

## Equipe de Sinuca da AAPML participa da 3ª Etapa do Campeonato Paranaense

*Participaram 20 clubes de sinuca do Estado do Paraná. A equipe da AAPML ficou posicionada em 4º lugar do ranking*

No dia 19 de agosto, a equipe de sinuca da Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina (AAPML) participou da 3ª Etapa do Campeonato Paranaense Interclubes de Sinuca da série B, que aconteceu no Clube Duque de Caxias em Curitiba. Participaram da competição 16 clubes de sinuca do Estado do Paraná. Representando a AAPML/RS Transportes: Marcelo Magalhães, Eusébio Romanzini, José Lima Moisés, João Cateoni e Michel Lucas. A equipe ficou posicionada em 5º lugar no ranking.

De acordo com José Lima Moisés, a expectativa é sempre ganhar, mas a equipe considera que foi um bom resultado. “Nós fomos bem de uma maneira geral, perdemos na semifinal do campeonato para o time que já foi campeão das duas etapas anteriores (Clube Santa Monica). Ficamos felizes com o resultado”, afirmou.



## Vencendo a Angústia é tema de palestra na 3ª Tarde Festiva

*Aproximadamente 60 pessoas participaram da palestra e atividades recreativas*



Durante a palestra o doutor citou três sentimentos que estão atrelados à angústia: ansiedade física, opressão dolorosa e inquietude. E a angústia pode ser de dois tipos: a racional e irracional. E como conter a angústia? – Fortalecendo a personalidade; modificando como se encara as situações da vida e eliminando o negativo das informações que chegam até nós.

Segundo o psicanalista clínico, Juarez Torres, o objetivo da palestra é demonstrar como administrar tudo que gera angústia em nossas vidas. “O primeiro passo é olhar para nós mesmos e que possa curar a nós mesmos. A pergunta chave que devemos fazer é – aonde eu quero chegar? E diante de todas as situações do cotidiano precisamos buscar a superação, para que a angústia não gere pânico, por isso digo que a atitude é o foco da mudança”, concluiu.

A 3ª Tarde Festiva do ano foi realizada no dia 25 de agosto, na sede da AAPML. O psicanalista clínico, Juarez Torres ministrou a palestra com o tema “Vencendo a angústia” e a educadora física, Vânia Cristina, promoveu atividades recreativas como alongamento e sorteios de prêmios. Aproximadamente 60 pessoas participaram da Tarde Festiva, entre elas, aposentados, pré-aposentados e servidores ativos da Prefeitura Municipal de Londrina.

De acordo com a secretária municipal de Recursos Humanos e aposentada, Margareth Socorro de Oliveira, foi surpreendida positivamente com a Tarde Festiva. Aposentada desde 2013 e não tinha conhecimento sobre as atividades que eram realizadas na AAPML. “Eu gostei muito da palestra do Dr. Juarez, porque veio muito ao encontro do que a vivemos depois de aposentada, tudo o que ele falou são coisas que os aposentados passam, e eu também passei por isso. É importante você ouvir outra pessoa falar sobre o assunto para repensarmos”, disse.



## Fundação de Esporte lança o projeto Ginástica para Todos

*As aulas são gratuitas e vão acontecer no Ginásio de Esportes Moringão duas vezes por semana*

A Prefeitura de Londrina, por meio da Fundação de Esportes de Londrina (FEL), realizou no dia 15 de agosto no Ginásio de Esportes do Moringão, a primeira aula inaugural do Projeto “Ginástica para Todos” que está inserido no Projeto + Saúde.

O projeto oferece aulas gratuitas para pessoas com mais de 18 anos e as aulas buscam fortalecer o corpo, proporcionar mais elasticidade, flexibilidade, desenvolver habilidades e coordenação motora, além de noção de espaço e tempo. As atividades físicas envolvem ginástica postural, funcional, localizada e de coordenação.

Segundo o educador físico da FEL, José Eugênio o projeto trabalha com o equilíbrio e movimento do aluno, percepção do espaço e tempo, com direcionamento para postura, fortalecimento e no desenvolvimento cognitivo. “Temos metas de saúde e bem estar, como a melhora da flexibilidade e as aulas são também direcionadas para evitar distensões e outros tipos de lesões”, afirmou.

As aulas serão realizadas sempre no Ginásio de Esportes Moringão (Rua Gomes Carneiro, 315) de terça e quinta-feira, das 7h45 às 8h30. Os interessados em participar devem realizar a inscrição pessoalmente, na FEL, de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 14h às 18h. As inscrições são gratuitas e isenta de taxas. Para mais informações, (43) 3372-9114.



## RESUMO DO BALANÇO 2017

AAPML - ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DA PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA  
SÍNTESE DO BALANÇO DO 3º SEMESTRE DE 2017

ATIVO			
DISPONIBILIDADES			
CAIXA	762,43		
BANCOS CONTA MOVIMENTO	3.914,80		
BANCOS CONTA APLICAÇÃO FINANCEIRA	211.857,95	216.535,18	
PERMANENTE			
IMOBILIZADO	1.073.398,81		
DEPRECIações E AMORTIZAÇÕES	46.014,77	1.027.384,04	
<b>TOTAL DO ATIVO</b>			<b>1.243.919,22</b>

PASSIVO E PATRIMÔNIO LÍQUIDO			
CIRCULANTE			
FORNECEDORES	1.459,61		
OBRIGAÇÕES COM PESSOAL	6.941,34		
OBRIGAÇÕES SOCIAIS E FISCAIS	3.773,60		
OUTRAS OBRIGAÇÕES	1.471,00		
RECEBIMENTO DE VERBAS PARA REPASSE	1.66,00		
RECEBIMENTO DE VERBAS PARA RESTITUIÇÃO	9.984,38	23.795,93	
PATRIMÔNIO LÍQUIDO	1.220.123,29		
<b>TOTAL DO PASSIVO E PATRIMÔNIO LÍQUIDO</b>			<b>1.243.919,22</b>

AAPML - ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DA PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA  
MOVIMENTAÇÃO FINANCEIRA DO 1º SEMESTRE DE 2017

RECEITAS			
MENSALIDADES	153.951,85		
LOCAÇÕES	10.571,00		
COMISSÕES	34.944,49		
TAXA DE USO DA PISCINA	2.190,00		
TAXA DE USO DAS CHURRASQUEIRAS	785,00		
MENSALIDADES HIDROGINÁSTICA	5.830,00		
TAXAS DIVERSAS	20,00		
EVENTOS E PROMOÇÕES	4.285,00		
RECEITAS FINANCEIRAS	12.362,66	224.940,00	
<b>OUTROS INGRESSOS NA MOVIMENTAÇÃO FINANCEIRA</b>			
RESGATE DE APLICAÇÕES FINANCEIRAS	72.925,48		
UTILIZAÇÃO DE RECURSOS DE DEPOSITOS BANCÁRIOS	16.922,73	89.848,21	
<b>TOTAL GERAL</b>			<b>314.788,21</b>

DESPESAS			
DESPESAS COM SALÁRIOS, HE, FÉR, AV.PREV.	46.115,06		
ENCARGOS SOCIAIS	17.971,05		
DESPESAS FINANCEIRAS	401,85		
EVENTOS E PROMOÇÕES	10.344,78		
MATERIAIS DE ESCRITÓRIO	642,40		
PROPAGANDA, ANÚNCIOS E PUBLICAÇÕES	3.050,00		
SERVIÇOS DE TERCEIROS	15.169,86		
CONTRIBUIÇÃO SINDICAL PATRONAL	858,62		
REFEIÇÕES E LANCHES (AUXÍLIO ALIMENTAÇÃO)	5.709,77		
BENS NÃO PATRIMONIALIZADOS	3.659,33		
IMPOSTOS E TAXAS DIVERSOS	425,53		
AUXÍLIO FUNERAL	10.133,00		
CORREIOS	733,13		
ASSINATURA DE JORNAIS	225,00		
CONSERVAÇÃO E REPAROS	16.975,59		
IMPOSTO DE RENDA NA FONTE S/APLIC.FINANCEIRA	2.332,37		
TELEFONE	1.728,90		
MATERIAIS DE LIMPEZA	1.156,58		
TAXAS JUDICIÁRIAS	2.169,45		
SANEAR - ÁGUA	6.047,79		
COPEL - ENERGIA ELÉTRICA	4.886,66		
SEGURANÇA E VIGILÂNCIA	1.177,68		
HONORÁRIOS CONTÁBEIS	4.885,00		
COPA E COZINHA	1.894,96		
MATERIAIS DE USO E CONSUMO	398,00		
LOCOMOÇÃO	1.723,06	160.815,42	
<b>INVESTIMENTOS</b>			
MOVIS E UTENSÍLIOS	23.660,00		
OBRAS E INSTALAÇÕES	143.958,34	167.618,34	
<b>VALORES A EXCLUIR</b>			
DESPESAS A PAGAR EM 30/06/2017	-	13.645,55	13.645,55
			<b>314.788,21</b>

· Traga a sua matrícula e senha, que imprimimos o seu holerite de pagamento da Caapsml. Sem custo.

· Horário de funcionamento da secretaria: Segunda a sexta-feira: 8h às 12h e das 13h às 18h

· Atividades disponíveis na AAPML: Academia de sinuca; hidroginástica; academia de ginástica.

· Aposentados da Prefeitura e Câmara de Londrina, autarquias, fundações e companhias municipais, filiem-se a AAPML. Os interessados, entrar em contato pelo telefone (43) 3342 2435.

**AAPML**

Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina

**AAPML**

Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina



*Eu Amo Londrina*

SETEMBRO 2017

Mala Direta Postal  
**Básica**  
AAPML  
Cliente

**CORREIOS**  
CNPJ 01.216.891/0001-73  
Fechamento Autorizado.  
Pode ser aberto pela ECT.

Jornal informativo da Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina - Edição nº14

## LEMBRANÇAS DO MARCENEIRO ZÉ LUCINGER



Foto: José Lucinger durante o expediente na marcenaria

*O trabalho na Prefeitura de Londrina como marceneiro é lembrado com saudades e grande alegria*

José Lucinger, nascido em 2 de janeiro de 1941 na cidade de Guararapes – SP, mudou-se para Londrina em 1948 com seus pais, Vilin Lucinger (Iugoslávia) e Maria Lucinger (Brasileira) e oito irmãos. Filho primogênito, aos sete anos ajudava seu pai na roça e na produção de ferragens. Da sua adolescência até a idade adulta, já trabalhou abrindo fazendas, montando serrarias, como soldado do Exército Brasileiro, reformando e construindo casas em fazendas. Já morou em cidades como, Brasília, Barra dos Bugres (MT), São João do Ivaí (PR), Alto Alegre (SP), Juciara (PR), Ibioporã (PR), Nova Esperança (PR), Bela Vista do Paraíso (PR), Assaí (PR) e outras seis cidades.

Logo que se mudou para Londrina, aos 30 anos de idade, casou-se com Maria Izabel Pires Lucinger em 7 de março de 1971 e três meses depois foi convocado para trabalhar na Prefeitura Municipal e esse trajeto profissional foi contado com um grande sorriso no rosto e destaque por “Zé Lucinger”, como é conhecido pelos amigos e familiares. Trabalhou na equipe de manutenção de escolas que ficava localizada entre as ruas Santa Catarina e Minas Gerais, realizando pequenos concertos (portas com defeitos, troca de lâmpadas e torneiras, entre outros).

Durante o bate papo, Lucinger recorda como eram feitos os atendimentos nas escolas de Londrina. “Eu ia até as escolas de bicicleta, saía do centro da cidade e ia até o Jardim Paraíso e Jardim Ouro Verde com uma sacola de ferramentas, para ligar um fio que estava desligado ou trocar uma torneira, por exemplo”.

Em novembro foi convidado pelo secretário de educação, Manoel Barros Azevedo, para fazer parte da equipe da marcenaria, localizada no hangar do aeroporto – “O secretário me chamou e me deu 30 dias pra trabalhar e ver se dava certo. Depois de um mês ele voltou a me chamar. E eu muito vergenhoso e acanhado, porque era muito difícil pra mim, pois achava que ele era muito importante pra eu me aproximar fui até lá. Então ele me perguntou – O que você me diz? - e eu respondi que dava para produzir – Ele me deu todo o apoio”.

A mudança de local de trabalho para a marcenaria foi algo novo para Zé Lucinger, pois se deparou com maquinários e ferramentas que não conhecia, apesar de já ter ajudado o pai, quando ainda era adolescente a fazer mesas e cadeiras. Quando chegou eram em apenas seis funcionários e no início não havia demanda de trabalho. Após dois anos, a marcenaria foi transferida para a rua



Foto: Inauguração de uma escola no distrito de Guairacá na Fazenda Figueira



Foto: Intervalo dos funcionários após a inauguração da área de lazer



Foto: José Lucinger, 76 anos, marceneiro aposentado da Prefeitura de Londrina





## Telefone Úteis

**POLÍCIA MILITAR:** 190  
**POLÍCIA CIVIL:** 197  
**DELEGACIA CENTRAL:**  
3322-2000  
**BOMBEIROS:**193  
**CÂMARA DE VEREADORES:**  
(43) 3374-1300  
**CENTRO DE VALORIZAÇÃO DE VIDA:**  
141 - 3356-4111  
**CONSELHO TUTELAR:**  
(43) 3378-0374  
**COPEL/TELECOMUNICAÇÕES:**  
0800-4141 181  
**CORREIOS:** (43) 3377-3501  
**DETRAN:** 0800 - 6437373  
**DISQUE-EMPREGO:** 157  
**FÓRUM:** (43) 3371-3124  
**HORA CERTA:** 130  
**INFORMAÇÕES TELEFÔNICAS (TARIFADO):** 102  
**INSTITUTO MÉDICO LEGAL (IML):** 3357-0404  
**JUSTIÇA ELEITORAL:** 148  
**PREFEITURA MUNICIPAL DE LONDRINA:** 3372-4000  
**PROCON:** 151  
**RECEITA FEDERAL:**  
(43) 3294-8000  
**SANEPAR:** 115  
**TERMINAL RODOVIÁRIO:**  
3372-1800  
**TERMINAL URBANO:**  
3356-5252  
**ALCOÓLICOS ANÔNIMOS:**  
(43) 3326-3224  
**AGÊNCIA DO TRABALHADOR:**  
(43) 3334-2525  
**CAAPSMEL:**  
(43) 3376-2535

## EXPEDIENTE

### Notícias da AAPML

Associação dos Aposentados da Prefeitura Municipal de Londrina

**Rua Kozen Igue, 270**  
Jd. Granville – CEP: 86047-220  
CNPJ: 01210891 0001- 73  
Fone **(43) 3342 2435**  
**De segunda a sexta-feira das 8h às 18h**  
E-mail: aapml@hotmail.com  
Jornalista Responsável:  
Thalita Alves da Silva  
Registro profissional: 0010938/PR  
Diagramação: Froid  
Impressão: Aba Gráfica  
Tiragem: 1.000 – Publicação mensal  
**DIRETORIA EXECUTIVA**  
Presidente: Dilza Ramos  
Vice Presidente:  
Deusimar Leite Farias  
Secretário: Leni Vivian Branco  
Vice Secretário:  
Lucília de Godoy Garcia Duarte  
Tesoureiro: Juvenal Futagami  
Vice Tesoureiro: Célio Torres  
Dir. de Patrimônio: Rudolpho Horner  
Vice Dir. de Patrimônio:  
Wagnez Sambatti  
Dir. Social: Dirceu Pivaro  
Vice Dir. Social: Américo Sambatti  
Dir. de Esportes: Henrique Maringo  
Vice Dir. de Esportes:  
Paulo Roberto Alves Pedra

## Mês do Servidor promove cursos, palestras e jogos esportivos

*A expectativa é integrar e mobilizar servidores ativos e inativos nas atividades desenvolvidas para comemorar o dia do servidor*

Em comemoração ao dia do servidor, comemorado no dia 28 de outubro, a Secretaria Municipal de Recursos Humanos, por meio da Gerência de Treinamento e Desenvolvimento da Diretoria de Desenvolvimento Humano, irá realizar diversos cursos, palestras, jogos e passeios que farão parte da programação do “Mês do Servidor 2017”. As atividades são gratuitas e serão destinadas aos servidores ativos, inativos e seus familiares.

De acordo com a secretária de Recursos Humanos, Margareth Socorro de Oliveira, o mês do servidor será para integrar os servidores ativos e aposentados. “A participação dos servidores inativos serão de suma importância para trazer aos ativos a experiência deles. Além disso, o aposentado terá a oportunidade de reencontrar colegas de trabalho, conhecer novas pessoas e os servidores ativos poderão

conhecer as pessoas que tanto contribuíram para as secretarias”, explicou.

As realizações de algumas modalidades vão depender da quantidade de inscritos. Os jogos disponíveis para participação são futebol, futsal, vôlei, voleibol, natação, malhas, buraco, cacheta, cachetão, dominó, tranca, truco, pebolim, sinuca, tênis e xadrez. As atividades são destinadas para o público masculino e feminino.

Além dos jogos também serão disponibilizados cursos para os aposentados, como: A arte de arranjar flores por meio do ikebana; Oficina de auto cuidado; História do Paraná - Desenvolvimento da cultura cafeeira; Como desenvolver a automotivação; Autoestima - Como você anda cuidando de você?; Direitos do consumidor, entre outros. Para mais informações sobre os cursos, (43)

3342 2435.

As inscrições prévias deverão ser feitas na sede da associação (Rua Kozen Igue, 270 – Jd. Granville) até o dia 18 de setembro. Para a efetivação da inscrição, será solicitado 1kg de alimento não perecível, materiais de higiene pessoal, fraudas geriátricas, dentre outros. A arrecadação será destinada ao Provopar Londrina e aos servidores ativos e aposentados que estão com necessidades financeiras. As vagas são limitadas.

O Mês do Servidor é uma ação da Prefeitura de Londrina por meio da Secretaria Municipal de Recursos Humanos, em parceria com AAPML, FEL, AFML, SINDSERV-LD, Secretarias Municipais e demais órgãos da Administração Direta e Indireta.

### Locais:

**AFML** – R. Funcionários, 363 - Jd Mediterrâneo  
**AAPML** – R. Kozen Igue, 270 – Jd. Granville  
**FEL** – R. Gomes Carneiro, 315 - Boa Vista  
**Prefeitura de Londrina** – Av. Duque de Caxias, 635.  
**Sindserv** – R. Bélgica, 821 – Jardim Igapó.

## ESPAÇO DO APOSENTADO

### COMO SERIA...

Os funcionários municipais, principalmente os mais antigos; os aposentados sentem-se mais londrinenses. Viveram em função da cidade, participaram da sua administração. Muitos participaram da elaboração de planos e projetos, e conduziram sua efetivação. Essas realizações da comunidade são assumidas pelos funcionários como realização pessoal em muitos casos.

Do mesmo modo, iniciativas julgadas importantes, na qual se trabalhou intensamente e que não se realizou, os diretamente envolvidos sabem e entendem por que o plano não se efetivou, mas permanece a frustração. Fica-se imaginando como estaria a cidade agora se aquele projeto tivesse sido realizado. A Av. Juscelino Kubitschek, por exemplo, faz parte de um plano de se criar uma via circundando a cidade nos anos 50. O projeto ligava a BR 369, Av. Rio Branco, rua Antonina, rua Jacarezinho, rua Brasil, Av. Presidente Wilson e fechando o círculo, BR 369 na altura da Vila Yara. A ligação da av. Rio Branco com rua Antonina, rua Antonina com rua

Jacarezinho deu-se com diretrizes da Prefeitura aos loteamentos que se fizeram no percurso. O alargamento da rua Antonina e rua Jacarezinho foi feito com desapropriações de partes de terrenos e remoções e reformas complicadas de casas existentes. O alargamento da rua Brasil só se conseguiu em uma quadra, onde era terreno público. A ligação da rua Brasil com av. Presidente Wilson implicava em grandes desapropriações e acabou não ocorrendo. A demora em executar o projeto, que com a rápida expansão urbana, levou a perda de interesse pelo objetivo. Mas resultou na Av. Juscelino, de grande importância para nossa cidade.

No começo dos anos 60 falava-se em melhorar o trânsito da cidade. Nas ruas ainda havia a circulação nos dois sentidos. A primeira ideia/solução era alargar ruas. Daí surgiu a ideia de prolongar a Alameda Manoel Ribas para leste, alargando a rua Santa Catarina, até a rua Brasil (já com plano de alargamento anterior de integrar o Anel Circular). As construções na rua em questão na época eram de pequeno porte, com vários terrenos públicos no traçado. Para oeste prolongaríamos a Alameda Miguel Blasi alargando a Rua Pio

XXI, inicialmente até a Avenida Higienópolis, e quatro quadras depois até a Av. Juscelino já em processo de implantação. As ocupações dos terrenos na época eram de construções antigas, de pequeno porte e “maduras” para novas construções. Para ajudar nas indenizações de parte de terrenos necessários para os alargamentos, havia uma lei que considerava a “área ideal” do terreno; ou seja o potencial construtivo da área, independente da área remanescente. Com esse detalhe, a área tomada para alargar podia ser compensada na altura do edifício. No final dos anos 60 completaram-se os estudos, sob todos os aspectos, da cidade de Londrina. Em conjunto com o setor de planejamento do Estado do Paraná, e a participação de urbanistas de renome nacional, elaborou-se o primeiro Plano Diretor de Londrina. Das inúmeras sugestões e planos propostos, talvez seja interessante avaliar o que se tornou realidade. É o que veremos em outra ocasião.

Rudolfo Horner

**Londrisan**  
Saúde Emocional  
Dr. Juarez Torres  
Psicanalista Clínico

A vida é feita de escolhas...  
Escolha pela sua felicidade.  
Agora em parceria com a Associação.

**Contatos:**  
(43) 98431-5463 - Vitória  
98459-9295 - Irene  
3323-7132 - Escritório

## FIQUE ATENTO

No dia 20 de setembro na AAPML, das 8h às 12h o Programa de Preparação à Aposentadoria da Secretaria Municipal de Recursos Humanos da Diretoria de Saúde Ocupacional da PML em parceria com a AAPML, irá realizar a palestra e oficinas de auto cuidado. O tema do evento é “Saúde e Auto Cuidado”. A palestra será ministrada pelo médico da Secretaria Municipal de Saúde, Eduardo Shiratori. Também terá ações desenvolvidas no pátio como, maquiagem, cortes de cabelo, auriculoterapia, massoterapia, entre outras. A participação é

gratuita. Será na AAPML

A 4ª Tarde Festiva na AAPML será realizada no dia 29 de setembro, das 14h às 17h. O palestrante será o psicanalista clínico, Juarez Torres, abordando o tema “Abrindo mão da ansiedade – Eu não quero mais ser uma pessoa ansiosa”. Além da palestra será realizada atividades recreativas. É gratuito e não é necessária confirmação prévia.

## Eleição dos integrantes do Conselho Administrativo da Caapsml

*Ao todo são seis integrantes efetivos do conselho e suplentes. O mandato terá início em 2018 e encerrará em 2021*

A Caixa de Assistência, Aposentadoria e Pensões dos Servidores Municipais de Londrina (Caapsml) irá realizar a eleição para escolha dos membros efetivos e suplentes que vão compor o Conselho Administrativo do órgão. A divulgação oficial dos candidatos foi publicada no dia 11 de setembro, no edital nº 36/2017 no portal da Caapsml. Os candidatos representando os aposentados são, Luiz Evaldo da Silva Ferreira e Rosângela Maria Cebulski.

O Conselho Administrativo na Caapsml é um órgão colegiado que faz parte da direção da Autarquia, auxiliando em diversas e importantes decisões, como na definição do Orçamento da Autarquia, elaboração de regulamentos internos, processos de Licitação, análise dos processos de reconsideração dos usuários, entre outras atividades. Ao todo são seis integrantes efetivos do conselho e suplentes. O mandato terá início em 2018 e encerrará em 2021.

**Mandato de 2013 a 2017** - Os integrantes do Conselho Administrativo da Caapsml aprovaram durante quatro anos de mandato, reforma do prédio da Caapsml; política de investimentos com resultados colhidos acima das metas estabelecidas; estudo e compilação, juntamente com a administração das resoluções do plano de saúde, na qual resultou em apenas uma resolução; aprovação da instalação da fisioterapia e ambulatório; aprovação das contas da Caapsml; aquisição de novos veículos para a Caixa; aprovação de compra de novos e modernos sistemas de informática para o plano de saúde e previdência.

**Eleições** - A votação acontecerá no dia 7 de outubro, das 10h às 20h, no prédio da Caapsml (Av. Duque de Caxias, 333). A votação será aberta à todos os segurados. O voto será secreto e intransferível e cada servidor deverá votar em um candidato, da seguinte forma: Inativos votam nos candidatos dos inativos, servidores da CAAPSMML votam nos candidatos da Caapsml e servidores da ativa votam nos candidatos dos servidores ativos. O resultado final será publicado no dia 18 de outubro, até às 18h.

## ACONTECEU NA AAPML

### Cerca de 100 pessoas compareceram no Jantar do Dia dos Pais

*O evento teve show cover do Elvis Presley e sorteios de inúmeros prêmios*

O jantar em comemoração ao Dia dos Pais foi realizado no dia 5 de agosto na sede da AAPML. Aproximadamente 100 pessoas compareceram e prestigiaram o show cover do Elvis Presley, realizado por Jeferson Inácio.



Foto: Aproximadamente 100 pessoas participaram do jantar do Dia dos Pais

Segundo a aposentada, Maria Aparecida Camargo, foi a primeira vez que participou de uma festa realizada na AAPML e se surpreendeu positivamente. “Eu amei o buffet e o show. Fiquei feliz por ter sido homenageada juntamente com meu esposo, Danilo José Ricardo, pelos nossos dez anos de casados”, afirmou.

Além da apresentação musical, também aconteceram sorteios de duas poupanças no valor de R\$100,00 do Banco Sicredi; dois almoços para casais no Restaurante Caco Self Service, oferecido por Caco Piacenti (Av. Paraná 38-A); entre outras premiações.

De acordo com o apresentador cover, Jeferson Inácio, participar deste momento especial o deixou extremamente feliz. “Agradeço pela oportunidade e parabéns pela linda festa que

realizaram, estava muito bem organizada e conduzida. A participação de todas as pessoas que estavam na festa foi extraordinária, eu me senti muito bem recebido. Notei que as pessoas ficaram felizes, cantaram e dançaram”, disse.

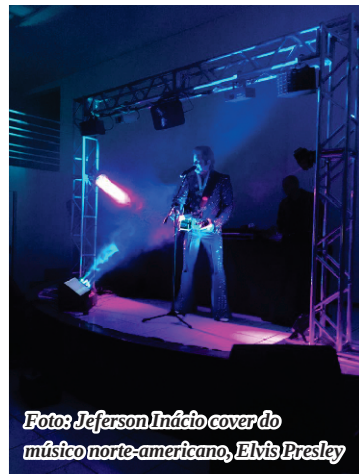


Foto: Jeferson Inácio cover do músico norte-americano, Elvis Presley



Foto: Maria Camargo e Danilo Ricardo casados homenageados pelos 10 anos de casados

### Planejando a aposentadoria é tema de encontro na AAPML

*A assistente social aposentada do H.U, Rosa Yoko Okabayashi ministrou a palestra para cerca de 50 aposentados e pré-aposentados*

O Programa de Preparação à Aposentadoria da Secretaria Municipal de Recursos Humanos da Diretoria de Saúde Ocupacional da PML em parceria com a AAPML realizou no dia 16 de agosto, a palestra “Planejando a Aposentadoria”, ministrada pela assistente social aposentada do Hospital Universitário, Rosa Yoko Okabayashi, além de relatos de aposentados sobre sua vida pós-aposentadoria. O evento foi realizado na sede da AAPML.

Segundo Rosa Yoko Okabayashi, a ideia central é que a aposentadoria fecha-se um ciclo de trabalho e de vida, mas abre-se um caminho para um novo ciclo. “Há várias perspectivas e uma delas é a opção de continuar trabalhando. Não se trabalha mais por obrigação, mas por escolha, porque isso lhe faz bem e você tem inúmeras atividades que podem lhe satisfazer”, disse.

Os principais assuntos citados na palestra foram, como se planejar para uma aposentadoria saudável, as fases da aposentadoria e do pré-aposentado, a fase da reorientação da aposentadoria, a necessidade de desconstruir a identidade que se constrói de acordo com a vida profissional, como ocupar o espaço do trabalho com atividades prazerosas e estereótipos do aposentado feliz.

Segundo a enfermeira aposentada, Lidia Kohatso, o processo de aceitação da aposentadoria foi bastante difícil, com diversos questionamentos, dúvidas, devido ao vínculo com o trabalho e a equipe. “Eu sempre estive muito presente no meu trabalho, na realidade eu tinha muita dúvida se eu deveria ou não me aposentar. Hoje, eu posso dizer que tudo isso, que todos os meus temores, do que eu iria fazer, se ficaria ociosa ou deprimida, estão superados. Acredito que uma coisa que ajuda muito é participar dessas reuniões preparatórias, que contribui para a tranquilidade em estar definindo a aposentadoria”, explicou.



Foto: Cerca de 50 aposentados e pré-aposentados da rede municipal participaram do evento



Foto: Relatos sobre pós-aposentadoria da enfermeira aposentada, Lidia Kohatso



Foto: A palestra foi ministrada pela assistente social aposentada do Hospital Universitário, Rosa Yoko Okabayashi