e Agildo da Silva Meireles.

O XIV Congresso teve quatro painéis onde foram abordados: conjuntura econômica, política e social; panorama da previdência pública no Brasil e no mundo; panorama da previdência complementar e fomento do sistema e aspectos jurídicos da previdência complementar. Além do lançamento da cartilha: “Boas Práticas de Atuária”, elaborada pela PREVIC.

Já a Assembleia Geral foi realizada nos dias 17 e 18 de maio e os associados discutiram e deliberaram sobre o balanço de 2012, orçamento de 2013, relatório de atividades da diretoria, plano de ação para 2013 e a Eleição da Direção da ANAPAR para o triênio 2013/2016.

## De cara nova

A APÓS-FURNAS vem investindo em conforto para os seus associados. Na nova sala de recepção da sede administrativa (Rua Real Grandeza) da associação foi instalado um aparelho de TV LED de 32 polegadas.

A TV foi acoplada a uma antena parabólica, em substituição ao antigo aparelho analógico. A intenção é dar mais conforto àqueles que visitam a nossa sede. A diretoria promete mais novidades. Aguardem!

## Novo Estatuto da APÓS-FURNAS

Sob a coordenação de Sonia Maria Felix de Oliveira, a Comissão responsável pela reforma do Estatuto da APÓS-FURNAS vem se reunindo regularmente.

A intenção da mudança é atender, cada vez mais, à Associação e seus associados. Em breve, a minuta do Estatuto será disponibilizada no site da APÓS-FURNAS.



## IDOSO, FIQUE LIGADO NOS SEUS DIREITOS

**Lei permite que idosos, internados ou em observação, tenham acompanhante e, ambos, direito à três refeições diárias. Mas, fique atento se o hospital ou clínica conta com a infraestrutura necessária para prestar esses serviços.**

Todos sabem que o direito dos idosos, principalmente os hospitalares, muitas vezes não é respeitado pelo Sistema Único de Saúde (SUS) ou pelos planos de saúde. Porém, de acordo com o artigo 16, capítulo IV, da Lei nº 10.741, do Estatuto do Idoso, de 1º de outubro de 2003, todo idoso, internado ou em observação, tem direito a um acompanhante e, o órgão de saúde, é obrigado a proporcionar condições adequadas para a permanência dele em tempo integral. Isso quer dizer que o hospital é obrigado a liberar a pernoite e também três refeições ao idoso e seu acompanhante, independente do plano de saúde contratado. Mas, é claro, isso depende da infraestrutura do hospital.

O PLAMES oferece esse tipo de cobertura, independente da idade do paciente e, para fazer jus ao serviço, há duas formas: se o hospital fornecer as refeições, a despesa vem na conta hospitalar. E se o hospital só tiver estrutura para as refeições do paciente, a instrução é que o acompanhante faça as refeições fora do hospital e, posteriormente, dê entrada no pedido de reembolso apresentando Notas / Cupom Fiscal do valor da refeição, além de uma cópia da Autorização de Internação.

O valor do reembolso é de R\$ 16,00 por refeição e, é importante ressaltar, que os usuários façam o uso correto do PLAMES para evitar gastos extras e demais complicações.

A lei esclarece que a alimentação do acompanhante nos hospitais do SUS ou pelo plano de saúde é um direito do idoso e, por isso, precisa ser respeitada. Caso a garantia não seja observada pelos hospitais ou pronto socorros, o usuário pode fazer uma reclamação ao disque Saúde 0800 61 1997, na Saúde Legal ou reunir todos os comprovantes de alimentação nos restaurantes dos hospitais e cobrar posteriormente do poder público judicialmente.

O Estatuto do idoso, estabelece que os idosos gozam dos direitos fundamentais inerentes à pessoa humana e que é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar-lhes, com prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à dignidade, ao respeito e a convivência familiar e comunitária.

## VOTO CONTRÁRIO

A APÓS-FURNAS declarou seu **voto contrário** à aprovação das contas dos administradores, do Relatório da administração e das demonstrações financeiras do exercício de 2012 de FURNAS.

Durante as Assembleias Geral Extraordinária e Ordinária, realizadas no mesmo dia 29 de abril, a APÓS-FURNAS foi veemente contra a Reforma do Estatuto Social de FURNAS.

Um dos motivos do voto contrário da Associação e de outros acionistas minoritários é o engessamento da gestão da empresa, que se vê – mais uma vez – subordinada diretamente a ELETROBRAS e ao DEST.

Após as manifestações contrárias, a acionista ELETROBRAS propôs a alteração do Estatuto Social de FURNAS apenas no Artigo 5º, a fim de refletir a homologação do aumento de seu Capital Social.

## FRG EM ELEIÇÃO

O processo eleitoral para a escolha do Conselho Deliberativo e Diretoria Executiva da FUNDAÇÃO REAL GRANDEZA teve início. Humberto Ferreira da Costa, vice-diretor presidente da APÓS-FURNAS foi indicado como Representante da CCE - Comissão Coordenadora Eleitoral.

A APÓS-FURNAS reitera a importância de todos os seus associados participarem deste momento de novos rumos não deixando de votar.

As cédulas e as instruções para votação serão enviadas pelo Correio e, após o seu voto, deverão ser encaminhadas a FRG também via Correio. Qualquer dúvida, acesse o site da FRG: [www.frg.com.br](http://www.frg.com.br)

Vote consciente!

## CONHEÇA A FISIOTERAPIA PREVENTIVA

Atenção: Informe-se, anteriormente, com o seu plano de saúde o número limite de sessões/ano que é disponibilizado à você



A chegada da terceira idade vem acompanhada de um corpo mais frágil e nem sempre permite a prática de exercícios físicos. Mas, para quem não sabe, um bom fisioterapeuta pode ajudar a prevenir que problemas surjam ou se agravem, dando mais qualidade de vida para o idoso.

A fisioterapia preventiva engloba exercícios físicos e respiratórios e pode ser feito até na água – é a hidroterapia. “Como prevenção de problemas, a fisioterapia age na água, academia de ginástica, domicílio ou no próprio espaço onde a pessoa trabalha. Sempre fazendo as adaptações e regulagens apropriadas de cadeiras, mesas, posturas e aparelhos para que ocupem um espaço que não exija esforço”, explica Viviane de Castro, formada há 10 anos, em fisioterapia pela IBMR, com especialização em Estabilização Vertebral e Mobilização Neural. Já a fisioterapia clínica, procura o alívio de problemas já existente como inflamações, dores, problemas ortopédicos e neurológicos.

Tudo isso pode ser aliado também a outras técnicas, como pilates, RPG, massagens e acupuntura. Esses exercícios trazem vários benefícios: ajudam no controle da insônia, ansiedade, depressão, pressão arterial, dores articulares e musculares. Além de melhorar a flexibilidade do corpo, coordenação, equilíbrio, concentração, postura e aumentar a autoestima.

Não há contraindicações. Mas quem tem problema de saúde ou sente qualquer desconforto deve

procurar primeiramente um médico. Ao iniciar a fisioterapia também é realizada uma análise completa do estado físico do idoso.

### O que é?

A fisioterapia preventiva é uma série de exercícios físicos e respiratórios realizados por fisioterapeutas que servem até como alternativa ao exercício físico.

### Por que fazer?

Nas idades mais avançadas é comum haver diminuição da função motora e surgirem doenças degenerativas, que podem dificultar a prática de atividades físicas tradicionais e até prejudicar a qualidade de vida do idoso.

### As opções

A fisioterapia clínica, feita geralmente com indicação médica usa terapias e técnicas manuais para alívio de problemas já existentes, como inflamações, dores, problemas ortopédicos e neurológicos. Outra opção é a hidroterapia: técnica realizada na piscina aquecida com o uso de aparelhos.

### Vantagens

Os exercícios ajudam a prevenir doenças, como a hipertensão arterial, diabetes, osteoporose e tendinites, doenças cardíacas, artrose, hérnias e bursites. E, ainda, colaboram no controle da insônia, ansiedade, depressão, dores nas articulações e músculos, além de melhorar a flexibilidade, equilíbrio, coordenação, concentração, postura, relaxamento muscular. Também aumentam a autoestima.

### Alternativas

É comum os fisioterapeutas trabalharem com tratamentos alternativos como acupuntura, massagens com pedras quentes e pilates, com ótimos resultados.

### Cuidados

Quem está bem de saúde pode procurar um fisioterapeuta como alternativa ao exercício físico - o idoso irá passar por uma avaliação física. Para quem sente dores ou tem algum problema de saúde, o melhor é ser encaminhado por um médico.

## A SUA PREVIDÊNCIA



## STF DERRUBA SISTEMA DE PAGAMENTO DE PRECATÓRIOS DE VIGENTE DESDE 2009

O Supremo Tribunal Federal (STF) derrubou grande parte da emenda à Constituição que alterou, em 2009, o regime de pagamento de precatórios, que são títulos da dívida pública reconhecidos por decisão judicial definitiva. Estima-se que cerca de 1 milhão de credores tenham mais de R\$ 90 bilhões a receber de estados e municípios.

Os ministros já haviam derrubado parte da emenda e analisaram o regime especial criado com a reforma, que permitia o pagamento em até 15 anos, a realização de leilões para priorizar o credor disposto a dar mais desconto e a reserva no orçamento de estados e municípios entre 1% e 2% para quitação das dívidas.

Para a maioria dos ministros, não é possível manter o novo regime porque ele prejudica o cidadão, permitindo o parcelamento e a redução de uma dívida que deveria ser paga integralmente e de forma imediata, no ano seguinte à expedição do precatório. Também houve críticas ao comprometimento da autoridade judicial, uma vez que as decisões deixam de ser cumpridas integralmente.

Para a Corte, o Congresso Nacional precisa encontrar outra saída que não seja a regra nova em a anterior. Com a derrubada da emenda, a valer as regras

da Constituição de 1988. “Não se trata de escolher entre um e outro regime perverso, temos que achar outras soluções”, sintetizou a ministra Rosa Weber. A regra anterior previa o pagamento imediato, mas era frequentemente descumprida por estados e municípios, que não sofriam qualquer sanção.

O Supremo começou a analisar o caso em 2011, com o voto do relator, ministro Carlos Ayres Britto. Ele criticou a má gestão do dinheiro público, lembrando que muitos estados e municípios gastam mais com publicidade que com o pagamento de precatórios. Após pedido de vista, Luiz Fux devolveu o processo este ano, acompanhando o relator.

“A criatividade dos governantes tem que funcionar de acordo com a Constituição, sem despejar nos ombros do cidadão o ônus de um problema que nunca foi seu”, disse Fux nesta tarde. Ele defendeu formas alternativas de solucionar os débitos, como pedidos de empréstimos para a União. Seguiram Britto os ministros Rosa Weber, Cármen Lúcia, Celso de Mello e o presidente Joaquim Barbosa.

A divergência foi aberta ainda na semana passada pelo ministro Gilmar Mendes. Ele entendeu que as novas regras foram uma “vitória”, pois estados e municípios estavam conseguindo quitar as dívidas. Para o ministro Teori Zavascki, embora o novo regime não seja ideal, é um avanço em relação ao anterior, que não colocava percentuais de reserva no orçamento nem punições para quem não cumpria os pagamentos. Dias Toffoli também seguiu a divergência.

O ministro Marco Aurélio deu um voto médio. Ele concordou com algumas alterações da lei, como a adoção do prazo de 15 anos para vigência do regime especial – mas não mais que isso. No entanto, ele discordou que as regras especiais sejam aplicadas a precatórios a vencer. Posicionou-se contrário também ao método do leilão, que considerou uma “maldade” com os credores. Para o ministro, a única regra possível de pagamento é a ordem cronológica.

O ministro Ricardo Lewandowski também deu um voto médio. Ele disse que o regime especial não deve passar de 15 anos (e apenas com precatórios já devidos), mas não fez qualquer objeção ao sistema de leilões.

**Repórter da Agência Brasil**

## PERFIL ALNO MARQUES JUNIOR



## NO BALANÇO DA REDE

Aos 63 anos, Alno vive sorrindo à toa com os amigos e não dispensa os hábitos saudáveis



Em pé, de boné e óculos escuros, Alno é pura alegria

O tom de pele bronzeado e o sorriso estampado não nos deixam dúvida: Alno sabe curtir a vida. Formado em engenharia eletrônica, entrou em FURNAS como estagiário, em 1974. Deixou a empresa como Gerente da Área de Manutenção de Equipamentos Eletroeletrônicos do Departamento de Operações do Sistema e, no ano de 2001, aposentou-se. “FURNAS foi meu segundo estágio e único emprego. Tudo o que eu sou devo a essa empresa”, conta ele com os olhos marejados.

A única reclamação é com o descaso com o Plano de Saúde dos aposentados e enfatiza a importância da APÓS-FURNAS na luta por melhorias.

Com um casal de filhos e cinco netos, Alno sempre

foi apaixonado por esporte, principalmente, o futebol de praia. Morador de Copacabana, ele fez diversas amizades por ali, até que alguém o convidou para uma partida de vôlei. “Não foi amor à primeira vista, nesse dia caí de cara na areia e fui embora envergonhado”.

Nesta época, já há alguns anos aposentado, Alno foi diagnosticado com câncer e passou por uma cirurgia no intestino. Com isso, a prática do esporte teve que esperar ainda mais um pouco. “Hoje, brinco aqui na rede com meus amigos todos os dias de manhã. Esse vôlei para mim é o plano de saúde mais barato que existe!”, comemora ele.

Os primeiros saques na rede, batizada de Vovôley, aconteceram em 2007. Os convites dos amigos começaram a ser cada vez mais frequentes e Alno se tornou um dos três coordenadores do esporte. “Temos cerca de 40 associados e os filhos dos sócios podem sempre jogar com a gente sem nenhum custo”. Para a manutenção do espaço é cobrado uma mensalidade de R\$30,00 e algumas normas devem ser cumpridas.

Para finalizar, Alno manda uma mensagem aos ex-companheiros de FURNAS: “Não fique em casa achando que a vida está acabando. Venha renascer aqui no nosso vôlei”. A rede fica em frente ao número 2536, na Avenida Atlântica, em Copacabana. Os interessados podem acessar o blog [vovoley@wordpress.com](mailto:vovoley@wordpress.com) ou mandar e-mail para [alno@globo.com](mailto:alno@globo.com)

## APÓS-FURNAS QUER TE OUVIR

Na próxima edição do jornal O Elo, gostaríamos de publicar as suas dúvidas, elogios, críticas ou sugestões. Mande o seu comentário para o APÓS-FURNAS pelo Correio, internet ([aposfurnas@aposfurnas.org.br](mailto:aposfurnas@aposfurnas.org.br)) ou pelo fax (21) 2286-8267 e nós responderemos. Nosso endereço é Rua Real Grandeza, 219, prédio anexo, sala 202 - Botafogo - Cep 22281-035. Aproveite e visite o nosso site [www.aposfurnas.org.br](http://www.aposfurnas.org.br).

A APÓS-FURNAS se reserva o direito de publicar ou não as questões enviadas, após análise de conteúdo.

# O ELO



BOLETIM INFORMATIVO DA APÓS-FURNAS

Os artigos assinados são de responsabilidade dos seus autores e não representam, necessariamente, a opinião deste informativo.

**Colaboradoras** Edilane Espinosa e Rejane Paranhos  
**Jornalista responsável** Tatiana Guedes MTB 21307  
**Impressão** 4.000 exemplares

## ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DE FURNAS

**Sede Administrativa** Rua Real Grandeza 219 Prédio Anexo sala 202 - Botafogo - Rio de Janeiro - RJ - Cep:22281-035  
 Telefones: (21) 2528.5024 | 4477 | 4999 | Fax: 2286.8267  
**Sede Social** Rua Diniz Cordeiro 26, Rio de Janeiro - RJ Cep:22281-100 |  
 Telefone: (21) 2579.3852  
[www.aposfurnas.org.br](http://www.aposfurnas.org.br) • [aposfurnas@aposfurnas.org.br](mailto:aposfurnas@aposfurnas.org.br)

**Diretoria Executiva:** **Diretor Presidente** Alfredo de Azevedo Alves • **Vice-Diretor Presidente** Humberto Ferreira da Costa • **Diretora Social** Isaura Ferreira Brandão • **Vice-Diretora Social** Olinda Maria Campos da Silva • **Diretor Administrativo** Paulo Roberto Nogueira • **Vice-Diretor Administrativo** Sylvio Amaro da Silva Filho • **Diretor Financeiro** Mario Pasquale Bellafrente • **Vice-Diretor Financeiro** Helton Gama de Carvalho