

"ABENCAT" E VOCÊ

BOLETIM INTERNO DA ASSOCIAÇÃO DOS BENEFICIÁRIOS DA CATERPILLAR

FUNDADA EM 09 DE MARÇO DE 1993

4º TRIMESTRE DE 2000 Nº 12

TERCEIRO ANIVERSÁRIO

Com esta edição de **CABENCAT** e **VOCÊ**, completamos três anos de publicação. O boletim nasceu despretensioso, com 4 páginas. Já no segundo número, alcançamos 8 páginas, que nos pareceu um tamanho razoável e realizável. A periodicidade escolhida, trimestral, também se revelou praticável e satisfatória. Quanto ao conteúdo, temos procurado noticiar o que está por ocorrer e o que já ocorreu, no âmbito da ABENCAT, nas primeiras páginas. As páginas centrais, a partir do segundo número, passaram a ter destinação exclusiva. No segundo número, tivemos um informe jurídico. Já no terceiro número e seguintes, um tema mais presente na vida de todos nós, ganhou uma "cadeira cativa". Trata-se de saúde e qualidade de vida. Aí, além de artigos obtidos junto à área médica, temos dado espaço para depoimentos e informações pertinentes a saúde, originadas por associados. Assim, quando se iniciaram os "check-ups", num esquema inusitado que permitia a realização da quase totalidade dos

exames em um único dia, houve muita hesitação, não só de associados, vale dizer, aposentados, mas até de pessoal ativo. Divulgamos depoimentos dos desbravadores, que foram unânimes em aprovar esse programa. Nas páginas seguintes, temos divulgado informações úteis, curiosidades. As duas páginas finais, tem amplo espaço reservado a divulgar empreendimentos de associados ou dependentes, outras atividades de associados e até peças literárias de associados. Nessas páginas também lembramos alguns colegas, já falecidos, cuja dedicação ao trabalho, iniciativa e exemplo os tornaram merecedores de uma nota de reconhecimento e homenagem.

O boletim já mereceu comentários elogiosos de diversos associados. Somos agradecidos pelos elogios. Ajudam a recarregar as "pilhas". Mas seria desejável que essas manifestações viessem acompanhadas de matérias aptas a serem publicadas. Lamentavelmente, são poucas as colaborações espontâneas. Por vezes, temos escrito o que está "na cabeça" de

terceiros. E o fazemos para que o boletim saia com o maior número possível de "colaboradores". Renovamos, uma vez mais, nosso apelo, para que haja mais participação dos associados para enriquecer o conteúdo deste boletim. Como já dissemos, não se faz exigências quanto ao formato, o meio de transmissão etc. Até algum "ajuste" de redação ou ortografia, pode ser feito. O importante é que a contribuição possa encontrar alguma receptividade, motivada por fazer referência a situações, cenários, pessoas com as quais outros associados possam ter convivido. Estas indicações, não excluem outros depoimentos, curiosidades ou lembranças que possam ocorrer. Temos conseguido encontrar certa variedade de temas, e não conseguimos perceber o que impede que outros tenham "produtividade" semelhante ou mesmo superior. Estaremos no aguardo de colaborações.

MHM

LEIA NESTA EDIÇÃO:

CONFRATERNIZAÇÃO DE FIM DE ANO – p.2
PRESTAÇÃO DE CONTAS SEMESTRAL – p.2
O CORAÇÃO E A CIRCULAÇÃO NA 3ª IDADE – p.4
CIDADANIA 2 – RESPONSABILIDADE CÍVICA – p.7
ANIVERSARIANTES / LISTA DE E-MAIL – p.6
O QUE É COLESTEROL? – p.5

TIRAGEM DESTA EDIÇÃO

340 exemplares, sendo enviados 226 a associados, 22 a CBL/Previcat e 84 a não associados e 8 para arquivo e outros fins.

CONFRATERNIZAÇÃO DE FIM DE ANO

10 de Dezembro

Marque já na sua AGENDA

Mais uma vez a família Bergmann abrirá os portões da Wienke Educacional (Estrada do Alvarenga, 590 – Bairro Pedreira), no dia 10 de dezembro próximo, para o nosso habitual evento de confraternização de fim de ano. Além do almoço que está sendo providenciado, contaremos com o simpático casal Carlos e Malu, que já alegrou outros eventos nossos, e a estréia do coral do CQV – Centro de Qualidade de Vida, com um programa alusivo ao Natal. O coral “novato”, reúne empregados, familiares e também um aposentado. O grupo ainda é pequeno,

mas dedicado. Fazemos votos de que outros associados, que tenham gosto pelo canto (não se requer voz privilegiada, mas elas também são bem-vindas), a que se apresentem. Os ensaios, no CQV são às 4ª feiras, das 19h30 às 21h00. O “papo” com velhos companheiros, e outras atrações com certeza tomarão nosso tempo. Haverá distribuição de brindes, como se vê no CONVITE que está sendo enviado a todos os associados.

Reserve o dia 10 de dezembro para nós!

MHM

PRESTAÇÃO DE CONTAS SEMESTRAL

No dia 16 de setembro último, o antigo Prédio NC, de Santo Amaro, parte do atual SP Market, foi palco de reunião da Diretoria com os Conselhos Fiscal e Deliberativo. Para que a mesma permitisse também momentos de confraternização, os participantes foram convidados a se fazerem acompanhar das esposas que, enquanto a reunião se realizava, fizeram um passeio pelo SP Market. Conforme determinam os Estatutos, a cada semestre a Diretoria deve prestar contas da receita e da despesa da Abencat. A reunião, que contou com a presença de oito membros da Diretoria, três membros do Conselho Fiscal e sete do Conselho Deliberativo, teve início às 10h00, com a exposição, pelo Diretor Administrativo ao Conselho Fiscal, da documentação da contabilidade da Associação. Diversas indagações foram feitas pelos Conselheiros, tendo sido prestados os esclarecimentos necessários. Ao final, ficando os Conselheiros satisfeitos, foi lavrado um Parecer recomendando ao Conselho Deliberativo a aprovação das contas apresentadas. A seguir, com a participação de todos os Diretores e Conselheiros presentes, foi feita, pelo Diretor de Promoção Social, uma explanação sobre o progresso do Plano de Metas da Gestão 2000/2001. O Diretor Administrativo, fez uma

exposição e comentário do Demonstrativo de Resultados. Em seguida, foi dado conhecimento aos participantes, da recomendação do Conselho Fiscal, que posta em votação pelo Conselho Deliberativo, foi aprovado por unanimidade. Dentre as realizações mais significativas, foi dado conhecimento de que estava sendo formalizado um convênio com o CEC – Clube dos Empregados da Caterpillar, pelo qual os associados e respectivos cônjuges poderão fazer uso das instalações do Clube, em igualdade de condições com os sócios especiais. Outros assuntos da rotina da Abencat também foram discutidos, como uso de e-mail, a forma de custeio de transporte de Diretores e Conselheiros para reuniões de trabalho, campanha de novos sócios, a realização da confraternização de fim de ano em São Paulo. A reunião de trabalho se prolongou até às 13h30, quando o Presidente do Conselho Deliberativo a deu por encerrada. Conforme previsto, os participantes se dirigiram à conhecida churrascaria Montana Grill, onde, às próprias expensas, tiveram um saboroso e demorado almoço. Era cerca de 16h00 quando os participantes se retiraram, e o grupo de Piracicaba tomou o rumo da Via dos Bandeirantes.

MHM

EXPEDIENTE:

“ABENCAT” E VOCÊ

Jornalista Responsável: Fábio França MTB 1880 ▲ Coordenador de Redação: Mário Hélios Miotto

PROGRAMA DE NOVOS ASSOCIADOS

Temos usado a denominação de Campanha de Novos Associados ao empenho na atração de ex-colegas que reúnem as condições para pertencem à ABENCAT.

Os fatos demonstram que essa atividade não pode ser episódica, principalmente porque os resultados são muito modestos, e fatos também indicam que o empenho solicitado e esperado de atuais Associados e dirigentes da ABENCAT, não está se verificando.

Um exemplo do que dizemos é o fato de que algumas mensagens inseridas nas duas edições anteriores deste boletim, as quais, como esta, foram enviadas para potenciais Associados, sendo que alguns deles, após a segunda mensagem, já devolveram suas fichas de inscrição, sem a participação de ninguém mais.

Nossa experiência pessoal, com mais de 30 apresentações, mostra que é muito importante, ainda que não imprescindível em alguns casos, o contato pessoal

com o candidato. O telefonema, a remessa de formulários, é importante, mas são apenas "etapas" da conquista do candidato.
.....

Desejamos saudar e dar as boas-vindas aos novos Associados que foram sensibilizados com as mensagens e com o boletim, e que são os seguintes:

**Vitório Genovesi;
Braz Antonio Sátolo e
Sebastião do Vale.**

MHM

MENSAGEM AOS (ainda) NÃO ASSOCIADOS

Conforme anunciamos na edição do segundo trimestre, estamos enviando pela terceira vez um exemplar deste boletim, aos companheiros da PREVICAT dando mais um pouco de informações sobre quem somos, o que fazemos de nossa "inatividade". Renovamos nosso convite para que

venham se juntar a nós. Nós gostaríamos, muito, e temos certeza de que vocês também gostarão. Aproveitem! Se associem já e participem do próximo evento (10/12/00).

MHM

CARTAS DOS ASSOCIADOS

Não recebemos nenhuma carta ou e-mail de Associados neste período.

Como contatar a ABENCAT

Fale conosco. Queremos ouvi-lo, e, se possível, ajudá-lo.

Sede: Rua Prof. Brotero Bonilha, 192 - Nova Piracicaba - PIRACICABA - SP - CEP 13.405-041

Tele/FAX (0xx19) 421-7433 (com Secretária Eletrônica)

e.mail: abencat@ig.com.br

No escritório há atendimento pela nossa colaboradora ALINE, às 2ª, 4ª e 6ª, das 13h30 às 17h30. Exceções: segunda 2ª feira de cada mês quando ela participa da reunião da Diretoria, ou eventuais saídas breves para ir ao Correio ou Bancos.

Seja benvindo: ligue para nós.

São Paulo (0xx11)

Neyde (res.) 241-7415
Serafini 5667-2515
Armando 3721-2840
Olisses 3691-1020
Mike 282-2351
Tessitore 5667-2216

Luiz Paiva 268-2339
Edimar 268-2530
Milton A. Martins 832-9867

Piracicaba (0xx19)

Antonio Carlos 421-5484
Paulus 421-2122

Luiz Carlos 421-6448
Euclides 422-5911
Marcos 434-2702
Alcides 426-2667
Leonardo Jorge 421-1274
Mantovani 434-3486
Aline 421-7433

PROGRAMA DE PROMOÇÃO DE SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA, DA CATERPILLAR

O CORAÇÃO E A CIRCULAÇÃO NA 3ª IDADE

A questão do envelhecimento e velhice vem sendo objeto de preocupação atualmente em países em desenvolvimento, inclusive no Brasil, uma vez que o aumento do número de idosos em uma população acompanha-se de problemas de saúde de longa duração e que oneram tanto o indivíduo quanto a sociedade.

As doenças crônicas e suas complicações podem surgir e acentuar-se em decorrência de determinados comportamentos adotados, seja pela população em geral, seja por profissionais da área de saúde. A procura por assistência médica e o enfoque dado ao relacionamento médico-paciente são feitos em caráter emergencial com pouca atenção dada à prevenção dos problemas de saúde.

O coração é um músculo com características especiais que tem a função de bombear sangue oxigenado nos pulmões para todos os órgãos do corpo. No processo de envelhecimento, o coração tende a aumentar de tamanho e diminuir sua capacidade de bombear o sangue. Estas alterações são consideradas adaptativas, não indicativas de doença e portanto, compatíveis com vida absolutamente normal, mas sem dúvida, indicam uma diminuição da função cardíaca. A função do aparelho cardiovascular pode ser avaliada através do teste de esforço cardíaco ou ergométrico. Outros exames tais como a radiografia de tórax, eletrocardiografia, ecocardiografia, métodos nucleares (radioisótopos), tomografia computadorizada, ressonância nuclear magnética e a angiografia coronária complementam o estudo do coração e auxiliam na indicação do melhor tratamento de determinadas doenças.

Mas atualmente, é preciso enfatizar, a prevenção e a luta sistemática contra o processo da arteriosclerose constituem a base do tratamento da doença cardíaca. Na década de 60, foi desenvolvido o conceito de FATORES DE RISCO PARA AS DOENÇAS CARDIOVASCULARES que revolucionou o tratamento com resultados muito positivos. A hipertensão arterial (pressão alta), o aumento do colesterol, o diabetes, a vida sedentária, o tabagismo e o estresse foram reconhecidos como os principais responsáveis pelas doenças cardiovasculares e cerebrovasculares: infarto do miocárdio e derrame cerebral. A difusão dessas informações através de campanhas internacionais e o combate metódico a esses vilões vieram

modificar os hábitos de vida das pessoas com resultados surpreendentes. Estudos epidemiológicos mostram, como resultados desta verdadeira revolução, uma dramática queda no número de mortes pelo infarto do miocárdio e derrame cerebral.

Sabe-se que as doenças cardíacas tem componente hereditário, isto é, ocorrem com mais freqüência em determinadas famílias do que em outras e que são mais comuns entre os homens. Entretanto, a consciência dos fatores de risco e a sua correta abordagem são fundamentais para seu tratamento.

Adultos com idade superior a 65 anos que se engajam em atividade física regular têm capacidade de esforço físico aumentada, reduzidos níveis de gordura corporal e menores taxas de doença coronária, hipertensão arterial e câncer. Os exercícios físicos estão associados com a longevidade. Os efeitos benéficos da atividade física regular podem assegurar melhor qualidade de vida das pessoas da terceira idade, melhorando sua capacidade para o trabalho e recreação. Durante a prescrição de exercícios físicos, uma série de características fisiológicas, anatômicas e comportamentais devem ser consideradas para assegurar uma experiência agradável, segura e afetiva.

Muitos idosos que participam ou desejam participar de programas de atividade física têm limitações significativas. Os programas de exercício para pessoas com doenças degenerativas (exemplo: artrose) devem ser adaptados. Individualização do tipo de atividade, freqüência dos exercícios, duração das sessões e intensidade dos exercícios é crítica para o sucesso dos programas.

Enquanto a população envelhece e os efeitos da inatividade física predominam nessa população, os programas de atividade física para os idosos são de importância crescente. Embora a programação possa requerer planejamento diferente do utilizado para os mais jovens e a prescrição exija freqüentes adaptações, a relevância e os recursos para programas de exercícios em idosos não podem ser subestimados.

Dr. Carlos Augusto F. Salles
Médico Cardiologista do CQV
Especialista em Ergometria

COLESTEROL

O QUE É COLESTEROL?

É uma substância gordurosa encontrada em todos os tecidos animais e que participa também da formação de hormônios. O seu organismo fabrica todo o colesterol que ele necessita.

O colesterol é necessário para a saúde do corpo, mas, quando em excesso torna-se prejudicial. Você pode ter quantidades adicionais de colesterol ao ingerir alimentos de origem animal como carnes vermelhas, miúdos, gema de ovo e laticínios.

TODO COLESTEROL É PREJUDICIAL?

Não. O prejudicial é chamado LDL (Low Density Lipoprotein) que transporta e deposita colesterol na parede das artérias ocasionando o seu entupimento. O colesterol "bom" é o HDL (High Density Lipoprotein) que remove o excesso de colesterol transportando-o ao fígado onde é eliminado.

Uma pessoa saudável é aquela que apresenta altos níveis de HDL (acima de 35 mg/dl) e baixos níveis de LDL (abaixo de 130 mg/dL).

QUAL É A RELAÇÃO ENTRE COLESTEROL E DOENÇA CARDÍACA?

Estudos populacionais e clínicos têm demonstrado consistentemente que quanto menor for o nível de colesterol, menor é a chance de doença cardíaca coronariana. Os estudos documentam que maiores níveis de colesterol sanguíneo ocasionam um incremento na sua deposição nas paredes dos vasos que, como consequência, tornam-se mais estreitos. Como resultado o fluxo de sangue na artéria coronariana que irriga o músculo do coração é reduzido e poderá ocorrer em ataque cardíaco.

HÁ ALGUMA EVIDÊNCIA PARA DEMONSTRAR QUE A REDUÇÃO

DO NÍVEL ELEVADO DE COLESTEROL É BENÉFICA?

Os estudos clínicos demonstram que ao diminuir o colesterol elevado de um indivíduo, há uma redução no seu risco de doença cardíaca coronariana. Como regra geral, para cada 1% de redução do colesterol, há 2% de redução no risco dessa doença cardíaca.

O COLESTEROL É A ÚNICA CAUSA DE DOENÇA CARDÍACA?

Além dos níveis elevados de colesterol, há outros fatores de risco de doença cardíaca coronariana que requerem a sua atenção: fumo, pressão sanguínea elevada, obesidade, falta de exercício físico, estresse, entre outros.

COM QUAL NÍVEL DE COLESTEROL EU TEREI UM RISCO AUMENTADO DE DOENÇA CORONARIANA?

A Sociedade Brasileira de Cardiologia adotou pontos de corte para identificar as pessoas sob risco:

COLESTEROL TOTAL	COLESTEROL LDL
abaixo de 200 desejável	abaixo de 130 desejável
de 200 a 239 limítrofe/elevado	de 130 a 159 limítrofe/alto risco
acima de 240 elevado	acima de 160 alto risco

O RESULTADO DA DOSAGEM DO COLESTEROL É SEMPRE CONFIÁVEL?

O método que o laboratório dispõe para dosar o colesterol tem precisão de $\pm 6\%$; assim, se o resultado encontrado for, por exemplo, 250 mg/dL, isto significa que o valor real está compreendido entre 235 (-6%) e 265 (+6%). Além dessa variação ligada à metodologia, os níveis sanguíneos do colesterol flutuam hora a hora, dia a dia e ao longo das estações do ano.

Algumas doenças, dieta, ingestão de álcool, exercício físico, medicamentos, estresse, também ocasionam alterações no colesterol. Por essas razões, todos os resultados de colesterol acima de 200 mg/dL devem ter seu valor confirmado por uma segunda determinação, e a média dos dois testes usada como guia para a tomada de decisões.

COM QUE IDADE UMA PESSOA DEVE SE PREOCUPAR COM O COLESTEROL?

As evidências médicas indicam que a acumulação de substâncias gordurosas nas artérias começa desde a infância, embora as conseqüências não sejam evidentes até a idade adulta. Esta é, pois, uma moléstia silenciosa. Um estilo de vida saudável a partir da juventude, com dieta e exercícios adequados, pode prevenir doenças cardíacas.

Os especialistas sugerem um controle da colesterolemia a cada 5 anos a partir dos 20 anos de idade. Se existir história nos pais e irmãos, de colesterol elevado ou doença cardíaca coronariana, então a criança deve ser testada.

É MUITO TARDE PARA CORRIGIR UM PROBLEMA DE COLESTEROL SANGÜÍNEO?

Nunca é muito tarde. O cuidado com os níveis de colesterol é muito importante em qualquer idade. Se os seus níveis de colesterol total estiverem elevados, o seu médico assistente irá determinar a realização de outros exames como LDL, HDL, VLDL, triglicérides, apoproteínas A e B, ou outros. Caberá a ele interpretar adequadamente os resultantes e instituir a dieta apropriada e a medicação, se necessária.

Esta matéria é uma reprodução do prospecto da PREVILAB.

ANIVERSARIANTES (Dez/Jan/Fev)

Abaixo encontram-se as datas, os nomes e respectivos telefones das nossas aniversariantes desse período. A todas os nossos parabéns e votos de feliz aniversário.

Dez.		Telefone
01/12	Maria Aparecida P.de Carvalho	(11) 5201729
03/12	Maria Victoria S. Gasparetto	(11) 8357062
10/12	Regina Ap. F. de Almeida	(16) 3233363
11/12	Elma S. Copa Velasquez	(19) 4341823
11/12	Irene da Nazareth B. Pinheiro	(11) 8818639
16/12	Irani Barbosa Madeira	(11) 56315201
18/12	Juracy B. Bancaro	(11) 55600428
18/12	Marlene Honório S. Cayetano	(11) 99084766
21/12	Rosa Bugosi Timóteo	(11) 5293204
22/12	Neide Galdino Vilicic	(11) 2607454
23/12	Dirce Sales Bueno	(11) 5246153
25/12	Maria Cecilia F.F. Gil	(19) 4215899

Jan.		
02/01	Alayde M.Nascimento da Cruz	(11) 5203919
07/01	Ana Alice Neres Vieira	(19) 4262667
10/01	Neide Gonçalves Passadore	(11) 5788106
12/01	Irene Valdrigues Faccioli	(19) 4341049
13/01	Irene Ribas do Prado	(19) 4266771
15/01	Akie Takada	(11) 5220143
15/01	Antonietta Pagano Tacconi	(11) 2779448
16/01	Rena Popesko Zirianoff	(11) 4495821
22/01	Marlene Pereira Marques	

24/01	Natália M. Mendes	(11) 8342265
27/01	Marta Helena da S. Poletto	(19) 4263186
29/01	Maria de Lourdes C. da Silva	(19) 4263340
30/01	Maria de Lourdes Salim	(19) 4262551

Fev.		
03/02	Emília F. Morgulis	(11) 2874781
03/02	Maria Dolores C. Montes	(11) 93044905
06/02	Maria de Lourdes B. Marson	(15) 2832262
11/02	Maria de Lourdes D. Oliveira	(11) 56606488
12/02	Clarice Batista Camargo	(15) 2832578
13/02	Neide A. de Oliveira	(11) 38628762
13/02	Teodora da Silva Prado	(19) 8757520
14/02	Elayla A. Fonseca	(11) 37682480
20/02	Ivone Elizabete M. Mantovani	(19) 4343486
21/02	Neyde Helena D. Santos	(11) 2417415
21/02	Angelita Candança Guzella	
21/02	Luciana Valeri S. Dias	(19) 4338570
24/02	Ana Maria Vocurca	(19) 4213108
28/02	Maria F. Neves Lima	(11) 56118099

Nota: Caso o seu telefone tenha mudado, ligue para Aline (019-421-7433) e informe o novo número.

SEU TELEFONE MUDOU?

AVISE-NOS

Temos conhecimento de que números de telefone estão sendo mudados, na capital e no interior. Se é o seu caso, avise-nos logo. Não esqueça de avisar também à PREVICAT. É no seu interesse. Se mudar de endereço, também queremos

saber. Se você é um "internauta", passe-nos um e-mail informando o seu endereço eletrônico. O número de associados com e-mail está crescendo.

Abaixo vai a lista dos endereços já conhecidos:

LISTA DE E-MAIL

Antônio Carlos Fernandes	fernandesac@merconet.com.br
Antônio Jessey de S. Tessitore	tessiton@sti.com.br
Aristoteles Freire Filho	freireari@uol.com.br
Armando Ceccato	ceccato@uol.com.br
Carlos A. Serafini	caserafini@uol.com.br
Constante Mantovani	mant@imagnet.com.br
Emiliano Azevedo Neto	emiliano.neto@merconet.com.br
Fabio França	ffranca@uol.com.br
Giusepe Turini	ggturini@terra.com.br
Idvaldo Luiz Galani	galani.galani@f2s.com
José Carlos Fernandes Garcia	mmrobles@zaz.com.br
Manuel Moron Robles	mmrobles@zaz.com.br
Marcos Aguirre Armelin	m.armelin@merconet.com.br

ESTA É A MINHA CONTRIBUIÇÃO

Nota explicativa: Este artigo, parte de uma série, foi escrito pelo nosso colaborador, Mário Nusbaum, com bastante antecedência em relação às eleições, agora já transcorridas. Por isso, fica em parte prejudicado. Mas o que o Mário diz, não se esgota na eleição que passou. Logo estaremos envolvidos em nova eleição. Na oportunidade, poderemos republicar. A validade de suas considerações não tem data.

CIDADANIA 2 – RESPONSABILIDADE CÍVICA

No primeiro artigo desta série abordamos o tópico de Educação e de que forma os aposentados podem dar uma contribuição experiente a vários aspectos ligados a Educação de entes queridos, assim como ajudar membros da sociedade maior a respeitar valores sociais que impactam a todos.

Responsabilidade Cívica

Nos próximos 2 anos seremos chamados a cumprir aquele que talvez seja o mais importante dever cívico dos cidadãos, mas que com certeza é aquele que menos atenção merece e que é normalmente encarado como uma obrigação desimportante. Teremos primeiramente as eleições para prefeitos e vereadores e depois para presidente, governadores e parlamentares. Se pararmos para refletir por alguns instantes e lembrarmos que aqueles que serão eleitos terão a responsabilidade de gerir nossas vidas em sociedade assim como manipular nossos recursos monetários e financeiros, começaremos a nos conscientizar da enormidade desta responsabilidade.

Apenas para traçar um rápido paralelo, imagine como seria sua vida se você contratasse por 4 anos uma pessoa estranha para ser responsável por estabelecer as regras dentro de sua casa, assim como decidir como seu salário será usado. E você após algum tempo descobrisse que este indivíduo

estaria usando indevidamente parte dele para benefício próprio em detrimento de suas necessidades. É de se supor que esta situação não seria aceitável e que você tudo faria para se livrar deste indivíduo. Ao elegermos nossos governantes, temos que conviver exatamente com esta situação, sendo que a demissão deste indivíduo passa a ser um processo extremamente lento e árduo.

A primeira grande dificuldade é a de selecionarmos o indivíduo certo em que votaremos. Como não temos condição de entrevistas cada um dos candidatos, precisamos usar de outros recursos que nos ajudem a encontrar a melhor opção. É claro que não podemos votar por ser o candidato bonito(a) ou simpático(a). É preciso atentarmos para suas idéias, mas principalmente para o nível de realizações destes indivíduos. Normalmente os candidatos já possuem uma experiência política prévia, seja em cargos para os quais já foram feitos, ou seja em

entidades locais que lutam por certas bandeiras. É preciso conversar, discutir, avaliar e finalmente decidir por um nome que não só possa trazer as realizações, mas fazê-lo de forma honesta, ou seja, usando dos recursos públicos de forma correta e que traga um real benefício a população. Vamos deixar de votar em candidatos recomendados por "amigos" que na maioria das vezes são "cabos eleitorais pagos" e que não tem qualquer responsabilidade com o futuro, ou tem apenas interesses pessoais envolvidos. Ao pensarmos nos nossos futuros governantes neste início de milênio, vamos procurar eleger conscientemente os melhores para que possamos reduzir nossas reclamações e nos orgulharmos de termos ajudado a eleger políticos e governantes realmente preocupados com o bem estar do povo a nível municipal, estadual e federal.

No próximo e final artigo desta série, abordaremos o tema da "Responsabilidade Social".

Mário Nusbaum

Relembrando um nome que tem muito a ver com a história da **PREVICAT**

LUIZ RAFAEL PALOTINO

A Previcat – Sociedade Previdenciária Caterpillar, com seus planos de benefícios e de assistência médica, que já tem bons anos de história para contar, foi constituída graças à determinação de série de colegas, que mesmo enfrentando as grandes dificuldades dos tempos de “vacas magras”, conseguiram vender para a Administração local e para a Corporação a validade, necessidade e merecimento dos empregados brasileiros em terem essa valiosa proteção ao deixarem a Companhia, após muitos anos de dedicação.

Série de nomes e pessoas que tiveram relevante papel nesse processo vêm à mente, quanto tentamos reconstituir o “pré-natal” e nascimento da Previcat. Todos eles merecem uma lembrança e homenagem pela dedicação que tiveram, mas achamos importante lembrar e prestar um preito de homenagem a um jovem ex-diretor, que já não está mais conosco, que muito lutou para o fortalecimento da Previcat e aprovação do Plano de Assistência Médica: Ele é Luiz Rafael Palotino.

Palotino assumiu a Diretoria Administrativa, envolvendo, entre outros, os Deptos. de RH e RI, num momento particularmente difícil; o país vivendo severa conjuntura econômica, a

Companhia buscando alternativas para contornar a fraca demanda de seus produtos, que comprometia sua rentabilidade e resultados, iniciavam-se as especulações sobre a consolidação das operações, e completando esse cenário deparava-se com movimentação sindical bastante ativa. Apesar dessa situação com tantas adversidades, Palotino, apoiado pelos demais colegas diretores e subsidiado por suas equipes de trabalho, que tão bem soube conduzir, conseguiu introduzir série de melhorias e lançar sementes de uma nova filosofia no trato dos Recursos Humanos, que podem ser consideradas alicerces das grandes conquistas que a Companhia vem obtendo nos dias de hoje, quais sejam Certificação ISO 9002, Empresa Classe Mundial, Prêmio Nacional de Qualidade e Certificação em Excelência Operacional.

Ressalte-se a dignidade com que Palotino enfrentou sua insidiosa enfermidade; as limitações que cada vez mais se lhe impunha a doença, não se lhe quebrava a energia e denodo para atingir os desafiantes objetivos que assumira, um deles foi o Plano de Assistência Médica da Previcat.

Palotino, um nome para ficar na nossa memória!

Marcos Aguirre Armelin

CQV

As atividades do CQV que mais tem chamado à atenção, são as relativas a exercício físico, em sua sede. Porém, não se limitam a isso. Há um programa contínuo de palestras sobre temas relativos a Saúde e Qualidade de Vida, abrangendo as mais variadas faixas etárias. Além disso, caminhadas tem sido promovidas, com quase uma centena de participantes, nos parques da ESALQ ou da Rua do Porto. Está também em atividade um coral, que se reúne às 4ª feiras.

PARTICIPE! Informe-se pelo telefone (19) 420-1898

MHM