

CAMINHADA NA GUERRA CONTRA O SEDENTARISMO

Saiba mais • **Página 02 >>>**

“A SUA PREVIDÊNCIA” EXPLICA A REVISÃO DOS AUXÍLIOS

Saiba mais • **Página 07 >>>**

“A DOENÇA DO PLANO DE SAÚDE” - CAP. II

No O ELO nº148, publicamos um editorial alertando sobre a importância das mudanças no Plano de Saúde - PLAMES e, um ano depois, repetimos nesta edição a mesma matéria, só alterando as datas e os percentuais dos índices de reajustes. Nada mudou.

A Real Grandeza demonstrou, em fevereiro de 2013, mês do carnaval - “em que todos dançam”- os novos valores das mensalidades do PLAMES, com um reajuste de **26% (média)**, aprovado pelo Conselho Deliberativo, para ser aplicado já no contracheque de março. A Fundação Real Grandeza justificou, como sempre, esse aumento como sendo abaixo do reajuste necessário para o equilíbrio do plano, que seria de **45,02%**. Essa diferença foi complementada com a utilização de recursos adicionais do **FESP - Fundo Especial do Plames**.

Entendemos que o aumento de 26% (média), é bastante elevado e este é o motivo da constante cobrança da APÓS-FURNAS da premência para a implantação de um plano mais adequado, pois o atual vem inviabilizando a permanência de muitos de seus beneficiários. Mesmo tendo sido criado um grupo de trabalho, coordenado por FURNAS, não se conseguiu implantar o plano de reestruturação, elaborado por uma empresa de consultoria contratada com essa finalidade. **O PLAMES corre um sério risco de acabar.**

Quanto ao **AMAP - APOIO MÉDICO AOS APOSENTADOS E PENSIONISTAS DAS EMPRESAS DO SISTEMA ELETROBRAS**, a APÓS-FURNAS, APEL, AAPE, APOSEN e APOSCHESF, associações

de aposentados ligadas ao sistema ELETROBRAS, em mais uma tentativa entregaram em 2011, cópia de um abaixo assinado com mais de **6 mil assinaturas** aos dirigentes das suas respectivas empresas da ELETROBRAS, do Departamento de Coordenação e Governança das Empresas Estatais - DEST e do Ministério de Minas e Energia, solicitando providências e celeridade no processo de aprovação e implantação desse programa. Foi concluído, nos primeiros meses de 2012, um relatório final elaborado por um grupo de trabalho, com assessoria de uma empresa de consultoria.

Em **13 de abril de 2012**, as associações de aposentados participaram da entrega desse relatório ao Presidente da ELETROBRAS, para que fosse encaminhado para aprovação do Conselho de Administração da holding. Como nada aconteceu, em **26 de novembro de 2012**, esse mesmo grupo entregou uma nova carta, reiterando o pedido de encaminhamento do programa ao Conselho de Administração. Até agora nada! Não é possível conviver com atitude de indiferença, mantida por quem tem o dever de decidir.

Mais uma vez, reiteramos a importância da participação de todos nessa luta.

Oldegar Sapucaia

Presidente da APÓS-FURNAS



PARA USO DOS CORREIOS		Reintegrado ao Serviço Postal em:
<input type="checkbox"/> Mudou-se <input type="checkbox"/> Endereço insuficiente <input type="checkbox"/> Não existe o nº indicado <input type="checkbox"/> Desconhecido <input type="checkbox"/> Recusado	<input type="checkbox"/> Não procurado <input type="checkbox"/> Ausente <input type="checkbox"/> Falecido <input type="checkbox"/> Inf. escrita por terceiros <input type="checkbox"/>	 / / Assinatura e número do entregador

CAMINHAR É UM SANTO REMÉDIO

No dia 19 de fevereiro, comemoramos o Dia do Esportista. Pensando nisso, a nossa sugestão é a prática de caminhada leve para aqueles que pretendem começar uma atividade física diária.

Um recente estudo realizado pela Universidade de Maastricht, na Holanda, constatou que caminhadas em ritmo frequente e por longos períodos de tempo tendem a ser mais benéficas do que treinos intensos. Entre as vantagens da caminhada – não somente para a pessoa idosa, como para qualquer idade – estão:

- Melhora na circulação e na atividade do coração, além de diminuir os riscos de problemas cardíacos;
- Redução de gorduras localizadas e é uma excelente opção para quem é sedentário e quer começar um programa de exercícios;
- Com a caminhada, o risco de lesão é pequeno, já que a atividade é de intensidade baixa.

Segundo especialistas no assunto, os riscos da caminhada são quase que inexistentes. Mas eles podem aparecer se a pessoa não tiver acompanhamento médico ou o ritmo da caminhada for pesado. Os batimentos do coração não podem ultrapassar 75% a 80% da frequência normal.



Para calcular a sua frequência cardíaca ideal, os médicos costumam recomendar usar a fórmula: $220 - \text{idade} = \text{frequência cardíaca total (100\%)}$. Na dúvida, consulte um médico. Outro dado importante de ser levado em consideração é que uma pessoa sedentária corre mais riscos do que uma pessoa ativa, tanto na caminhada como em outras atividades físicas.

Período mínimo para fazer efeito

- De três a cinco vezes por semana, 30 minutos ao dia.
- Para quem estiver começando, o ideal é alternar um dia de descanso com um dia de exercício.

Gasto calórico médio

- De 200 a 400 kcal/hora

Observação: A queima das gordurinhas depende do sexo, idade, metabolismo e condicionamento físico da pessoa.

Quem deve fazer

- Todos que tenham passado por uma consulta médica. •

HOMENAGEM AO DIA DO APOSENTADO

Em 24 de Janeiro, comemora-se o Dia Nacional do Aposentado e a APÓS-FURNAS parabeniza a todos!

"Por muito tempo eu pensei que a minha vida fosse se tornar uma vida de verdade. Mas sempre havia um obstáculo no caminho, algo a ser ultrapassado antes de começar a viver. Aí sim, a vida de verdade começaria. Por fim, cheguei a conclusão de que esses obstáculos eram a minha vida. Essa perspectiva tem me ajudado a ver que não existe um caminho para a felicidade. A felicidade é o caminho! Assim, aproveite todos os momentos que você tem. E aproveite-os mais se você tem alguém especial para compartilhar; e lembre-se que o tempo não espera ninguém.

Portanto, pare de esperar...

até que você volte para a faculdade;

até que você perca 5 quilos;

até que se case;

até que você tenha comprado um carro ou uma casa nova;

até que você esteja aposentado;

...não há hora melhor para ser feliz do que AGORA MESMO. Lembre-se: Felicidade é uma viagem, não um destino"

Autor: Alfred Henfil

FIQUE POR DENTRO



Homenagem ao Dia do Aposentado



Para comemorar o Dia Nacional do Aposentado, a APÓS-FURNAS preparou uma tarde bem especial para os seus associados. Realizado, em 30 de Janeiro, no Auditório de FURNAS, o evento teve início às 14h com breve discurso de agradecimento do Presidente Oldegar Sapucaia, seguido por uma apresentação do Coral da Associação.

Logo depois, o cantor Marco Vivan subiu ao palco e cantou com o público sucessos dos anos 70 e 80. A diversão foi encerrada com um coquetel no mesmo local.

APÓS-FURNAS no CIRG

O Conselho Deliberativo da APÓS-FURNAS aprovou a indicação de **Ivan Cunha Mourão** como representante no Comitê de Investimentos da REAL GRANDEZA - CIRG. O órgão tem como finalidade analisar, aprovar e monitorar a aplicação dos recursos da FUNDAÇÃO.

Brindes

Como já divulgado por aqui, a APÓS-FURNAS preparou um brinde especial para seus associados. Para facilitar a entrega, no Rio de Janeiro os associados deverão comparecer à associação, pessoalmente. Já os associados das demais áreas receberão pelo Correio, e somente em Cabo Frio, Passos e Angra dos Reis os presentes estão sendo entregues através dos representantes de cada área.

Esperança de um novo Plano de Custeio

Após obter as devidas aprovações das Patrocinadoras e do Órgão Fiscalizador das Empresas Estatais (DEST), a Real Grandeza encaminhou a PREVIC - no último dia 13 de dezembro - a documentação necessária para apreciação prévia da proposta de alteração regulamentar do novo custeio do Plano DB, conforme exige a legislação.

Através de nota, a Real Grandeza informou que o Conselho Deliberativo aprovou um novo Plano de Custeio em novas bases, em que se elimina os excessos contributivos, fixando as taxas de contribuição dos participantes assistidos em um terço das taxas estabelecidas para os participantes ativos, restabelecendo a proporção de contribuição vigente desde 1979.

Em 28 de janeiro, a PREVIC solicitou a Real Grandeza que encaminhasse a documentação definitiva para finalizar o processo de análise. Ainda através de nota, a Real Grandeza informou aos participantes e assistidos que toda documentação seria enviada o mais breve possível, para que o Novo Custeio seja uma realidade.

Visitação à Usina

Em parceria com FURNAS e ASEF, a APÓS-FURNAS levará um grupo de associados do Rio de Janeiro para conhecer a Usina Hidrelétrica de FUNIL. A visita será no dia 14 de março e, segundo os organizadores, pode se tornar uma prévia para futuros passeios por outras Usinas.

Justiça comum pode julgar casos de Previdência Complementar Privada

O Supremo Tribunal Federal (STF) decidiu, no dia 20 de fevereiro, que cabe à Justiça Comum julgar processos decorrentes de contrato de Previdência Complementar Privada. A decisão ocorreu nos Recursos Extraordinários (RES) 586453 e 583050, de autoria da Fundação Petrobras de Seguridade Social (Petros) e do Banco Santander Banespa S/A, respectivamente.

A matéria teve repercussão geral reconhecida e, portanto, passa a valer para todos os processos semelhantes que tramitam nas diversas instâncias do Poder Judiciário.

O Plenário também decidiu modular os efeitos dessa decisão e definiu que permanecerão na Justiça do Trabalho todos os processos que tiverem semelhança de mérito até o presente. Assim, todos os demais processos que tramitam na Justiça Trabalhista, mas ainda não tenham sentença de mérito, a partir de agora deverão ser remetidos à Justiça Comum.

Sobre Amor

A terceira idade está cada vez mais presente na mídia. Prova disso são as inúmeras histórias, reais ou não, contadas sobre os idosos em novelas, documentários, comerciais e até filmes. Esse ano, Hollywood deu o Oscar de Melhor Filme Estrangeiro para o francês Amor (Amour), do diretor austríaco Michael Haneke.

A comovente história de um casal de octogenários lutando contra a doença terminal de um deles, começou sua jornada de premiações em Cannes. No Bafta, prêmio do cinema britânico, levou os prêmios de melhor atriz e melhor filme de língua estrangeira.

No entanto, sua maior vitória, foi o fato raro de ser indicado aos prêmios de melhor filme e melhor filme estrangeiro ao mesmo tempo.

56 Anos de FURNAS

Realizada em 28 de fevereiro, a comemoração dos 56 anos de FURNAS contou com a presença do Diretor Presidente da APÓS-FURNAS, Oldegar Sapucaia.

O processo de reorganização estrutural da empresa foi bastante mencionado pelo presidente, Flávio Decat. Segundo ele, o maior desafio está sendo renovar-se sem perder a excelência de seu corpo técnico.

Decat lembrou os resultados alcançados com as medidas que vêm sendo tomadas desde 2011 para reduzir custos, aumentar sinergias e dar mais competitividade à empresa. “Todo esse ajuste já apresenta resultados. Em 2012, investimentos R\$ 2,63 bilhões, o maior montante dos últimos 12 anos e que representou recorde de execução de 91% sobre o orçamento previsto para o ano. Foram investidos R\$ 665 milhões no reforço, manutenção e implantação de novos empreendimentos de transmissão. Outros R\$ 265 milhões foram investidos na área de meio ambiente e infraestrutura. O parque gerador recebeu cerca de R\$ 1,7 bilhão, destacando-se as parcerias nas usinas de Santo Antônio e Teles Pires e as conclusões de Simplício e Batalha”, finalizou.

Utilidade Pública

Quando você quiser saber se seu remédio já possui genérico ou similar, bem como obter esclarecimentos sobre preços em todo o país, basta digitar [http://: www.consultaremedios.com.br/](http://www.consultaremedios.com.br/) (mais o nome do remédio desejado).

Site da Previdência

O seu comprovante de rendimentos pode ser consultado pela internet. Basta acessar o site www.previdencia.gov.br, clicar em Extrato para Imposto de Renda, tendo em mãos o número do benefício, data de nascimento, nome e CPF.

Apoio à amamentação

A partir de janeiro, as mães que trabalham na FRG, FURNAS, CAEFE, CECREMEF, ASEF e APÓS-FURNAS passaram a contar com um apoio especial para coletar e armazenar o leite materno. Exclusivamente para elas, foi disponibilizado um espaço com toda a infraestrutura necessária para que as mães não interrompam a amamentação de seus bebês.

De forma adequada, o leite retirado é armazenado para que, no fim do expediente, as mães possam levá-los para casa e oferecê-los aos filhos. A bela iniciativa partiu do Comitê Pró-Equidade de Gênero e Raça da Real Grandeza. A sala está localizada no 5º andar do edifício-sede da Fundação (Rua Mena Barreto, 143) e o horário de funcionamento é das 8h às 17h30, mediante apresentação do crachá.

Isenção do Imposto de Renda

A APÓS-FURNAS tem recebido telefonemas para tirar dúvida quanto às doenças que isentam o cidadão do Imposto de Renda. Para esclarecer de forma resumida, listamos abaixo todas as doenças consideradas graves. Mais detalhes, leia matéria completa na página 06.

AIDS

Alienação mental

Cardiopatias graves

Cegueira

Contaminação por radiação

Doença de Paget em estados avançados

Doença de Parkinson Esclerose múltipla

Espondiloartrose anquilosante

Fibrose cística (Mucoviscidose)

Hanseníase

Nefropatia grave

Hepatopatia grave

Neoplasia maligna

Paralisia irreversível e incapacitante

Tuberculose ativa

Assembleia Geral Ordinária: Participe!

Está marcada para o **dia 21 de março de 2013** - quinta-feira - às 9h30, no auditório de FURNAS, Rua Real Grandeza 219 - 2º andar, em Botafogo, a **Assembleia Geral Ordinária da APÓS-FURNAS**.

Na ocasião, serão apresentadas as **Contas e Balanços Contábeis do exercício de 2012 e o Orçamento Geral para 2013**. Em seguida, será realizada a eleição e posse dos novos Diretores e Conselheiros para a gestão 2013/2015.

A participação de todos é extremamente importante, porque é o momento em que os rumos da APÓS-FURNAS serão decididos. É nesta hora que você pode influir na condução da sua entidade, debater e propor novos caminhos.

Eleito novo Presidente da CAEFE

No último dia 11 de março, Oldegar Sapucaia foi empossado Presidente da CAEFE (Caixa de Assistência dos Empregados de FURNAS e ELETRONUCLEAR).

Com maioria absoluta dos votos, Oldegar irá exercer o mandato até março de 2014. Boa sorte!

APÓS-FURNAS no facebook



Para quem ainda não sabe, a APÓS-FURNAS também está no facebook. Acesse nossa página, curta nossas fotos e participe ativamente da sua associação. Estamos esperando por vocês!

Atenção Associado

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, envie e-mail para aposfurnas@aposfurnas.org.br ou ligue para a nossa associação (21. 2528-5024).

Endereço completo, telefones atuais e e-mails são dados importantes e facilitam a nossa comunicação.

NÃO À VIOLÊNCIA CONTRA OS IDOSOS

Aumento de violência contra idosos nos faz refletir: Até quando vamos permitir tanta covardia?

De janeiro a novembro de 2012, o **Disque 100** da Secretaria de Direitos Humanos da Presidência – registrou mais de 21 mil denúncias de violência contra idosos.

Divulgados recentemente na mídia brasileira, esses números são alarmantes, mas se pensarmos no volume de pessoas que se cala diante da violência, a situação piora ainda mais. Pensando nisso, a ministra da SDH (Secretaria de Direitos Humanos da Presidência), Maria do Rosário, garantiu que pretende aumentar o número de conselhos municipais do idoso no país. A ideia é implantar uma política para o envelhecimento saudável, com base em modelos como o da Lei Maria da Penha e dos conselhos tutelares.

Os crimes mais denunciados são negligência e violência psicológica, seguida por abuso financeiro e econômico, além da violência física. E, em quinto lugar, vêm outros crimes, como o abandono.

A ministra declarou à imprensa nacional que a triplicação dos casos pode ser explicada, em parte, pela introdução recente desse tipo de registro no

sistema. Só a partir de 2011, o **Disque 100** passou a contabilizar as denúncias de violação de direitos humanos especificamente contra idosos.

Vale destacar que para completar a ligação e fazer a sua denúncia deve-se insistir bastante.

Segundo ela, a situação se complica ainda mais porque, geralmente, as denúncias chegam através de terceiros – já que a maioria das violências é feita por parentes das próprias vítimas e eles tentam protegê-los. “Estamos trabalhando para fomentar mais delegacias especializadas e apoio por meio dos sistemas de assistência social. Já que não há uma rede de conselhos como para crianças, devemos ter uma rede protetiva por meio de policiais mais atentos, serviços socioassistenciais e de saúde”, diz Maria do Rosário.

Dados do IBGE mostram que a população de idosos cresce de forma acelerada. Estima-se que até 2020 o país tenha 40 milhões de pessoas acima de 60 anos. Se tornando, então, o sexto país com mais idosos no mundo. •

ISENÇÃO DO IMPOSTO DE RENDA PESSOA FÍSICA

Os portadores de doenças graves são isentos do Imposto de Renda desde que se enquadrem cumulativamente nas seguintes situações: os rendimentos sejam relativos a aposentadoria, pensão ou reforma (outros rendimentos não são isentos), incluindo a complementação recebida de entidade privada e a pensão alimentícia; e seja portador de doença grave.

Não há limites, todo o rendimento é isento do Imposto de Renda Pessoa Física. Também são isentos os proventos de aposentadoria ou reforma motivada por acidente em serviço e os percebidos pelos portadores de moléstia profissional.

Situações que não geram isenção:

1) Não gozam de isenção os rendimentos decorrentes de atividade, isto é, se o contribuinte for portador de uma moléstia, mas ainda não se aposentou;

2) Não gozam de isenção os rendimentos decorrentes de atividade empregatícia ou de atividade autônoma, recebidos concomitantemente com os de aposentadoria, reforma ou pensão;

Procedimentos para Usufruir da Isenção

Caso se enquadre na situação de isenção, deverá procurar serviço médico oficial da União, dos Estados, do DF ou dos Municípios para que seja emitido laudo pericial comprovando a moléstia.

Obrigatoriedade na entrega da Declaração IRPF

A isenção do Imposto de Renda Pessoa Física não isenta o contribuinte de seus deveres de apresentar a Declaração IRPF. Caso se situe em uma das condições de obrigatoriedade de entrega da referida declaração, esta deverá ser entregue normalmente. •

A SUA PREVIDÊNCIA



REVISÃO DOS AUXÍLIOS

O INSS fechou acordo para pagar revisão para 491 mil segurados que receberam algum benefício por incapacidade - como a aposentadoria por invalidez ou o auxílio-doença - ou por pensão originada de benefício por incapacidade entre 1999 e 2009.

O reajuste está sendo pago com o benefício de janeiro e deverá ter impacto de R\$ 56 milhões por mês nas contas da Previdência Social. Além disso, o INSS irá pagar os atrasados (valores não pagos nos últimos cinco anos) para 2,296 milhões de segurados que receberam o benefício, mas tiveram o pagamento cancelado. O pagamento dos atrasados será feito até 2022.

A revisão é devida porque, entre 1999 e 2009, o INSS não descartou as 20% menores contribuições dos segurados que pediram benefício por incapacidade e tinham menos de 144 contribuições.

O segurado que não recebeu a carta da revisão dos auxílios ainda pode ter a correção no posto. De acordo com o INSS (Instituto Nacional do Seguro Social), 2,2 milhões de benefícios ainda estão sendo analisados, mas não há prazo para terminar esse processamento.

ATRASADOS

Ao todo, 2,787 milhões de segurados terão direito aos atrasados dos últimos cinco anos. Nesse total estão os que têm os benefício ativos (491 mil) e cessados (2,296 milhões). O pagamento será feito de forma escalonada em 10 anos, isto é, até 2022.

CALENDÁRIO

Maiores de 60 anos receberão no contracheque de fevereiro de 2013, que é depositado em março.

De 2014 a 2016 recebem os atrasados os segurados com benefício ativo e que têm idades de 46 a 59 anos.

De 2016 a 2019, recebem os que têm até 45 anos.

De 2019 a 2022, recebem os segurados com benefício já cancelado.

CARTA

Até dezembro deste ano, os segurados com direito a revisões e atrasados receberão uma carta informando valor e a data do pagamento da correção.

O depósito será feito automaticamente, sem necessidade de requerimento no posto do INSS.

A lista dos beneficiados está sendo divulgada no site da Previdência Social.

Os associados em auxílio doença, aposentados por invalidez ou pensionistas de associados, que estiveram em auxílio nesse período, podem procurar o serviço de Assessoria Previdenciária da APÓS-FURNAS, munidos das cartas de concessão para obter informações.



Foi aprovado o reajuste do piso regional para os empregados domésticos do estado do Rio de Janeiro. O piso salarial, nos meses de Janeiro e Fevereiro/2013, passou a ser R\$ 802,53. O novo piso fica valendo a partir de 01/01/2013 e portanto será necessário o cálculo e acerto retroativo.

Para mais esclarecimentos sobre esse e outros assuntos previdenciários, associados e pensionistas da APÓS-FURNAS podem entrar em contato com as nossas técnicas previdenciárias. O telefone é (21) 2528-5024. Ligue e agende uma visita.

PERFIL HENRIQUE PIMENTEL TRIGUEIRO

VIDA DE FOLIÃO

Aos 62 anos, Henrique é adepto de um bom samba e manda recado aos aposentados: “Ficar parado em casa vai te fazer adoecer. Divirta-se!”



Em 1966, ainda a d o l e s c e n t e , Henrique Trigueiro foi trabalhar como office boy em FURNAS. Ao entrar na maioria passou por outras funções até chegar - já cursando a faculdade - à área Nuclear da empresa. No ano de 1983, foi convidado para trabalhar nas obras de Angra I e Angra

II - era uma oportunidade de exercer a sua profissão de Engenheiro.

No início, a ideia era ficar por lá pouco tempo, mas acabou permanecendo por 10 anos. “Foi muito importante para mim profissionalmente, pois amadureci, atingindo o cargo de gerente, fiz inúmeros cursos e ainda ganhei experiência em gestão”, conta.

Em 97, Henrique se aposentou e ingressou na APÓS-FURNAS. Posteriormente passou a fazer parte do Conselho Deliberativo, tendo sido também

Diretor de Administração da entidade, onde permanece lutando por um futuro melhor para os seus ex-colegas. Atualmente, Henrique faz parte do Conselho Deliberativo da FRG, e de outras empresas, além de ter trabalhado na diretoria da CAEFE.

Pai de três meninas e com tranquila rotina de trabalho, o engenheiro sempre encontra tempo para se divertir - e muito. É que Henrique nasceu com uma especial aptidão para a música e, como carnavalesco nato, ele já chegou a ritmista e até a Diretor de Escola de Samba. “Depois de alguns anos longe da Avenida, um amigo me “apresentou” a frigideira, que faz sucesso nos desfiles dando uma bossa a mais ao som”.

Segundo ele, o grupo que toca frigideira é, atualmente, um dos mais disputados pelas Escolas de Samba. Nesse ano, ele tocou em três Escolas, além de blocos de rua famosos, como o Spanta Neném, Suvaco do Cristo e Bloco Sem Saída. “Agora vou me recuperar da folia, me dedicar ao trabalho, família e aos esportes que também adoro”.

Aos 62 anos, ele mantém o pique com uma boa rotina de exercícios, viagens ao lado da família e futebol com os amigos. “O meu recado é que saiam de casa! Ficar parado vai te fazer ficar doente ou morrer cedo. Diversão é o melhor remédio”, finaliza o folião. •

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) 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. 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.

Editora-chefe 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 • aposfurnas@aposfurnas.org.br

Diretoria Executiva: **Diretor Presidente** Oldegar Sapucaia • **Vice-Presidente** Alfredo de Azevedo Alves • **Diretora-Social** Isaura Ferreira Brandão • **Vice-Diretora Social** Olinda Maria Campos da Silva • **Diretora Administrativa** Arlete Simões José • **Vice-Diretora Administrativa** Elisabete Gigante Iannuzzi • **Diretora Financeira** Sonia Maria Felix de Oliveira • **Vice-Diretor Financeiro** Sylvio Amaro da Silva Filho