



**APÓS-FURNAS:
IDEAIS
COLETIVOS
COLOCADOS
EM PRÁTICA
CONTINUAMENTE**

Você é a força que nos move

Para que existe uma APÓS-FURNAS?

O Estatuto diz explicitamente suas funções, mas o propósito não fica claro. A APÓS-FURNAS existe por você. E isso é mais do que uma finalidade, é a própria natureza da nossa Associação.

A APÓS-FURNAS foi criada para defender os interesses dos aposentados e pensionistas de Furnas — protegendo a Fundação e sua Patrocinadora — e promover o conagração dos associados, ou seja, seu bem-estar social e afetivo após a aposentadoria.

Essa atuação é executada pelos próprios associados: aqueles que dispõem de tempo, vontade e coragem, reúnem-se para defender os direitos e promover a confraternização de todos.

Isso acontece em nível nacional, regional e local. Vejam o que diz nosso colega, representante suplente em Franca, Antonio Gomes, na página 6 deste ELO.

Na verdade, cada associado deveria ser um agente dessa atuação: seja em uma Assembleia Geral, uma mobilização ou passeata, em um abaixo-assinado ou nas eleições da Fundação. Cada ato afirmativo individual, reforça a capacidade da Associação de representar todos os associados; e cada omissão a enfraquece.

Com tudo isso, estamos demonstrando que a APÓS-FURNAS não é um "clubes", mas uma união de pessoas com objetivos, necessidades e interesses comuns.

E diante dessa natureza, o que menos importa é a sede física, o local de encontro e reunião. Importante é a reunião em si. É a ação conjunta nas ruas, nos tribunais, na sala da presidência de Furnas. E, mesmo quando é apenas um pequeno grupo que se

encontra para discutir a previdência, a FRG, os aposentados e pensionistas, ali está a APÓS-FURNAS em ação.

Há uma passagem genial no Evangelho de Mateus, quando Jesus diz que "onde dois ou três estiverem reunidos em meu nome, ali estou no meio deles" (Mt 18,20). Cristo descarta qualquer concretude para sua igreja, e passa a caracterizá-la pela reunião de ideias.

Copiamos este conceito. Somos uma ideia carregada de ideais.

Hoje, com a vida virtual cada vez mais acessível, esse encontro em torno do que a APÓS-FURNAS defende e realiza ficou ainda mais fácil. Você não precisa estar no Rio de Janeiro para conversar em tempo real com Diretores e Conselheiros Deliberativos ou Fiscais (veja nosso Coral funcionando à distância também na página 8). O WhatsApp é uma realidade — e há várias outras plataformas.

Por causa do necessário isolamento social, vamos tentar realizar nossa primeira Assembleia Geral virtual, da qual até associados de lugares mais distantes poderão participar.

E assim vamos adiante, por muito tempo ainda. Ainda não podemos anunciar nossa nova sede, agora que Furnas mudou-se para o Centro do Rio, mas isso terá menos relevância nestes novos tempos. Vamos estar unidos juntos o tempo todo, agindo em conjunto — você e cada um de nós — para garantir a dignidade da nossa velhice e a permanência da amizade que temos uns pelos outros.

Rio de Janeiro, julho de 2020.

Diretoria Executiva

A APÓS-FURNAS é você.

Já conferiu sua contribuição no contracheque da Fundação?



Um convênio entre a APÓS-FURNAS e a FRG permite que sua contribuição mensal para a Associação seja descontada no

benefício da Real Grandeza.

Porém, a legislação atual limita a margem consignável do seu benefício a 30% para empréstimos e 10% para outros descontos — o que inclui a nossa mensalidade.

Se sua contribuição mensal não foi debitada, faça um depósito identificado, TED ou DOC com seu nome e CPF, para: APÓS-FURNAS, CNPJ 29.242.294/0001-40, Bradesco – 237, Agência 2580-1, C/C 169.716-1, ou escreva para financeira@aposfurnas.org.br

ATUALIZE SEU CADASTRO

Para manter suas informações cadastrais em dia, durante a pandemia, use os telefones 21 98491-8699 e 98491-8704 (também são WhatsApp) ou escreva um e-mail com seus dados completos para cadastro@aposfurnas.org.br

E agora, você também pode atualizar seu cadastro on-line, no formulário que está no site https://bit.ly/ApFurnas_contacteme Veja mais sobre as facilidades da vida virtual na matéria da página 3.

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA VIRTUAL

DIA 22/09
ÀS 10:30

Por causa da pandemia, nossa Assembleia Geral Ordinária marcada para março teve que ser adiada.

Contando com a tecnologia de webconferência **Google Meet**, iremos realizar nossa AGO em 22 de setembro.



Entre na loja de aplicativos do seu celular e baixe o app **Google Meet** gratuitamente.

Registre-se usando seu e-mail principal.

Escreva um e-mail para aposfurnas@aposfurnas.org.br informando o e-mail que você cadastrou no Google Meet.

A APÓS-FURNAS vai lhe enviar o material referente à Assembleia e o link necessário para participar da webconferência.



AF Circular 004/2020
Rio de Janeiro, 26 de agosto de 2020.

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA EDITAL DE CONVOCAÇÃO

De acordo com o disposto nos Artigos 15, 16 inciso I, letras *b) e c)*, 17 do Estatuto e com base na Lei n°. 14.010/2020, ficam os associados da APÓS-FURNAS convocados a participar da Assembleia Geral Ordinária a ser realizada no dia **22/09/2020** — terça-feira, sendo convocação única às **10h30, exclusivamente por meio de webconferência**, com a presença mínima de 20 (vinte) associados com direito a voto, a fim de deliberar sobre os seguintes assuntos:

- 1 – Aprovação do Balanço Anual da APÓS-FURNAS relativo ao exercício de 2019;
- 2 – Aprovação da Demonstração do Resultado do exercício financeiro de 2019 e destinação das sobras e reservas especiais;
- 3 – Aprovação do Orçamento da APÓS-FURNAS para o exercício de 2020;
- 4 – Assuntos Gerais.

Considerando as medidas restritivas impostas pelas Autoridades, em razão da pandemia provocada pela COVID-19, a participação na Assembleia dar-se-á de forma remota, por meio de plataforma de reuniões online, sendo de inteira responsabilidade do associado as providências referentes à estrutura necessária à sua participação.

Para tanto, o associado deverá solicitar seu **credenciamento, por e-mail, até as 17 horas do dia 18/09/2020**, por mensagem a ser enviada ao endereço eletrônico aposfurnas@aposfurnas.org.br informando nome completo, matrícula, e-mail que irá acessar a plataforma Google Meet para participar da Assembleia, n°. do CPF e n°. do telefone.

Após nossa conferência, o associado credenciado receberá o material para acompanhar as apresentações e o link de acesso para a Assembleia.

Em nenhuma hipótese, a APÓS-FURNAS poderá ser responsabilizada por problemas decorrentes dos equipamentos de informática ou da conexão à internet.

Atenciosamente,

Henrique P. Trigueiro
Diretor Presidente

A “vida virtual” enriquece a vida real

A tecnologia está aí pra ficar. E é melhor para todos nós, os mais velhos, assumir essa realidade, porque tecnologia só avança.

Dá trabalho, mas nós temos que aprender e usar. Muita coisa que sempre fez parte das nossas vidas pode mudar radicalmente, em pouco tempo. O dinheiro e até o cartão de banco, por exemplo, podem desaparecer antes do que você imagina.

O WhatsApp, que foi bem aceito pela maioria, tem uma utilidade perceptível. Mas há outras formas de comunicação e informação disponíveis pela internet que todos deveríamos aprender para utilizar.

O Google é ferramenta indispensável de pesquisa, e cada dia faz mais coisas. Pelo celular você lê jornais e livros, envia e-mails,

assiste vídeos, ouve músicas, palestras e notícias, faz chamadas e conferências de vídeo, e até atualiza o cadastro na APÓS-FURNAS.

Pelo celular você acessa o INSS, o SUS, a Real Grandeza, o seu banco, seu cartão de crédito, os melhores preços para comprar qualquer coisa, tradutores para trocar conversa com estrangeiros, e até compra um sanduíche com refrigerante.

Esta tecnologia não **soluciona** tudo o que você necessita, apenas **aproxima** você das soluções. Por isso faça um esforço para aprender, peça ajuda a parentes ou amigos, faça cursos ou procure aulas no Youtube. Sua vida vai enriquecer.

Participar da AGO pelo Google Meet é só uma entre centenas de facilidades virtuais que estão ao alcance das suas mãos.



Novos tempos: a vida dos idosos diante do coronavírus

Desde que se tornou uma realidade incontornável, a ameaça da Covid-19 vem impondo aos que têm mais de 60 anos hábitos novos — e a seus familiares também. A doença é perigosa e ainda não tem cura. As vacinas em estudo vão levar meses, talvez mais de um ano, para comprovarem sua eficácia e nós não podemos nos arriscar. A vida é uma só.

Nós e nossos familiares temos que manter as medidas preventivas por mais algum tempo, para que o reencontro, em breve, seja seguro para todos (até porque já se sabe que a pandemia não é perigosa somente para velhos: atinge também crianças, jovens e adultos).

Use máscara sempre que sair de casa, mesmo que seja para ir ali na calçada. A higienização é fundamental: **lave as mãos** várias vezes por dia, tenha sempre um frasco de **álcool gel 70%** para usar se não puder lavar as mãos. **E não leve as mãos ao rosto**, seja para esfregar os olhos, coçar o nariz, roer unhas etc. Esses são principais os caminhos do vírus para entrar no nosso corpo.

As medidas de afastamento social são eficazes, isso já está provado. Mesmo de máscara, **mantenha distância de dois passos de quem não mora na sua casa**. Evite ir mercados, bancos, farmácias.

Isso não significa que temos que nos recolher à solidão. Podemos ficar por algum tempo sem o cafezinho amigo, sem o churrasco com a família, porque isso tudo vai passar. Quanto mais disciplinados formos, mais rapidamente vamos vencer esta fase. E temos sempre o telefonema ou a chamada de vídeo.

Hoje, 98% dos brasileiros com mais de 60 anos estão conectados ao WhatsApp. Se você ainda não tem, está na hora de aprender. Peça ajuda a um amigo ou a um familiar. Conversar vendo o rosto da pessoa faz toda a diferença! Não tem abraço, mas tem sorriso, palavras amigas, brincadeiras... É quase ao vivo. Tudo que você precisa é de um celular e um plano de telefonia com internet ou wi-fi.

Outra preocupação importante é manter a saúde em dia. Se você faz algum tratamento continuado, continue. Hipertensão, diabetes, doenças cardíacas e outras têm que se manter sob controle. Vá ao médico (com toda a proteção da máscara e do álcool gel), vá ao dentista, faça os exames que solicitarem.

Se você tiver febre, tosse, falta de ar, dor de garganta ou coriza, VÁ AO MÉDICO. Se você encontrar com alguém com esses sintomas, AFASTE-SE e recomende ir ao médico imediatamente.

O QUE QUE EU FAÇO AGORA?

Já sabemos que as atividades externas têm que ser suspensas, sem exceção. Pilates? **Não**. Hidroginástica. **Não**. Missa? **Não**. Shopping? **Nem pensar**. E caminhadinhas próximas de casa? **Também não!** É claro que você possa se aborrecer com “não ter nada para fazer”. Por isso, trouxemos para você uma lista de sugestões, organizada por uma professora da Universidade Federal de Uberlândia.

- Realizar as atividades de vida diária de forma mais lenta e planejada, distribuídas ao longo de toda a semana;
- Realizar trabalhos manuais (bordado, crochê, tricô);
- Organizar armários e estantes;
- Dar uma bela arrumação nas roupas e desapegar de parte delas;
- Testar novas receitas culinárias;
- Dançar ao som de músicas com ritmos variados;
- Cuidar das plantas e jardins;
- Assistir a filmes leves e comédias (veja notícias só uma vez por dia);
- Fazer palavras cruzadas e outras atividades de estímulo cognitivo;
- Garantir um suporte psicológico, por internet e/ou por telefone;
- Realizar atividades físicas;
- Ligar para amigos e familiares;
- Participar de mídias sociais e expor suas ideias;
- Jogar cartas e jogos de tabuleiros;
- Ler bons livros;
- Explorar jogos eletrônicos;
- Ter tempo para as crenças;
- Utilizar o computador para se distrair, se comunicar, produzir e criar novas possibilidades de "passar o tempo".

Este é um momento de esforços individuais e coletivos para contermos essa epidemia. Todos devem fazer sua parte e lembrar que há pessoas que, infelizmente, correm maior risco que nós.

**NÃO VAMOS PERDER A ESPERANÇA.
DIAS MELHORES VIRÃO. FIQUE BEM!**

A FRG reajustou o Plames. A ANS suspendeu os reajustes.



Em maio, a APÓS-FURNAS encaminhou à FRG uma solicitação para que adiasse o reajuste do PLAMES até o fim da pandemia.

O motivo é óbvio: com a desaceleração da economia, muitos filhos e netos de aposentados e pensionistas perderam seus empregos e outras fontes de renda. Muitos assistidos da Fundação Real Grandeza tornaram-se arrimos de família, tendo como única fonte de renda sua aposentadoria ou pensão.

O Senado aprovou um projeto de lei suspendendo os reajustes, e o Presidente da APÓS-FURNAS, Henrique Trigueiro, até gravou um vídeo no YouTube informando isso. Porém a Câmara não pautava a votação.

A Fundação implementou em junho reajustes nos planos Básico (36,61%), Especial (24,57%), Executivo (13,8%) e Executivo Plus (8,72%), apesar dos votos contrários dos Conselheiros eleitos pelos assistidos no CD da Fundação, Nelson Bonifácio e Tania Vera Vicente, e do nosso representante no Comitê do Plames, Pedro Ernesto Costa.

Isso obrigou inúmeros assistidos a saírem do Plames ou excluírem seus agregados.

ELEITOS PELOS ASSISTIDOS FORAM VOTO VENCIDO

Tania Vera Vicente — *"Meu voto é contrário à aprovação da PRC 027.2020, face aos significativos reajustes propostos para os Planos Básico e Especial, atingindo 7.982 pessoas (dados jan/20), dos quais 3.448 assistidos e os demais agregados. Os reajustes variam de 21,25 % a até 36,61%, a serem aplicados em julho/20 (contracheque de jun/20), em plena pandemia no Brasil, trazendo ainda mais instabilidade aos aposentados e pensionistas destes planos, muitos suportando seu grupo familiar face às consequências da pandemia, desemprego e perda de receita dos que estão na informalidade.*

Na análise da proposta encaminhada à FRG pela APÓS-FURNAS, de postergar por 6 meses a aplicação do reajuste face a pandemia, foi-nos informado que custaria R\$ 3,5 milhões por mês, o que importaria em utilizar R\$ 21 milhões dos R\$63 milhões (mar/20) existentes no FESP.

Minha posição foi favorável a usar solidariedade dos demais planos aos Planos Básico e Especial, concomitante à maior utilização do FESP – com a proposta aprovada, a duração do FESP é de 73 meses – de modo a diminuir o reajuste, minimizando a perda de plano de saúde (cancelamentos) e migrações para planos

de menor cobertura médico-hospitalar (SALUTEM e SALVUS), ambos com perda do benefício de Cuidador, em plena pandemia."

Nelson Bonifácio — *"Reitero voto proferido no exercício anterior quando, alegando corrigir distorções de longa data, foram retirados os benefícios que eram concedidos pelo FESP ao plano Básico, aumentado abusivamente os Planos Básico e Especial, bem como fechando os mesmos para novos participantes.*

Em verdade, o que se pretendeu foi forçar a transferência de todos para os novos planos que foram criados (Salutem e Salvus). O que não foi alcançado, pois mesmo aqueles que tinham condições financeira para continuar nos planos, na grande maioria, simplesmente saíram.

Mesmo transferindo a ajuda do FESP para os novos planos, reduzindo as mensalidades, concluíram que os novos planos estavam aquém de suas necessidades.

No reajuste atual, apesar da pandemia e das solicitações não só da APÓS-FURNAS, bem como de seus Conselheiros atuantes neste Conselho Deliberativo, nada conseguiu sensibilizar no sentido de que alguma coisa fosse amenizada. Considerando a situação atual com muitos aposentados suportando pesados ônus, às vezes de todos os familiares, filhos netos e até genitores, prevaleceu o econômico sobre o social.

Certamente alguns, premidos por necessidade de assistência médica, vão migrar, mas a maioria certamente vai procurar outros planos ou vai terminar no SUS. Vamos acabar todos sem Plano.

Reajustes aprovados – Novos Planos: 0% | Plames Básico e Especial: de 21,25% a 36,65% | Inflação Médica: 14,97%

A APÓS-FURNAS consultou seus advogados sobre a possibilidade de uma ação contra o aumento, mas foi desaconselhada porque o entendimento do STJ é que planos de autogestão são administrados pelos próprios participantes, não cabendo contestação na Justiça.

NOTÍCIA DE ÚLTIMA HORA:

O Projeto de Lei enviado pelo Senado à Câmara dos Deputados só foi aprovado em agosto. Com isso, a ANS emitiu uma Portaria suspendendo os reajustes entre setembro e dezembro deste ano, com diferentes regras para planos Individual ou Familiar; Coletivo por Adesão; ou Coletivo Empresarial.

Até o fechamento desta edição, a FRG ainda não havia se pronunciado sobre em qual categoria se enquadra, nem quais procedimentos tomaria para cumprir o normativo.

FRANCA PRECISA SABER MAIS DA APÓS-FURNAS



Antonio Gomes da Silva é suplente do representante de Franca, Delson Ferreira, ajudando há mais de dez anos no relacionamento da APÓS-FURNAS com os associados da área.

Para ele, os aposentados e pensionistas não têm uma noção correta do que é a APÓS-FURNAS e seu papel. “Eles pensam nas coisas pequenas —no almoço de fim de ano, por exemplo. Não veem a Associação defendendo a FRG, nem as aposentadorias e pensões. Mas isso é o mais importante!”

Antonio diz que ele e Delson têm tentado fazer esse esclarecimento, porém é uma área muito espalhada, com seis cidades no entorno, o que dificulta a interação.

“É um problema, porque devíamos nos unir fortemente diante da ameaça de privatização. Pela nossa Fundação, que tem muito dinheiro, e muita gente cobiçando.”

Antonio vê potencial na área para conquistar mais cem novos associados, que se alinhem a essas lutas. Mas esbarra-se sempre na falta de contatos de aposentados e pensionistas não-associados da regional.

“Seria ótimo se tivéssemos mais uma visita de Diretores aqui, como já houve antes. Teríamos quórum para uma reunião que esclarecesse sobre a APÓS-FURNAS e quais as lutas que temos que encampar.”

Para ele, é essencial cumprir duas agendas: conquistar o máximo possível de novos associados na área, “porque estamos nos tornando uma regional de pensionistas”, e criar uma união sólida em torno da questão da privatização, “para que não venha um estranho a mexer no Estatuto da FRG”.

Antonio também convida os associados mais jovens a ajudarem os representantes. “A atuação da APÓS-FURNAS deve ser duradoura. Não pode ficar na dependência da disponibilidade e do vigor dos representantes mais antigos”, finaliza.

A prova de vida teve prazo estendido e facilita procuração



A **Prova de Vida** é obrigatória uma vez por ano na instituição bancária em que o aposentado ou pensionista recebe o benefício. Quem não faz a comprovação no prazo, tem o pagamento bloqueado, suspenso ou cessado. O procedimento tem como principal objetivo evitar fraudes e pagamentos indevidos.

Este ano, por conta da pandemia, o INSS suspendeu até 30 de setembro a exigência da prova de vida presencial. E visando a proteção da saúde dos beneficiários com 60 anos ou mais, o INSS autorizou os bancos a realizarem comprovação de vida dessas pessoas através de procuração, sem a necessidade de cadastramento prévio desse representante no INSS.

Esta norma se aplica aos casos de viagem, doença contagiosa (que é caso da Covid-19) ou impossibilidade de locomoção do beneficiário com 60 anos ou mais.

Dispensa de autenticação

A portaria aponta também quais documentos são dispensados de autenticação para a prova de vida: Certidões de Nascimento, Casamento ou Óbito; Identidade; formulários de Perfil Profissiográfico Previdenciário (PPP); documentos apresentados para solicitação de pagamento até o óbito; fechamento de vínculo empregatício; alteração de dados cadastrais; cadastramento de Pensão

Alimentícia; desistência de benefício; documentos do grupo familiar para fins de pedido de benefícios assistenciais; instrumentos de mandatos para cadastramento de procuração; documentos médicos (atestado médico ou declaração emitida pelo profissional médico competente) para comprovação da moléstia contagiosa ou impossibilidade de locomoção para fins de inclusão de procuração, termo de tutela, de curatela, guarda e o comprovante de andamento do processo judicial de representação civil.

Prova de vida digital

Em parceria com a Secretaria de Governo Digital, do Ministério da Economia e a Dataprev, o INSS iniciará um projeto-piloto para realizar a prova de vida por biometria facial. Numa primeira etapa, participarão cerca de 500 mil beneficiários – que serão especialmente convidados a participar desta fase de testes.

A prova de vida digital usará a tecnologia de biometria por reconhecimento facial, com o uso da câmera do celular do cidadão, por meio do aplicativo do Meu INSS e do aplicativo do Governo Digital – que vai indicar se, de fato, trata-se da pessoa cujo CPF foi informado no cadastramento do INSS. O projeto-piloto fará toda as testagens necessárias para garantir a segurança do processo.

Fraudes contra idosos cada vez mais sofisticadas



A pandemia deixou todo mundo meio fragilizado, e esse é o ambiente ideal para vigaristas se aproveitarem.

Há muitos casos de contatos falsos de bancos, operadoras de telefonia ou TV paga, e todo tipo de instituição que visam obter seus dados bancários e pessoais.

Esses golpes estão cada vez mais sofisticados e realistas.

A abordagem costuma acontecer assim: os criminosos se identificam como alguma agência do governo, afirmando que você tem direito a valores atrasados, em geral altos, e informam um telefone para você ligar. Ao ligar para esse número, o “funcionário” pede dados pessoais e indica uma conta bancária para você fazer um depósito para liberar um pagamento que não existe.

Desconfie de qualquer contato que envolva seus dados pessoais.

- Se algum parente ou amigo lhe pedir dinheiro **via WhatsApp**, **desconfie!** O WhatsApp está sendo clonado.
- Se algum banco ou operadora de TV ou telefonia ligar para você, **nunca forneça número de cartão**, conta ou qualquer senha.
- Se disserem para você ligar para a sua agência bancária ou para o número que está no verso do seu cartão, faça isso de outro aparelho celular. **Nunca ligue da linha fixa.**
- Se o INSS ligar, desconfie. Ligue para 135 antes de confirmar qualquer dado solicitado.
- Verifique cada boleto que você vai pagar, para ver se não é falso. Bandidos estão imprimindo **boletos idênticos aos originais**, só alterando a conta de depósito. Se puder, coloque todas as suas contas

fixas em débito automático. E desconfie de qualquer segunda via que chegue pelo correio (veja a seguir o caso da Real Grandeza).

- Ofertas muito vantajosas, como preços com descontos excepcionais ou ser sorteado em algo que você não se inscreveu são prováveis golpes.

FRAUDE NOS BOLETOS DA FRG: COMO SE PRECAVER

A Fundação Real Grandeza foi alertada sobre um caso de fraude nos boletos dos planos de saúde com vencimento em julho. No boleto falso, o favorecido não é a Real Grandeza e a conta especificada não é a do Bradesco, que é o banco emissor dos boletos da Fundação.

Na imagem abaixo, destacamos os campos que confirmam se o boleto é realmente da Fundação Real Grandeza: número do Banco Bradesco (237) repetido na linha digitável; agência; conta corrente; e CNPJ da Fundação.

Caso você receba um boleto com informações diferentes destas abaixo, **não efetue o pagamento**, nem mesmo do Jumbão.

Logo do Bradesco	Número do Bradesco	Agência	Conta
	237-2	237 2.373 04	90000.040700 14000.1303 05 2 83120000372801
Local de Pagamento		Vencimento	
Pagável Preferencialmente nas Agências do Bradesco		10/07/2020	
Código		Agência/Código Codente	
Real Grandeza-Fundação de Previdência e Assistência Social CNPJ: 34.269.803/0001-68		2373-1303-4	
Data do Documento	No. Documento	Espécie Doc.	Data Processamento
14/06/2020	2899	OJ	14/06/2020
Use do Banco	Carteira	Espécie	Quantidade
	09	RS	
Descrição		Valor (R\$)	(-) Descrição/Abatimento
Despesas Ambulatoriais - 6/2020		70,51	
FLAMES - 6/2020		3657,20	(-) Outras Deduções
Custo Emissão Boleto		0,00	(+) Mora/Sulta
			(+) Outros Acréscimos
			(=) Valor Cobrado
			RS 3.728,01
SR. CAIXA, NÃO RECEBER APÓS O VENCIMENTO			
Sacado			
SEU NOME			
SEU ENDEREÇO			
SEU CPF			
Sacador/Avalista		Ficha de Compensação	
		Autenticação Mecânica	
		CNPJ da FRG: 34.269.803/0001-68	



Como nosso Coral está dando a volta por cima

Cantar em um coral é uma atividade obrigatoriamente presencial, certo? Não. Já é possível fazer música de conjunto à distância — corno diversos artistas estão fazendo com suas lives. E o Coral da APÓS-FURNAS aprendeu com essa experiência para manter seus encontros via internet.

Assim que a pandemia começou, os encontros do Coral da APÓS-FURNAS foram suspensos, claro. O risco é alto e não dá para facilitar. Mas todo mundo sentiu falta.

“Estabelecemos laços quase familiares, depois de tantos anos cantando juntos”, conta Elba do Amaral. “Eu sou pensionista, mas muitas colegas do Coral trabalharam juntas a vida toda, e agora continuam a se encontrar fora de Furnas”.

Depois de algum tempo sem ensaios, alguns integrantes do Coral pediram à Diretoria Social para tentar uma alternativa para a continuidade dos encontros. Ao mesmo tempo, o maestro Gabriel Szántó conversava com um grupo de maestros também em busca de uma solução. “A maioria dos integrantes dos corais com que trabalho já passou dos 60 anos”, afirma ele.

A solução foi usar o Google Meet, uma das muitas ferramentas de reunião virtual disponíveis na internet. “A primeira aula foi só para ensinar a usar essa plataforma, e alguns não conseguiram aprender”, lamenta Gabriel. Mas o projeto foi adiante.

Os encontros foram retomados do jeito que exigem estes novos tempos: o maestro envia a cada coralista sua parte na música e os treina em grupos. O canto em conjunto enfrenta

a instabilidade da internet, que varia de um local para outro. Há atrasos na conexão de cada pessoa (chama-se delay) e as vozes ficam sem sincronia.

“Mas é melhor que não ter os ensaios”, diz a associada Lúcia Seabra, que é uma das mais novas no grupo —está só há quatro anos: “queremos fazer música.”

Já Misao Katayama, que canta em vários coros, defende que o Coral da APÓS-FURNAS atinge um propósito a mais: usa a música como ferramenta de confraternização entre os associados participantes. “A gente tem uma relação muito forte, uns com os outros, e o calor humano que isso proporciona foi mantido no nosso coral virtual”, conta ela.

E destaca a presença de pessoas da Diretoria Social sempre participando e prestigiando os ensaios: “Não é um Coral privado (como agora é o Gerando Vozes), mas uma ação da APÓS-FURNAS por nós, seus associados”, sentencia.

O Coral da APÓS-FURNAS se reúne virtualmente todas as sextas-feiras, das 10h às 11h30. Para participar, escreva para social2@aposfurnas.org.br e peça informações.

Para participar do Coral virtual você também precisa do app Google Meet.

Baixe de graça!



Procure na loja de aplicativos **Android** ou **iOS** e instale usando seu melhor e-mail.

Entre em contato com a APÓS-FURNAS, para receber um *link* convidando para participar dos encontros virtuais.

O ELO

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 Guto Rolim MTb 13880
Tiragem 3.200 exemplares



ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DE FURNAS

Sede Administrativa Telefones: (21) 2528.5024 | 2286.8267 | 2286.4429
Atendimento remoto durante a pandemia Tel./WhatsApp: (21) 98491.8704
www.aposfurnas.org.br • aposfurnas@aposfurnas.org.br

Diretoria Executiva: Diretor Presidente Henrique Pimentel Trigueiro • Vice-Diretor Presidente Oldegar Sapucaia • Diretora Social Isaura Ferreira Brandão • Vice-Diretora Social Eliane Guimarães Soares • Diretor Financeiro Helton Gama de Carvalho • Vice-Diretora Financeira Hélia Maria de Souza Habibe • Diretor Administrativo Claudomiro Pereira de Souza • Vice-Diretor Administrativo Eduardo Pires de Oliveira