



INFORMATIVO

Associação dos Aposentados da CRT

O JUBILADO

Ano XXVI | EDIÇÃO 172 | PORTO ALEGRE – OUTUBRO/NOVEMBRO/DEZEMBRO 2018



**FELIZ NATAL!
SAÚDE PARA TODOS.**

GESTÃO 2018/2021
Qualidade de vida para todos!

Uma Noite na Bahia com glamour e alegria

O Jantar Baile foi o grande evento do ano, o mais esperado, e marcou o encerramento das atividades da AACRT no ano de 2018 junto aos seus associados. Realizado no Clube Geraldo Santana, no dia oito de dezembro, reuniu 509 sócios e convidados. O tema da festa foi “Uma Noite na Bahia”.

O primeiro momento da festa começou com um jantar especial, elaborado pelo Buffet Mont Blanck, do próprio clube, servido a partir das 20 horas.

A festa teve início logo após a retirada do buffet, às 22h30min, com a entrada dançante de um grupo de baianas típicas, formado por associadas dá o

tom de animação da noite. A seguir, um casal de capoeiristas realiza uma bela apresentação, ao som do berimbau.

Um brinde com espumante aos 41 anos de fundação da AACRT é oferecido, após todos cantarem um Feliz Aniversário contagiante.

A partir deste momento a música toma conta, conduzida pela tradicional banda Caravelle, levando os convidados a preencher todos os espaços da pista de dança com energia e animação. Dançarinos contratados acompanharam as senhoras que desejassem dançar.

No intervalo da banda começa o sorteio, com brindes oferecidos pela

corretora RSul Vidas (uma TV 43”, um tablet Samsung, um celular e um Micro system) e pela Icatu Seguro (guarda-sóis, mochilas e coolers), sorteados entre os sócios que possuem seguro de vida.

Outros brindes, alguns oferecidos pelas agências de viagem Meridien, Sieben Tour e Galápagos (diárias em hotéis) e outros tantos adquiridos pela própria AACRT (TV 32”, micro-ondas, fornos elétricos e vários eletrodomésticos) são sorteados entre os todos os associados presentes.

A festa continuou animada até as 3 horas.



Assembleia Geral Extraordinária SINTTELRS e AACRT

O SINTTELRS e a AACRT convocaram seus associados para participarem de Assembleia Geral Extraordinária no dia 19/12/2018, no auditório da FETRAFI, em Porto Alegre, para avaliarem e deliberarem sobre a INCORPORAÇÃO do plano BrTPREV pelo TCSPREV na Fundação Atlântico e sobre as eleições para os conselhos deliberativo e fiscal da Fundação. Os sócios presentes deliberaram por unanimidade por autorizar as entidades a ingressarem na justiça contra a Fundação Atlântico caso se faça necessário.



Amigo Secreto e Culto Ecumênico

No dia 28 de novembro aconteceu o Culto Ecumênico e a troca de presentes com o Amigo Secreto, reunindo 250 pessoas no Clube Geraldo Santana, em Porto Alegre.



O evento teve início com a linda execução de três músicas Natalinas pelo nosso Coral. Na sequência, mensagens de três doutrinas diferentes foram proferidas por seus representantes, sendo esses o pastor evangélico João de Deus Antunes, o padre da paróquia Santo Antônio, irmão Arno Lunkes e a preleitora da seita filosófica japonesa Seicho-no-le (Lar do Progredir Infinito), Déa Lúcia Mansur da Silveira, mensagens estas que convergiram e evocaram a todos para a busca da harmonia, da paz e da esperança no ano que está por chegar.

O momento de reflexão suscitou um brinde com espumante, pelo ano que passou, pelos bons momentos juntos, pela confraternização com os amigos.

Um delicioso coquetel foi servido e a seguir ocorreu a troca de presentes de amigo secreto, incluindo a grande maioria dos presentes.



Na última etapa do evento, a banda assumiu a diversão, tocando e cantando sambas conhecidos de todos até o final da tarde.

www.aacrt.org.br | 51 3076.2450

Feliz Natal e um Próspero 2019!

EDITORIAL

O fim do ano é sempre um bom momento para pensarmos um pouco sobre a vida, lembrar das maravilhas que temos a agradecer e também de tudo aquilo que nunca mais voltaremos a fazer. A chegada de um novo ano também é uma ótima oportunidade para refletirmos sobre o que passou e ampliar os nossos horizontes para alcançar melhores ambições. Tentar não repetir os mesmos erros e atrair melhores sentimentos normalmente é um desejo comum, mas atingido por pouca gente. Talvez se agíssemos na mesma proporção que a nossa imaginação atua, teríamos mais chances de ser feliz. Não são os erros ou os acertos que conduzem nossa felicidade, e sim a forma como lidamos com cada um deles, negativa ou positivamente. Se o ano que passou não foi bom o suficiente, faça pelo menos o que deu errado de uma maneira diferente. Agora, se a alegria permaneceu ao seu lado como uma grande amiga, continue no mesmo caminho, e tente repetir mais vezes os momentos que lhe renderam muitos sorrisos. A vida é bela e mesmo com contratempos sempre será, porque o simples fato de estarmos vivos nos dá oportunidade de mudarmos tudo aquilo que não gostamos. A felicidade se conquista diariamente, colocando amor e dedicação em tudo o que fazemos. Leve o desejo de felicidade e de realizar os seus sonhos dentro do seu coração para o ano que vem. E cada ano que passa é um ano que não volta atrás. Não deixe os seus anos passarem em brancas nuvens. Aproveite as boas energias do fim do ano e o espírito de amor do Natal e reconcilie-se com você. Que este novo ano chegue primeiramente com muita saúde, pois assim teremos o suficiente para conseguirmos todo o resto. Que nunca nos falte coragem e que vocês, nossos associados, continuem por muitos anos prezando sempre pela amizade. A vida é todos os dias. Neste Ano Novo, tenhamos dias felizes, tenhamos um ano feliz. Que Deus abençoe e proteja a todos nós. Feliz Ano Novo aos Queridos Associados!

Diretoria Executiva.

EXPEDIENTE

Conselho de Administração

Efetivos - José Jurandir Teixeira Leite, Ruben Dario Vives, Reynaldo Ribeiro de Mello, Ivo Antônio do Amaral Luiz, João Alberto Oliveira de Andrade, Paulo Roberto Vieira da Rocha, Jorge Oir da Silva, Rui Gastão Silva de Oliveira e Jaqueline Dulac Goulart.

Suplentes - Jaime Souza De Marco, Iolanda Bohn, João Luiz Guns, Ondina da Costa Vargas, Rosa Alpoin Leite e Sérgio Foutoura da Silva.

Diretoria Executiva

Diretor Presidente - Newton Lehueur

Diretor Vice-Presidente - Eva Beatriz Teixeira Corrêa

Diretor Secretário - Lisete Maria Krug

Diretor Tesoureiro - Jairo Baroni Castoldi

Diretor Social - Márcia Gomes de Souza

Diretor Adjunto - Darci Werle.

Conselho Fiscal

Efetivos - Enoir Kovalski da Silva, Inês Zanetti e Tabajara da Silva Bregão. **Suplentes** - Ceila Maria Terezinha Poloni, Doroty Carmem Tomazi de Bona e Luiz Carlos Abrão Paz.

Edição e Projeto Gráfico :

Espaço arq design

Impressão: Gráfica Relâmpago / Tiragem: 4.200

GERAL

XV Seminário da ANAPAR – Regional RS

A Regional Rio Grande do Sul promoveu, nos dias 08 e 09/11, no hotel Embaixador, em Porto Alegre, o XV Seminário de Participantes de Fundos de Pensão, reunindo 120 pessoas oriundas de várias partes do país.

A AACRT participou da organização do evento através das suas diretoras Vice-Presidente, Eva Beatriz Correa e Secretária, Lisete Krug, respectivamente, Diretor de Planos, Convênios e Eventos e Conselheira titular da regional Sul, assim como os associados Itamar Prestes Russo e Sílvia Beatriz Schaeffer, igualmente membros do conselho Deliberativo da Anapar.

Temas tratados: Cenários Econômicos do Brasil e Internacional; O Resultado das Urnas: Qual a Perspectiva de Futuro para a Previdência Complementar Fechada; Panorama do Sistema: Anapar e sua Atuação Episódios Que estão Acontecendo nas Entidades; Por que a Previdência Complementar no Brasil tem o seu Fomento de Faz-de-Conta pelos Órgãos Governamentais? e Segredos para a Longevidade com Qualidade de Vida.



Reajuste do Plano Não Regulamentado

O plano de saúde Unimed Não Regulamentado sofrerá um reajuste de 20% a partir de 01/01/2019.

Encontro das Entidades

Os dirigentes das entidades AACRT, Sinttel e ASTTI reuniram-se no dia 16/10, na sede campestre da AACRT em Lajeado. O encontro é realizado trimestralmente para troca de informações e alinhamento de decisões que são comuns aos associados das três Entidades.

NOTA GINP

INCORPORAÇÃO DO PLANO

BRTPREV AO TCSPREV

O Sinttel/RS e a AACRT, através do Grupo de Trabalho GINP, juntamente com as suas assessorias jurídica (Escritório do Direito Social) e atuarial (Escritório Mirador), reuniram-se no dia 03/12 para avaliar os impactos desta incorporação quanto a preservação dos nossos direitos e obrigações, conforme resguardados pelo Termo de Transação Judicial – TTJ.

Ficou deliberado nesta reunião buscar informações deste processo de incorporação junto ao órgão oficial PREVIC.

Em novembro a AACRT teve perdas importantes dentre associados que muito contribuíram para a sua história:

Severino Ribeiro Palma - Diretor Presidente da AACRT no período de 1984 a



1988, faleceu no dia 05/11/2018. Trabalhou na CRT no setor de Pessoal, tendo sido o principal responsável pela implantação do Plano de Cargos e Salários – PCCS da CRT.

Ayrton Newton Rosa - Faleceu no dia 14/11/18. Trabalhou na área financeira da



CRT e foi Diretor de Seguridade na Fundação CRT. Na associação exerceu o papel de Conselheiro Fiscal de 1994 a 2004, sendo homenageado com o troféu destaque da entidade no ano de 2015.

OBITUÁRIO

Nome do Sócio	Data do Nascimento	Data do Óbito	Cidade
VALDEMAR DA SILVA BRUM	30/08/1947	01/10/2018	PORTO ALEGRE/RS
GLADYS COSTA MOREIRA DA SILVA	21/07/1932	06/10/2018	ESTEIO/RS
RAINA LAURA EW DOS SANTOS	02/08/1935	11/10/2018	PORTO ALEGRE/RS
SEVERINO RIBEIRO PALMA	16/04/1928	05/11/2018	PORTO ALEGRE/RS
MARIA ENEIDA COUTINHO PAIVA	06/03/1945	06/11/2018	BRASILIA/DF
EDI BRITO DA SILVA	16/03/1940	09/11/2018	TAQUARI/RS
AYRTON NEWTON ROSA	22/11/1936	14/11/2018	PORTO ALEGRE/RS
MARIO ROGERIO FERREIRA	14/09/1957	16/11/2018	PORTO ALEGRE/RS
LOURDES TEREZINHA C DREHMER	29/08/1949	02/12/2018	PORTO ALEGRE/RS
NEUSA TERESINHA MOTA LEMOS	30/04/1952	11/12/2018	SANTA MARIA/RS
LUIZ EWERTON FEIJO CAPPELLARI	22/04/1948	17/12/2018	PORTO ALEGRE/RS

EVENTOS

Outubro



Encontro de Coros na ASTTI - No dia 04/10/2018 foi realizado o Encontro de Coros na Astti, reunindo os quatro corais da AACRT (Porto Alegre, Caxias do Sul, Pelotas e Santa Maria) e dois corais convidados (Coral da Caixa Econômica Federal e Coral do Grêmio Náutico Gaúcho).



Chás - No dia 03/10/2018 foi oferecido o nosso chá na AACRT com a presença de 48 pessoas.



Almoço outubro rosa

O almoço de outubro ocorreu no Clube Geraldo Santana, dia 10/10, com a presença de 270 pessoas. Este almoço foi temático, enfatizando a campanha contra o câncer de mama "Outubro Rosa".



Encontro de pensionistas

No dia 31/10/2018 foi realizado um coquetel na AACRT para Pensionistas com a presença de 80 pessoas.

XI Encontro de Aposentados da AACRT

Na semana de 21/10/2018 a 27/10/2018 tivemos o XI Encontro de Aposentados da AACRT, com a presença de 398 pessoas no Resort Costão do Santinho. Mais uma edição do Encontro realizada com excelente resultado, de acordo com a opinião dos sócios.

Novembro



Seminário ANAPAR

Dias 8 e 9/11/2018 foi realizado Seminário Anapar no Hotel Embaixador com a presença de 28 pessoas.

Almoço na ASTTI

Novembro azul - No dia 14/11/2018 foi o almoço na Astti, um churrasco com a presença de 265 pessoas em homenagem ao "Novembro Azul" (campanha de prevenção ao câncer de próstata).



Dezembro

Passeio ao Natal Luz e São Francisco de Paula

No dia 14/12, um grupo de 70 sócios foi conduzido pela Diretora Vice-Presidente Eva Correa, e pela Diretora Secretária Lisete Krug, até Gramado para apreciar o tradicional acender das luzes de Natal naquela cidade. Após passear até as 22h30min, o grupo rumou para São Francisco de Paula, onde, após saborear um Café Colonial, pernitoou na Pousada São Chico e na manhã seguinte passou de Jardineira, conheceu o Lago São Bernardo e a Livraria Imagem.

Depois de conhecer a pitoresca cidade, onde conheceram a imagem de São Francisco de Paula e a Igreja, os associados almoçaram em uma churrascaria e retornaram para Porto Alegre.



Confraternização órgãos Administrativos

A confraternização de encerramento de 2018 dos órgãos administrativos da AACRT, compostos pelos membros do Conselho de Administração, da Diretoria Executiva, do Conselho Fiscal e do Conselho Consultivo foi realizado no dia 18/12, com um almoço no salão de festas da sede social da Associação.

13º Baile Estadual do Aposentado

Promovido pela FETAPERGS, acontecerá no dia 24 de janeiro de 2019 (quinta-feira), na Sogipa, em Porto Alegre/RS. O evento é comemorativo ao 35º aniversário da FETAPERGS e o Dia Nacional do Aposentado e será animado pela banda Brilha Som.

PARTICIPE!

DELEGACIAS

PELOTAS

Na integração das delegacias de Rio Grande e Pelotas com Santa Cruz do Sul, em 16 de outubro, participaram 65 pessoas no jantar.

Encerramento

O jantar de encerramento da Delegacia de Pelotas ocorreu no dia 14/12.



VIAMÃO

Em novembro, a Delegacia de Viamão programou um chá com palestra, levando 35 associados ao Vila Ventura Ecoresort para encontrar amigos e reconectarem-se com a natureza. Houve palestra com a terapeuta holística Lucia Silveira.

Festa de Fim de Ano

Em 11/12 aconteceu o almoço de encerramento da delegacia, reunindo 50 pessoas no restaurante Pedralli. A atração foi uma mostra de teatro. Foram coletados mais de 50kg de mantimentos para o Asilo Vovó Anita e 46 chinelos doados para a Associação Tia Lolo, ambas instituições de Viamão.



GUAIBA

Delegacia de Guaíba realizou um trabalho de busca a novos associados. No almoço cujo tema era novembro azul, aderindo a campanha de prevenção ao câncer de próstata, vinte convidados compareceram, sendo alguns deles não sócios teve como resultado três novos sócios, e o resultado foram tresw novos sócios e um a pensarum a pensar. O Sinttel esteve presente.



Encontro das Delegacias Regionais

O Encontro anual das Delegacias Regionais, em 2018 realizado em uma única edição no Hotel Embaixador, em Porto Alegre, entre os dias 02/10 e 05/10/2018.

No evento foram tratados os seguintes assuntos: apresentação do Relatório da Diretoria Executiva do ano de 2017, do Balanço Patrimonial e de Resultados do ano de 2017, das Premissas Orçamentárias para o ano de 2019, apresentação de duas Delegacias Regionais, Seguro de Vida e outros tipos de seguros, Sistema Gestão de Indicadores, Banrisul, Grupo Interentidades de Negociação Previdenciária – GINP: informação, Coordenação de Projetos Sociais e Coordenação de Eventos, assuntos operacionais (planos de saúde, descontos Fundação Atlântico e inadimplências, Programa de Gerenciamento da Saúde – PGS, tema a respeito de saúde: apresentação, Espaço para as entidades ASTTI e SINTTELRs, Memorial CRT, participação de Encontro de Corais na ASTTI, Orçamento para o ano de 2019.

PASSO FUNDO

A delegacia de Passo Fundo foi convidada para o almoço da AACRT na ASTTI no dia 14/11.

- Almoço "Novembro Azul" em Passo Fundo, dia 23/11, com a participação de 46 associados.



- Almoço em Erechim dia 29/11, com sete participantes.

- Almoço em Carazinho, dia 30/11/18, com onze participantes.

Comemoração da Yoga

Depois da aula de yoga, no dia 05/12 houve o amigo oculto no shopping Bella Citá, com 12 alunas e a professora Flávia.



RIO GRANDE

O almoço Fim de Ano da Delegacia de Rio Grande foi no dia 29/11. A antiga Rede Rio Grande também se reuniu no dia 1º/12 para comemorar o fim de ano.



CRUZ ALTA

- 26 associados de Cruz Alta se reuniram no dia 11/12 em um jantar de confraternização com troca de presentes no amigo secreto.

Encerramento do ano

No dia 13/12 os associados de Ijuí confraternizaram no restaurante Cozinha Brasil, com 14 pessoas presentes.



TAQUARI

- Almoço da Delegacia Taquari no Restaurante do Batata no dia 20/11/18.

Final de Ano

O encontro de final de ano em Taquari, no dia 12/12, reuniu 26 associados, com amigo secreto.



NOVO HAMBURGO

Alguns membros da Delegacia Regional de Novo Hamburgo fizeram uma visita ao Residencial Sinfonia, também em Novo Hamburgo, a fim de conhecerem as instalações oferecidas aos associados da AACRT.

A Delegacia de Novo Hamburgo esteve presente no último almoço do ano da AACRT, realizado em 14/11 na Astti.

O Almoço de encerramento da delegacia de NH foi em 05/12.



SANTA MARIA

As delegacias de Novo Hamburgo e Santa Maria promoveram, em 21/11, um dia de integração na sede campestre da AACRT, em Lajeado, com 57 associados, além da participação do Diretor Darci e do Delegado de Lajeado, Augusto. O encontro proporcionou aos participantes muita alegria e descontração, com desafios entre as delegacias tais como dança, corrida, corrida do ovo na colher, passo a passo, jogos, oficina do jogo tirifuca e apresentação de canto.

Encerramento

A festa de final de Ano da Delegacia de Santa Maria ocorreu no dia 12/12, em jantar realizado na churrascaria Tertúlia. Participaram 70 associados e 9 acompanhantes não sócios, com muita alegria e descontração.



ALEGRETE

A Delegacia de Alegrete recebeu 19 associados de Santo Ângelo em Santana do Livramento no dia 20/11. Estiveram presentes também sócios Uruguiana, Livramento e Alegrete, totalizando 33 associados.

Encerramento

No encerramento do ano da Delegacia de Alegrete, realizado em Uruguiana no dia 01/12/2018, participaram 20 colegas.



LAJEADO

A Delegacia de Lajeado realizou a sua festa de encerramento no dia 29/11.



CAXIAS DO SUL

Encerramento 2018

Na confraternização de final de ano da Delegacia de Caxias, no dia 04/12, na churrascaria Laço de Ouro, estiveram presentes 68 pessoas. O coral de Caxias fez uma linda apresentação.

- No dia 10/12 aconteceu o encerramento da **atividade de dança**.
- A última confraternização do ano foi a do **grupo Coral** no dia 14/12. Foi um encontro mágico, com amigo secreto.



Novos Delegados Regionais

1 - Vice-Delegado Regional de Canoas:

Pediu afastamento: Fátima Rosane Schroder.
Nomeada: Leocárdia Braga Avanze.

2 - Vice-Delegado Regional de Santo Ângelo:

Pediu afastamento: Oto Ritter
Nomeado: Amauri Quadros de Lima.

3 - Vice-Delegado Regional de Lajeado:

Pediu afastamento:
Elvídio Pires Siqueira
Nomeada: Eunice Maria Bruinsma

4 - Delegacia Regional de Bagé:

Temporariamente esta delegacia ficará incorporada à Delegacia Regional de Pelotas – Delegada:
Neiva Echevengúá - (53) 999622178

Encontro das entidades na terça-feira, dia 16/10, na sede campestre da AACRT em Lajeado, de que deveremos sair da Associação às 09h30min, com previsão de retorno (saída de Lajeado) até às 16 horas.

PASSO FUNDO

Almoço de encerramento da AACRT Delegacia Regional de Passo Fundo, dia 20/12, com 60 associados e 6 convidados. No restaurante Mac Leth Cada associado ganhou uma taça personalizada da AACRT Passo Fundo



SANTA CRUZ DO SUL

A oficina de pilates e dança da delegacia de Santa Cruz do Sul fez o seu almoço de encerramento no dia 12/12, na sede da AACRT S. Cruz.

Encerramento do ano

O final de ano foi comemorado com um jantar na sede, no dia 14/12, no restaurante Coma Bem, comparecendo 50 pessoas, com a grata presença dos sócios de Venâncio Aires.



O Coral de Caxias fez a alegria do Lar Bella Vita com sua apresentação no dia 20/11/18.



Em 29/11/2018 houve a confraternização entre Lajeado e Caxias na sede campestre da AACRT em Lajeado.

DELEGACIAS



OSÓRIO

Com uma Festa Amarela, a Delegacia de Osório realizou o Jantar de Confraternização Natal/Ano Novo, dia 24/11/2018, na Fazenda Pontal. Uma noite de muita alegria, brilho e diversão!

Jantar Baile

Associados Delegacia Osório, participantes do Jantar Baile. Fomos agraciados com o Troféu Caracterização em Grupo. Valeu a participação de todos!



CACHOEIRA

Festa de Encerramento

O almoço de final de ano de Cachoeira ocorreu no dia 15/12 reunindo 25 pessoas.

PELOTAS

Na integração Rio Grande, Pelotas com Santa Cruz do Sul em 16 de outubro, participaram 65 pessoas no jantar.



GUAIBA

Confraternização de final de ano

No dia 13 de dezembro/2018, na sede da Delegacia Regional de Guaíba, aconteceu o jantar de confraternização e encerramento do ano, sendo oferecido um delicioso churrasco, regado a chopp na temperatura e sorvete como sobremesa. Teve show de gaiteiro e amigo oculto, além do sorteio de brindes e peças de artesanato confeccionadas pelas artesãs.

A sede foi decorada pelas associadas com seus trabalhos artesanais.

Estiveram no evento 38 pessoas, entre eles um visitante do litoral, senhor Valim, morador de Torres



CANOAS

A delegacia de Canoas organizou seu almoço de encerramento de ano no dia 11/12. Estiveram presentes 65 associados os quais vieram de branco para encerrar o ano com muita paz. Esteve presente nosso diretor tesoureiro

Jairo que falou sobre a fundação e o quanto é importante manter as mensalidades da AACRT em dia Também esteve presente o Sr Telitu gerente financeiro e também o Sr. Luis Moacir Rosa que parabenizou os presentes pelo evento.

No final tivemos um salgadinho sucos água e refri o qual os associados fizeram uma colaboração espontânea.



Jantar de fim de ano no dia 05/12 na sede da AACRT. Participaram 37 associados e 14 convidados.



SOCIAL



OFICINAS DE PROJETOS SOCIAIS

As oficinas farão uma pequena parada durante os meses de janeiro e fevereiro/19, retornando na segunda semana de março, ou seja, a partir do dia 11/03/19.

Informamos que existem vagas para associados nas oficinas de: Pensamento, Artesanato, loga, Ritmos, Pilates de solo, Plantas e Bonsai, Informática, Teatro, Equilíbrio, Dança de Salão e Educação Financeira. Existindo o interesse, procure o Setor de Projetos Sociais para conhecê-las melhor e fazer sua inscrição.

Revivendo Rondinha ATIVIDADE JANEIRO/19

3 dias na colônia de férias nos
29, 30 e 31/01/2019
Valor R\$ 210, 00 por pessoa - 90 vagas
Inscrições a partir de 03 janeiro

CALENDÁRIO VIDA PLENA 2019

Com objetivo de atender as demandas dos associados e proporcionar maior participação nas atividades, o Grupo Vida Plena reorganizou seu calendário com atividades bimestrais para 2019.

Janeiro/Fevereiro	REVIVENDO RONDINHA	Dia: 29 à 31/01 - Custo: R\$ 210,00
Março/Abril	SEMANA DO APOSENTADO	Dias: 08 à 12/04
Maio/Junho	ELAS & ELES	Dia: 31/05
Julho/Agosto	ELES & ELAS	Dia: 30/07
Setembro/Outubro	AVÓS & NETOS	Dia: 14/10
Novembro/Dez	ATIVIDADE AMBIENTAL	Dia: 25/11

Venha participar, integrar e se divertir conosco!

GRUPO VIDA PLENA

O grupo Vida Plena realiza atividades mensais para os sócios sempre no campo cultural ou da saúde. No mês de outubro, devido ao Encontro da AACRT que aconteceu no Costão do Santinho, não houve atividade. A atividade de novembro só foi agendada no início de dezembro por causa da agenda da Fundação Gaia, destino do passeio.

DEZEMBRO – RINCÃO FUNDAÇÃO GAIA

Para encerrar as atividades do Grupo Vida Plena em 2018, no dia 05 de dezembro um grupo de 47 associados viajou para Pântano Grande com intuito de conhecer a Fundação Gaia, fundada pelo agrônomo e ambientalista José Lutzenberger, com a finalidade de disseminar educação relacionada a sustentabilidade.

No passeio o grupo visitou o sítio e conheceu a história de Lutzenberger, recebeu informações sobre preservação da natureza, sobre compostagem e coleta de lixo e ainda sobre agricultura orgânica (sem agrotóxicos).

O passeio incluiu café da manhã, almoço e lanche da tarde, tudo totalmente orgânico.

Encontro de Confraternização dos Oficineiros e Voluntários da AACRT



As diretorias Social e Vice Presidência promoveram, na Sede Campestre da AACRT em Lajeado, no dia 12/12, o terceiro Encontro dos Oficineiros e Voluntários da AACRT, evento que reuniu 148 associados para confraternizar e comemorar o encerramento do ano e demonstrar o que cada oficina e grupo realiza em suas atividades.

O grupo dirigiu-se a Lajeado de manhã cedo e passou todo o dia assistindo, se apresentando, falando sobre a sua atividade e convidando uns aos outros para ampliar a sua participação.

No almoço foi servido ao grupo um delicioso galetto com massas e saladas, preparado pelos voluntários e diretores que se dedicaram ao máximo para oferecer uma refeição de qualidade a convi-



dos tão especiais para a AACRT. Destaque e agradecimentos especiais aos dois assadores Luiz Carlos Tonaizer e Nildo Machado, que sempre participam e nos apoiam com o seu excelente trabalho.

Duas belas novidades foram apresentadas no encontro. A primeira delas foi a "Árvore da Integração", onde, numa tela com a imagem de um tronco de árvore pintada pela sócia Mari Ester Mainardi,

os voluntários e oficineiros presentes colocaram sua impressão digital colorida, compondo a sua copa.

A outra inovação foi a eleição dos voluntários do ano pelos participantes, sendo eleitos, como Voluntário do Ano da Área Social, a associada Neida Viegas e o Voluntário do Ano da Área de Eventos, Luiz Pereira Vieira.

E por falar em novidade, o Coral e a banda se apresentaram juntos pela primeira vez, executando quatro músicas em perfeita sintonia e mostrando que esta performance conjunta deve se repetir outras vezes.

O evento foi encerrado com a banda tocando até o momento de retornar a Porto Alegre.



Oficina do Pensamento



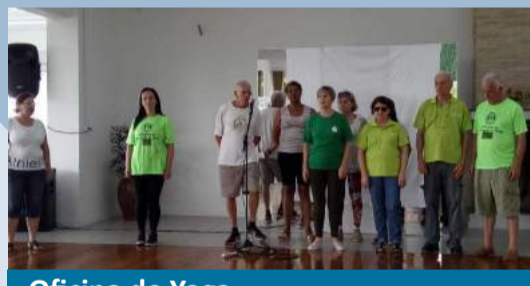
Oficina de Ritmo



Oficina de Equilíbrio



Oficina de Informática



Oficina de Yoga



Oficina de Reike



Oficina de Educação Financeira



Oficina de Teatro



Oficina de Pintura



Oficina de Pintura



Bibliotecando

GRUPO VOLUNTARIADO

O grupo voluntariado foi contemplado com a apresentação da assistente social e escritora Michelle Bertoglio Clos, cujo tema foi o livro "Mudando de Endereço", de sua autoria, em que relata a sua experiência quando residiu em uma instituição de longa permanência para idosos (ILPI), como parte do seu trabalho de mestrado, e sua vivência com os idosos institucionalizados.

O grupo participou trazendo suas impressões pessoais e do trabalho nas visitas as ILPIs, enquanto que a palestrante esclareceu questões sobre o envelhecimento, espiritualidade, sexo na terceira idade e a adaptação de cada pessoa nas ILPIs, entre outros.

Ao final a autora sorteou e autografou alguns exemplares do seu livro.



Reestruturação do PGS

Conforme foi informado na edição anterior, o Programa de Gerenciamento da Saúde está sendo reestruturado, para melhor atender aos associados com a utilização mais eficiente da verba.

A primeira atitude das entidades AACRT e ASTTI foi a contratação como empresa da especialista em gestão da saúde, Luciane La-Rocca Silveira, para coordenar a criação e execução do novo projeto do PGS a partir de 01/10/18.

Outra medida tomada pelas entidades foi buscar no mercado um médico para realizar o trabalho de auditoria e acompanhamento das faturas de cobrança das internações hospitalares dos sócios usuários dos planos de saúde Unimed.

O médico contratado foi o Dr. Rogério Alexandre Nedir Dornelles, que iniciará as suas atividades no programa a partir de janeiro de 2019.

Inicie um compromisso sério
COM VOCÊ mesmo.
Não perca Tempo!



*Desejo à “família” AACRT,
um NATAL de muita paz,
alegria e amor!
Fraterno Abraço!*

Dalva Leal Martins

oferecidas sessões de quick massage e aula de Tai Chi Chuan para os interessados. No almoço foi servido um saboroso galeto com salchipão, regado de notas positivas com um pocket show ao vivo do músico Cesinha Silveira, que animou a galera e ao final todos cantaram juntos. Para encerrar, foi realizada uma dinâmica denominada “campo minado”, onde o participante vendado era conduzido pelos demais e tinha que passar pelos obstáculos que representam empecilhos para conquistar os grandes objetivos do Envelhecimento Ativo: a melhora da saúde, a convivência social e a funcionalidade. Para fechar com chave de ouro, os participantes foram presenteados com uma mensagem para pendurar em sua árvore de natal, para que 2019, seja celebrado com mudanças de hábitos que contribuam com os diversos aspectos de saúde.

CONFRATERNIZAÇÃO ENCERRAMENTO DAS ATIVIDADES PGS

No dia 11 de dezembro, em clima de alegria e descontração, mais de 40 pessoas participaram da confraternização de encerramento das atividades do PGS, dentre estes, os participantes da caminhada, hidroginástica, alongamento e zumba, juntamente com a equipe do PGS e da Veloz Assessoria Esportiva. A comemoração ocorreu no Parque Kinijnik num dia ensolarado do típico verão gaúcho. Cercado por árvores e debaixo

de sol e céu azul, os participantes demonstraram todas suas habilidades com esportes adaptados, como Teco e Nilcon, além de rememorar a infância com jogo de Taco. Para acalmar a alma e relaxar o corpo, foram

oferecidas sessões de quick massage e aula de Tai Chi Chuan para os interessados. No almoço foi servido um saboroso galeto com salchipão, regado de notas positivas com um pocket show ao vivo do músico Cesinha Silveira, que animou a galera e ao final todos cantaram juntos. Para encerrar, foi realizada uma dinâmica denominada “campo minado”, onde o participante vendado era conduzido pelos demais e tinha que passar pelos obstáculos que representam empecilhos para conquistar os grandes objetivos do Envelhecimento Ativo: a melhora da saúde, a convivência social e a funcionalidade. Para fechar com chave de ouro, os participantes foram presenteados com uma mensagem para pendurar em sua árvore de natal, para que 2019, seja celebrado com mudanças de hábitos que contribuam com os diversos aspectos de saúde.

**Em 2019, esperamos que você possa comemorar conosco.
Venha fazer parte deste grupo e cuidar do seu corpo e da sua alma!**

COMO PARTICIPAR?

- Inscrição com a equipe interna do PGS;
- Avaliação de saúde e avaliação com Educador Físico;
- Entrega atestado médico;
- Disposição para participar e cuidar de sua saúde! Vagas limitadas!

BENEFÍCIOS

- Atividades físicas gratuitas (caminhada, hidroginástica, alongamento e zumba);
- Transporte gratuito para o local da caminhada ou hidroginástica;
- Equipe qualificada e comprometida;
- Entrega de relatório dos testes realizados para apresentar para seu médico;
- Impacto positivo em sua saúde e qualidade de vida;

FUNCIONALIDADE

O envelhecimento populacional é um fenômeno que ocorre em escala global, em especial, nos países desenvolvidos, caracterizando-se pelo

constante aumento da expectativa de vida e a queda de fecundidade, que resultam numa grande quantidade de idosos e uma significativa redução de crianças e jovens.

Na área da saúde, essa rápida transição demográfica e epidemiológica traz grandes desafios, pois é responsável pelo surgimento de novas demandas de saúde, especialmente a “epidemia de doenças crônicas e de incapacidades funcionais”, resultando em maior e mais prolongado uso de serviços de saúde.

A maioria dos idosos é portadora de doenças ou disfunções orgânicas que, na maioria das vezes, não estão associadas a limitação das atividades ou a restrição da participação social. Assim, mesmo com doenças, o idoso pode continuar desempenhando os papéis sociais. O foco da saúde está relacionado a funcionalidade global do indivíduo, definida como a capacidade de gerir a própria vida ou cuidar de si mesmo. A pessoa é con-

siderada saudável quando é capaz de realizar suas atividades sozinha, de forma independente e autônoma, mesmo que tenha doenças (MORAES, 2009).

Bem-estar e funcionalidade são equivalentes. Representam a presença de autonomia e independência, permitindo que o indivíduo cuide de si e de sua vida. A própria portaria que institui a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa considera que “o conceito de saúde para o indivíduo idoso se traduz mais pela sua condição de autonomia e independência que pela presença ou ausência de doença orgânica” (BRASIL, 2006).

Portanto, mantenha sua funcionalidade, pratique atividade física, realize acompanhamento médico regular e seja mais feliz!

Cuide-se bem, PARTICIPE! ESPERAMOS VOCÊ EM 2019!

ENTRE EM CONTATO CONOSCO - 51 98599.4897