


Editais de convocação

Edital de Convocação

Assembléia Geral Ordinária

A presidente da Associação dos Economiários Aposentados do Espírito Santo (AEA-ES), no uso de sua competência estatutária, convoca os associados para a Assembléia Geral Ordinária, prevista no art.18, I do Estatuto Social da AEA-ES, a ser realizada na sede da AEA-ES, situada à Avenida Jerônimo Monteiro, nº 240, Edifício Ruralbank, salas 1211 e 1212, Vitória, Espírito Santo, na forma abaixo:

Data: 28 de março de 2007

Horário: 14 horas, em primeira convocação, com presença de, no mínimo, 10% dos associados; 14h30, em segunda convocação, com qualquer número de associados.

PAUTA:

- 01 Apreciar as contas da administração e votar o balanço do exercício encerrado em 31/12/2006.
- 02 Assuntos diversos.

Vitória, 15 de fevereiro de 2007

Maria da Penha Silva Favarato
Presidente



ASSOCIAÇÃO DOS ECONOMIÁRIOS
APOSENTADOS DO ESPÍRITO SANTO

Especial

Prevenção de quedas na 3ª idade



O especial desta edição do Informativo Voz aborda um problema sério de saúde coletiva, em decorrência da frequência e morbidade que gera. As quedas constituem a primeira causa de acidentes em pessoas acima de 60 anos e as mortes devido a quedas ocorrem principalmente nos idosos. [Página 03](#)

Estimados associados, cada vez mais nosso informativo se firma como um importante instrumento de informação do universo dos aposentados, especialmente no que diz respeito à AEA-ES. Agradecemos o apoio que temos recebido de muitos associados, estimulando nosso trabalho; gostaríamos de continuar recebendo sugestões para a melhoria contínua de nossas atividades. Nesta edição chamamos atenção para a leitura atenta sobre a ação de **Cesta Alimentação** na coluna de dr. Rodrigo Lessa (página 04), visto que muitos de nossos associados receberam indevidamente informações de outro escritório de advocacia, via Correios e esta correspondência deveria ter sido remetida apenas para aqueles que têm processo de auxílio alimentação com o dr. Julio do escritório de São Paulo. É de suma importância que nenhum documento seja remetido sem antes contactar a Associação. Outra nota de destaque é sobre a notícia divulgada recentemente sobre a desistência da Caixa de ações de **Auxílio Alimentação** e outras. Infelizmente os benefícios desta medida não são tão imediatos como gostaríamos. E, objetivando nosso bem-estar e qualidade de vida, vale a pena ler a matéria na página 03 sobre a prevenção de quedas na 3ª idade. Por último, estamos planejando um calendário de atividades sociais para este ano como a volta das comemorações dos aniversários, passeios e outros encontros. Aguarde que breve estaremos divulgando.

Boa leitura!

Maria da Penha Silva Favarato
Presidente AEA-ES



Avenida Jerônimo Monteiro, 240 - Ed. Ruralbank
Salas 1211 e 1212 - CEP 29010-900 - Vitória - ES
Telefone: (27) 3322-4560 / 3222-3860
aeaes@aeaes.com.br • www.aeaes.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA

PRESIDENTE: Maria da Penha Silva Favarato
VICE-PRESIDENTE: Aldir de Oliveira Nunes
DIRETOR ADMINISTRATIVO: Reginaldo Barcellos
Correia de Mello
DIRETORA DE ASSISTÊNCIA: Liene Maria Zorzaneli
DIRETOR FINANCEIRO: José Emilio Kobi
DIRETORA SÓCIO-CULTURAL: Myriam das Graças
Carvalho de Vasconcellos

Produção e edição:

É Fato Assessoria de Comunicação
3216-6820 - 9941-5562

Jornalista responsável:

Carlos Magno Lovatti (MTB 1908/ES)

Projeto Gráfico e editoração:

Comunicação Impressa - 3319-9062

AEA-ES comemora Dia do Aposentado com jantar no Porto do Sol em Guarapari

Bom mesmo é começar o ano reencontrando os amigos e comemorando com eles uma data muito importante, o Dia dos Aposentados. Alguns até podem dizer que não temos nada para comemorar, mas não é verdade, temos sim! Temos amigos, temos o tempo vivido, as experiências e a sabedoria adquiridas, temos história e estórias para contar. O momento é para ser vivido agora, aproveitado em cada segundo. Temos tanto tempo quanto um menino que acaba de nascer, uma criança de dez anos, um jovem de 18 ou um adulto de 35, pois a única certeza é o momento presente. Podemos e até devemos planejar o futuro, é sábio isto, mas sem a prepotência de exigir que ele se realize, afinal não somos donos do futuro, apenas do presente. É por isso que gostamos de comemorar, de estarmos juntos sempre que possível. O Dia do Aposentado é um marco para nos lembrar e celebrar



tudo o que fizemos e poderemos fazer. Olhando para o passado, encontramos as ferramentas e as forças necessárias para realizar o tempo presente e ainda pensar no futuro. A AEA-ES existe para ser elo e promover nossos encontros. Encontros sérios, de lazer, mas também de idéias, de ajuda mútua, de troca de experiências. E foi neste espírito que mais de 70 pessoas se reuniram, no último dia 24 de janeiro, para comemorar o Dia do Aposentado. O jantar no hotel Porto do Sol (Guarapari), oferecido pela AEA-ES aos associados aconteceu num clima de muita alegria, reencontros, novas amizades e contou também com a presença do representante da Superintendência Regional Sul, o quase aposentado Reinaldo Fassarella e de gerentes da Agência Guarapari. O próximo encontro já está marcado. Será dia 24 de janeiro de 2008, em Guarapari. Anote na agenda! Aguardamos sua presença!



Caixa desiste de ações, mas não formaliza nos "autos"

A Caixa Econômica Federal comunicou no mês novembro de 2006, ao presidente do Tribunal Superior do Trabalho (TST), que desistiria das ações envolvendo horas extras, abono salarial, **auxílio-alimentação** e condenação subsidiária em contratos de terceirização. Contudo, para que tal ato produza efeitos legais, o pedido de desistência, obrigatoriamente, deve ser feito por escrito e em cada processo individualmente,

fato que não tem ocorrido.. "Sendo assim, não basta uma publicação da desistência via meios comunicação, sendo obrigatória a formalidade nos autos" esclarece dr. Rodrigo Lessa, advogado que atende a AEA-ES. Entretanto, todas as ações em andamento estão tendo os trâmites normais.

Outras informações podem ser obtidas no escritório: Bellini e Lessa Advogados Associados pelo telefone 3222-0152.

Prevenção de quedas na 3ª idade

O especial desta edição do Informativo Voz aborda um problema sério de saúde coletiva, em decorrência da frequência e morbidade que gera. As quedas constituem a primeira causa de acidentes em pessoas acima de 60 anos; e as mortes devido a quedas ocorrem principalmente nos idosos.

Dados epidemiológicos internacionais da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG) apontam que um terço dos idosos sofrem quedas, o que representa 91 mil idosos. Cerca de 10% daqueles que sofreram uma fratura do quadril terão uma refratura nos próximos três anos, segundo dados do Instituto Nacional de Traumatologia-Ortopedia (INTO)

Outro dado relevante é da Fundação de Seguridade Social (GEAP), que tem 5% dos assistidos idosos que sofreram fraturas, correspondendo a um total de 4,5 mil pessoas. Frente ao preocupante quadro, a fundação elaborou uma cartilha de prevenção de quedas, que ajuda a evitar esses acidentes. Vamos transcrever algumas dessas dicas da cartilha. O conteúdo completo pode se lido no site www.aeaes.com.br.

que tem 5% dos assistidos idosos que sofreram fraturas, correspondendo a um total de 4,5 mil pessoas. Frente ao preocupante quadro, a fundação elaborou uma cartilha de prevenção de quedas, que ajuda a evitar esses acidentes. Vamos transcrever algumas dessas dicas da cartilha. O conteúdo completo pode se lido no site www.aeaes.com.br.

Exercícios Físicos

Todas as pessoas ficam com musculatura mais fraca quando envelhecem, e as articulações (juntas) ficam mais endurecidas. Assim, é importante fazer exercícios regularmente, no mínimo três vezes por semana. Pode-se caminhar, praticar ginástica ou até dançar. Procure saber se existe algum programa de exercícios físicos na sua comunidade.

Casa Segura

- ▶ Tome cuidado com os perigos dentro de casa. Evite caminhar no escuro, sempre deixe iluminação fraca à noite, principalmente no trajeto até o banheiro. Não deixe móveis e objetos pelo caminho;
- ▶ Cuidado para não tropeçar em tapetes soltos, brinquedos e animais de estimação;
- ▶ Sempre que subir ou descer escadas use o corrimão;
- ▶ O piso do banheiro é escorregadio, portanto procure colocar barras de apoio nas paredes.

Calçados

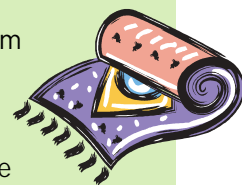
Procure usar sapatos confortáveis que fiquem firmes no pé, com salto baixo, e evite solas gastas e escorregadias.

Xô Tristeza

Se você sofreu na queda e ficou com medo de sair, procure ajuda logo! Ficar em casa isolado provoca depressão (tristeza) e os músculos ficam atrofiados, o que atrapalha a sua capacidade para andar.

Sono

Dormir bem é essencial para manter-se alerta durante o dia. Evite tomar remédios para dormir, mas se não for possível, use sempre a menor dose que puder, pois estes medicamentos podem provocar quedas.



PRINCESA ISABEL
DROGARIA
3222-6059
www.farmaciaprincisaisabel.com.br

MEDICAMENTOS COM ATÉ 90% DE DESCONTO

A Farmácia Princesa Isabel, parceira da AEA-ES, está oferecendo até 90% de desconto nos medicamentos para controle da hipertensão e da diabetes. Confira alguns exemplos:

✓ HIPERTENSÃO

Maleato de Enalapril - 10 mg, embalagem com 30 comprimidos. De **R\$ 21,76** por **R\$ 2,17**
Apenolol - 25mg, caixa com 30 comprimidos. De **R\$ 8,10** por **R\$ 0,81**

✓ DIABETES

Cloridrato de Metformina - 500 mg, caixa com 30 comprimidos. De **R\$ 6,40**, por **R\$ 0,64**
Glibemclamida - 5 mg, caixa com 30 comprimidos. De **R\$ 5,60** por **R\$ 0,56**

LIGUE PARA 3222-6059 E SAIBA QUAIS OUTROS MEDICAMENTOS FAZEM PARTE DESTA PROMOÇÃO.

Coluna - Doutor Rodrigo Lessa



Ações em duplicidade

Caros associados da AEA-ES, tomamos conhecimento no fim de janeiro de 2007, através de contato telefônico por parte de alguns associados, que o escritório do Dr. Júlio(SP) têm enviado correspondências aos economiários de forma geral, com o intuito de ajuizar ação de CESTA ALIMENTAÇÃO. Alertamos que os associados cujas ações estão sob o nosso patrocínio, já reivindicam a CESTA ALIMENTAÇÃO, quando do pleito relativo ao AUXÍLIO-ALIMENTAÇÃO. Quanto aos clientes mais antigos, a referida ação de CESTA será proposta tão logo o processo de AUXÍLIO venha a transitar em julgado. Assim sendo, solicitamos aos economiários que, antes de enviarem a documentação ao escritório do dr. Júlio, entrem em contato com o nosso escritório, ou com a AEA-ES, pois **ação ajuizada em duplicidade** pode ser considerada como **LITIGÂNCIA DE MÁ-FÉ**, sujeita ao pagamento de multas e perda do processo.

Até a próxima edição.

Atendimento na AEA-ES
Março/2007
Dias: 09 e 23
Horário: 9h às 11h

A Bellini & Lessa Advogados
Telefones 3222-0152
E-mails: bellinilessa@terra.com.br e
bellinilessa@uol.com.br
Rua Pedro Palácios, nº 60
Edifício João XXIII, sala 701
Centro, Vitória-ES, CEP 29055-131

Agenda



Parabéns "pra" você



Dia 28 de março, logo após a Assembléia Geral Ordinária, na sede da AEA-ES, estaremos comemorando o aniversário dos associados dos meses de janeiro a março. Venha rever os amigos, botar a conversa em dia e celebrar sua vida com a gente.

Dica

Que tal mandar uma carta, e-mail ou telefonar para aquele amigo que você gosta tanto? A AEA-ES pode lhe enviar uma listagem com o telefone e data de aniversário dos associados, se você quiser. Lembramos também que a listagem por data de aniversário está disponível em nosso site www.aeaes.com.br

História de Vida – Sr. Alcides Cassani

"Deu Zebra" na vida do sr. Alcides Cassani. Melhor, lhe deram uma zebra. Explico: é que nosso homenageado do mês foi chefe da Loteria Esportiva no Espírito Santo quando estava na ativa. O homem que começou como "contínuo" na agência da Caixa em Colatina, veio para Vitória como escriturário, foi para Afonso Cláudio como gerente da agência e voltou para Vitória para se tornar o comandante da "loteca capixaba". Em reconhecimento pelos trabalhos à frente do único jogo de loteria da Caixa naquele tempo, senhor Alcides recebeu uma zebrinha de vidro, que guarda até hoje com muito carinho e em perfeito estado de conservação. Cassani, como é conhecido, nasceu em São Sebastião, município de Santa Teresa, no ano de 1926. É casado com dona Rita Zanotelli, tem quatro ne-



tos e três filhos: Maria Izete, Ana Rita e Alcides André; este último também é funcionário da Caixa e já está quase entrando no time da AEA-ES. Ah! Dia 26 de outubro o casal de pombinhos vai completar Bodas de Diamante. Isso

mesmo! 60 anos de casado com a mesma mulher! Aos 80 anos (81 em abril próximo), o que Cassani mais gosta é viajar de carro e dirigir. Ele conta que conhece quase o Brasil todo. Uma vez fez uma viagem de 28 dias pelo nordeste do Brasil a bordo de uma Belina. Agora que ele tem uma Astra... segura o homem que eu quero ver. Outra coisa que ele não descuida é da saúde. Caminha três vezes por semana e procura se alimentar bem para desfrutar de cada momento que Deus lhe permite. Alcides Cassani aposentou em 1982 e foi um dos fundadores da AEA-ES.

As férias terminaram.

Mas sua tranquilidade não.

Crédito para você continuar a relaxar o ano todo.

Que tal prolongar sua tranquilidade, mesmo depois das férias? Com os Empréstimos Pessoais da Cooperforte você tem crédito para quitar aquelas contas de início de ano e também ajudar nas despesas da viagem. Tudo com rapidez, transparência, segurança e o que é melhor: comodidade. Você pode parcelar o pagamento em até 48X. Assim, você continua relaxando o resto do ano e pode curtir sossegado as lembranças das férias. Basta ligar para 0800 701 3766 e solicitar seu empréstimo.

COOPERFORTE

Seus sonhos em suas mãos

www.cooperforte.org.br + 0800 701 3766