

FOLHA DA AMASO



Informativo da Associação dos Metalúrgicos Aposentados de Sorocaba e Região

Rua Bernardo Ferraz de Almeida, 87, Jardim Faculdade, Sorocaba/SP
CEP.: 18030-290 - Telefones (15) 3031-4271, 3031-2459 - www.amaso.com.br

Sorocaba - MARÇO de 2024 - Ano 5 - Nº 50

PROPOSTAS PARA O ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL DOS APOSENTADOS

A Amaso levou à Secretaria da Cidadania de Sorocaba uma série de propostas que visam proporcionar o envelhecimento ativo e saudável dos aposentados e aposentadas do município. São elas:

- Centro de Convivência para Idosos
- Programa de Atendimento Domiciliar
- Programa de Habitação para Idosos
- Atendimento Prioritário nos Serviços Públicos
- Promoção da Saúde Mental
- Cursos e Oficinas Específicas
- Acesso à Cultura e ao Lazer
- Programa de Voluntariado Sênior
- Conselho Municipal do Idoso

■ Página 3



VOCÊ SABIA?

Que todos os sábados a Amaso promove encontros dançantes da terceira idade? Além disso, oferece outras atividades de cultura e lazer e uma série de benefícios, como convênio médico, consultoria jurídica e muito mais. Por isso, fique sócio!

■ Página 4

Vande: 'Nossos desafios são grandes, mas a luta continua'

■ Página 2

'As pessoas estão vivendo mais', observa Hamilton Pereira

■ Página 2

Amaso e Fapesp querem reajuste maior para aposentadorias

■ Página 3



Quer falar com a Amaso, mande uma mensagem no nosso WhatsApp. Anote aí o número: (15) 99638-3395

Visite o nosso site - www.amaso.com.br
Estamos também no Facebook - facebook.com/amasodigital



Curta, compartilhe e fique por dentro de todas as nossas novidades!

PALAVRA DA DIRETORIA
Vande Pedrosa
 Presidente da Amaso


Nossos desafios são grandes, mas a luta continua

A Amaso (Associação dos Metalúrgicos Aposentados de Sorocaba e Região) entende que todos nós, aposentados, aposentadas, pensionistas, idosos e idosas, temos de ter consciência dos nossos direitos e ir à luta pelas nossas reivindicações.

Buscamos mais qualidade de vida. Por isso, não podemos ficar de braços cruzados no sofá de nossa casa esperando que outros resolvam os nossos problemas.

Nós, enquanto categoria de aposentados, temos de nos organizar e fazer mobilizações. Ir em busca de nossos direitos e de nossas reivindicações

nos poderes públicos em todos os níveis: municipal, estadual e federal.

No entanto, para que isso aconteça é muito importante que os associados venham participar e fazer parte da nossa entidade. Com a sua participação direta, estaremos mais fortes para discutirmos nossas reivindicações e nos organizarmos para a luta.

É por isso que a Amaso deseja, em mais este ano, que as famílias façam uma reflexão: é preciso ter mais paciência, amor e respeito com os idosos não só os da sua família, mas todos de maneira geral.



PLANEJAMENTO PARA 2024

Com a presença do secretário de organização do SMetal (Sindicato dos Metalúrgicos de Sorocaba e Região), Izídio de Brito, os diretores da Amaso realizaram uma reunião de planejamento. Na ocasião, Izídio aproveitou para fazer uma análise sobre a situação dos aposentados no país. "Com certeza a presença do Izídio muito acrescentou ao nosso encontro", afirma o presidente da Amaso, Vande Pedrosa. "Podemos entender o que nos espera em 2024 e tirar propostas que pretendemos implantá-las ao longo do ano."

Expediente
FOLHA DA AMASO
Março de 2024
www.amaso.com.br
www.facebook.com/amasodigital
DIRETORIA EXECUTIVA

 Vande Pedrosa (presidente)
 Hamilton Pereira (vice-presidente)
 Nelson Gonçalves (1º secretário)
 Ezequiel Zanardi (2º secretário)
 Amarelino Rodrigues (1º tesoureiro)
 Vicente Vitório (2º tesoureiro)

ARTIGO
Hamilton Pereira
 Vice-presidente da Amaso
 e ex-deputado estadual


Encontros dançantes da terceira idade são realizados nas noites de sábado no salão de eventos

As pessoas estão vivendo mais

Agora não há mais dúvidas: o avanço da ciência no campo da medicina, dos equipamentos médico-hospitalares de alta tecnologia, combinado com hábitos saudáveis, alimentação balanceada e exercícios físicos regulares, estão acrescentando mais anos de vida à população brasileira.

Devemos considerar também as campanhas de prevenção e o sistema vacinal, retomado a partir do Governo Lula. Agora não faltam vacinas e campanhas de conscientização sobre a importância de se prevenir contra a gripe, Covid-19, dengue ou problemas alérgicos.

Enfim, a constatação de que vem aumentando a população que alcança – e alguns até ultrapassam – os cem anos, tem animado o grupo da chamada terceira idade a se inscrever

e a frequentar clubes que oferecem práticas esportivas seja em quadras poliesportivas ou piscinas.

Na Amaso nós temos procurado incentivar nossos associados a frequentarem os encontros dançantes da terceira idade, realizados nas noites de sábado; as aulas de tai chi chuan nas manhãs de quinta-feira, bem como outras atividades como o Café da Manhã com os Aposentados, onde proporcionamos palestras educativas e confraternização social, sempre animadas com boa música que alegria a alma.

Prestígio, participe e fique sócio da Amaso! Estamos sempre de braços abertos para receber a todos com muita atenção e carinho, afinal viver bastante é muito bom, mas viver saudável e feliz é melhor ainda!

CALENDÁRIO DE PAGAMENTO DE BENEFÍCIOS 2024

	FINAL	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Benefícios até 05 salário mínimo	1	22/mar	24/abr	24/mai	24/jun	25/jul	26/ago	24/set	25/out	25/nov	20/dez
	2	25/mar	25/abr	27/mai	25/jun	26/jul	27/ago	25/set	28/out	26/nov	23/dez
	3	26/mar	26/abr	28/mai	26/jun	29/jul	28/ago	26/set	29/out	27/nov	26/dez
	4	27/mar	29/abr	29/mai	27/jun	30/jul	29/ago	27/set	30/out	28/nov	27/dez
	5	28/mar	30/abr	31/mai	28/jun	31/jul	30/ago	30/set	31/out	29/nov	30/dez
	6	1/abr	2/mai	3/jun	1/jul	1/ago	2/set	1/out	1/nov	2/dez	2/jan
	7	2/abr	3/mai	4/jun	2/jul	2/ago	3/set	2/out	4/nov	3/dez	3/jan
	8	3/abr	6/mai	5/jun	3/jul	5/ago	4/set	3/out	5/nov	4/dez	6/jan
	9	4/abr	7/mai	6/jun	4/jul	6/ago	5/set	4/out	6/nov	5/dez	7/jan
	0	5/abr	8/mai	7/jun	5/jul	7/ago	6/set	7/out	7/nov	6/dez	8/jan
Acima de 05 salário	1 e 6	1/abr	2/mai	3/jun	1/jul	1/ago	2/set	1/out	1/nov	2/dez	2/jan
	2 e 7	2/abr	3/mai	4/jun	2/jul	2/ago	3/set	2/out	4/nov	4/dez	3/jan
	3 e 8	3/abr	6/mai	5/jun	3/jul	5/ago	4/set	3/out	5/nov	5/dez	6/jan
	4 e 9	4/abr	7/mai	6/jun	4/jul	6/ago	5/set	4/out	6/nov	6/dez	7/jan
	5 e 0	5/abr	8/mai	7/jun	5/jul	7/ago	6/set	7/out	7/nov	7/dez	8/jan


CONSELHO FISCAL EFETIVO

 Ailton da Silva, o Madruga
 Antônio Roberto Briones Vieira
 Benedito Vanderlei Trindade, o Telecto

CONSELHO FISCAL SUPLENTE

 Cícero Martins da Silva, o Cirilo
 João Garcia
 José Carlos Pereira, o Peleguinho

JORNALISTA RESPONSÁVEL

 Marcelo Macaus
 MTB: 39.864/SP

DIAGRAMAÇÃO

Wilson R. Grillo Jr.

Propostas elaboradas pela Amaso visam promover o envelhecimento ativo e saudável dos aposentados

Os diretores da Amaso encaminharam aos responsáveis pela Secretaria da Cidadania de Sorocaba uma série de propostas que visam promover o envelhecimento ativo e saudável dos aposentados, aposentadas, pensionistas, idosos e idosas do município.

O presidente da Amaso, Vande Pedrosa, explica que o objetivo é contribuir para uma cidade mais justa, inclusiva e sustentável. "A população idosa constitui uma parte significativa e crescente da sociedade de Sorocaba e a maioria enfrenta desafios relacionados à saúde, inclusão social, acessibilidade e participação cidadã", afirma.

Por isso, no ofício enviado à Secretaria da Cidadania há oito pro-

postas que foram elaboradas com o apoio do secretário de organização do SMetal (Sindicato dos Metalúrgicos de Sorocaba e Região), Izídio de Brito, que também é conselheiro municipal de saúde.

Para ele, é essencial que a administração pública pense em políticas que levem à melhoria de vida e ao bem-estar dos aposentados; à redução do isolamento social e ao aumento da participação cidadã e comunitária.

Vande acrescenta que o acesso a serviços de saúde, educação, cultura, lazer e educação são importantes ferramentas de promoção de um envelhecimento ativo e saudável. "Também é necessário realizar estudos e levantamentos para identificar as necessidades

e as demandas específicas dos aposentados do município."

Além disso, ele acredita que o projeto pode sim ser tirado do papel, inclusive estabelecendo parcerias com organizações da

sociedade civil, instituições de ensino, empresas e outros setores da comunidade. Por fim, agradeceu ao apoio de Izídio de Brito na elaboração das propostas e prometeu cobrar a implantação de todas elas.

As propostas

- Centro de Convivência para Idosos
- Programa de Atendimento Domiciliar
- Programa de Habitação para Idosos
- Atendimento Prioritário nos Serviços Públicos
 - Promoção da Saúde Mental
 - Cursos e Oficinas Específicas
 - Acesso à Cultura e ao Lazer
- Programa de Voluntariado Sênior
- Conselho Municipal do Idoso



Vande Pedrosa defende o acesso de aposentados a serviços de saúde, educação, cultura, lazer e educação



Izídio de Brito (à direita): administração pública deve pensar em políticas que levem à melhoria de vida e ao bem-estar dos aposentados

Fapesp considera injusto reajuste de 3,71% para aposentadorias acima do salário mínimo

A direção da Fapesp (Federação das Associações e Departamento de Aposentados, Pensionistas e Idosos do Estado de São Paulo) segue inconformada com o reajuste de 3,71% nas aposentadorias daqueles que recebem acima do salário mínimo.

Por isso, o presidente da entidade, Antônio Alves da Silva, encaminhou ofício à Frente

Parlamentar Mista em Defesa dos Aposentados cobrando ação e destacando a necessidade urgente de uma política de valorização dos benefícios.

Conforme ele, os aposentados que hoje ganham acima do mínimo contribuíram com percentual maior durante a vida laboral. Assim, deveriam ter garantida uma aposentadoria

digna e justa, ao invés das sucessivas perdas.

No mesmo ofício – que possui duas páginas –, Antônio Alves cobrou o retorno do pagamento integral da pensão por morte. "Defendemos a integralidade dos benefícios, sem redutor de valores, principalmente para aqueles que têm a pensão como única forma de renda", justifica.

CONFIRA OS BENEFÍCIOS QUE A AMASO TEM PARA VOCÊ

Convênio com a Fenix Medical

Oferece cobertura total. Os valores dos planos individuais são especiais para os nossos associados. Os serviços oferecidos são ambulatoriais, consulta internação e cirurgia. A Fenix Medical conta com hospital próprio – Hospital Santo Antônio, em Votorantim – e segue as normas da Agência Nacional de Saúde Suplementar.



Remédio a preço de custo

Parceria com o Instituto Social de Gestão e Cidadania, a FarmaSin, que oferece medicamentos e perfumarias a preço de custo.

Café da Manhã com os Aposentados

Realizado toda a segunda terça-feira do mês, às 9h. O evento sempre traz um convidado especial para ministrar uma palestra com tema pertinente. Além disso, é oferecido, de graça, um delicioso café da manhã a todos os presentes, num momento de interação e confraternização.



Encontros de terceira idade

Realizados todos os sábados, das 18h às 23h.

Colônia de férias

À disposição dos associados na Praia Grande, graças à parceria que mantemos com a Federação dos Metalúrgicos do Estado de São Paulo.



Descontos em exames e na compra de aparelhos auditivos

Parceria com a Audisense Aparelhos Auditivos garante descontos em exames (audiometria) e na compra de aparelhos auditivos.



Consultoria jurídica

Oferecida de terça a quinta-feira, das 9h às 12h, com os seguintes temas: Terça-feira: Assuntos gerais, separação e inventário; Quarta-feira: Revisão previdenciária; Quinta-feira: Revisão de juros abusivos com bancos e outras instituições financeiras.



Aulas de Tai Chi Chuan

Todas as quintas-feiras, das 8h30 às 10h, na sede da Amaso, com o mestre Rui Nakamura



Convênio com a Óptica Isabela

Associados têm desconto de até 50% na compra de lentes e armações na Óptica Isabela, localizada na Rua Miranda Azevedo, 47b, Centro de Sorocaba. Para saber mais, mande uma mensagem no WhatsApp (15) 99638-3395.

Quer saber mais?
Ligue (15) 3031-4271 ou mande uma mensagem em nosso WhatsApp (15) 99638-3395