

ABENCAT e Você

BOLETIM INTERNO DA ASSOCIAÇÃO DOS BENEFICIÁRIOS DA CATERPILLAR - FUNDADA EM 09 DE MARÇO DE 1993

3º TRIMESTRE DE 2005 - Nº 31 - ANO VIII

Algumas reflexões sobre nossa Associação e seus caminhos

A nossa Associação tem uma origem e polarização muito claras, advém da Caterpillar Brasil S/A, hoje Ltda. Ou seja, nós associados da Abencat nos conhecemos, nos relacionamos e desenvolvemos nossas amizades através de nosso ingresso e convívio na Caterpillar. Lá adquirimos série de pontos comuns que ajudaram a moldar nossa peculiar cultura, firmar valores comuns e complementar nossa formação.

Quando na Caterpillar tínhamos nossa obrigação e objetivos profissionais, que se constituíam em nosso ponto comum e rotineiro de permanente encontro, em ambiente de desejada cooperação, além de nossos objetivos pessoais e familiares, que procurávamos desenvolver conciliados com aqueles. Ou seja, nossa união e proximidade advinha da natural obrigação de comparecermos ao trabalho todos os dias e, em consequência, nos encontrávamos e desenvolvíamos nossos níveis de afinidade e amizade que preenchiam nossa necessidade de convívio social, que se estendia às nossas famílias.

Quando nos desligamos da Caterpillar perdemos, de certa forma, esse pólo de convergência a alimentar nossos rotineiros encontros e desdobramentos de atividades sociais que mantínhamos, gerando para muitos, certo vazio de relacionamento. Aí entra a Abencat, com um de seus principais objetivos, a de ser um pólo alternativo para preservar e alimentar a cadeia de relacionamentos e amizades, que criamos durante nossa vida profissional.

No entanto, não é uma tarefa fácil para Abencat assumir essa condição de novo pólo de convergência social, pois, como observamos, no pólo Caterpillar havia a figura implícita da obrigação de lá estar, já na Abencat a figura que se apresenta é a da vontade e disposição de através dela manter nossas amizades e relacionamentos. Vontade e disposição que muitas

vezes são obstaculizadas por outras preocupações, prioridades, comodismo ou até outras obrigações. Assim precisamos encontrar e desenvolver alguns apelos mais fortes e motivadores para a Abencat se constituir em efetivo pólo de manutenção de nossa união.

Vários caminhos podem nos levar a este objetivo, um deles, que nos ocorre, é o de voltarmos à "origem" dos nossos relacionamentos, ou seja a Caterpillar, até porque nesse processo iremos cumprir de forma mais adequada e construtiva outros propósitos e papéis da nossa Associação. Até porque, embora tenha cessado nosso "vínculo formal e social" com a Caterpillar, continuamos vinculados indiretamente a ela através da Previcat e seus Planos de Benefícios e de Saúde. Ou seja, à medida que nossa Associação possa estar quanto mais próxima da Caterpillar e Previcat, firmando sua posição de parceria e cooperação, maiores serão as oportunidades de atrair e fortalecer o vínculo e participação dos Associados em suas atividades e promoções.

Observe-se que nossas Diretorias já tem desenvolvido um trabalho de maior aproximação à Caterpillar e Previcat, procurando colocar-se à disposição e cooperar no relacionamento com seus ex-funcionários, e temos encontrado boa receptividade de seus dirigentes a animar o esforço nesse sentido.

É importante que nossa Associação possa ser vista como uma forma de sucessão da Caterpillar a preservar e manter nosso nível de relacionamento social, favorecendo a transição da vida profissional à da aposentadoria, e vista também como uma entidade cooperativa e de apoio aos Planos de Benefícios e Saúde mantidos pela Caterpillar e Previcat.

Marcos Aguirre Armelin
Vice-presidente da Diretoria

TIRAGEM DESTA EDIÇÃO: 295 exemplares:

258 exemplares para associados; 21 exemplares para CBL/Previcat; 16 exemplares para arquivo e outros fins.

A FLORESTA

Roberto Shinyashiki

Um lenhador percorre há anos a mesma floresta. Diariamente, ele observa com cuidado as árvores e cada detalhe da mata que fazem com que seu trabalho seja o mais produtivo possível. E, assim, ele vai ganhando a vida com determinação e paciência.

Certo dia o lenhador encontra um sábio meditando na floresta, e os dois começam a conversar. O lenhador resolve contar o quão difícil é seu trabalho diário, sua cansativa rotina de cortar lenha, carrega-la até a cidade e encontrar um comprador para conseguir algum dinheiro.

Durante a conversa, o sábio pergunta se ele conhece toda a floresta. O rapaz lhe responde:

- Mais ou menos...

O sábio então lhe diz:

- Avance, meu filho, existem muitos tesouros esperando por você!

Durante anos, quando os dois se encontram, a saudação do mestre é sempre a mesma:

- Avance, ainda existem muitos tesouros esperando por você!

Certa vez, o lenhador, diferentemente dos dias anteriores, decide seguir os conselhos do sábio e entra na floresta, numa área ainda não explorada.

Ele olha ao redor e fica maravilhado. Tudo o que vê é diferente, os animais, as árvores e as flores. Para sua surpresa, ele encontra uma mina de prata. Apanha um pouco de metal e, com a venda, consegue dinheiro suficiente para sobreviver uma semana.

Todas as semanas ele vai até a floresta, feliz com a mina de prata. Agora tudo de que precisava era trabalhar uma vez por semana. Porém sempre que encontrava o sábio, ele sorria e dizia:

- Avance, ainda existem muitos tesouros esperando por você.

Até que um dia resolveu aceitar a provocação do mestre e foi além da mina de prata, passando por outras vegetações e, de repente, se deparou com uma mina de ouro. Extraiu o quanto pôde do valioso minério e depois vendeu no mercado da cidade. Era a maravilha das maravilhas, pois tinha dinheiro para um ano de vida.

Todos os anos, o ex-lenhador ia até a floresta, feliz com a mina de ouro. Agora só precisava trabalhar uma vez por ano. Porém, sempre que encontrava o sábio, este sorria e dizia:

- Avance, ainda existem muitos tesouros esperando por você.

O ex-lenhador mostrava-se muito tranquilo, pensando que já tinha conseguido tudo o que poderia imaginar. Até que novamente resolveu aceitar a provocação do mestre e foi além da mina de ouro, chegando até um local de beleza surpreendente, onde encontrou uma de diamantes. Pegou a pedra mais linda que encontrou, levou-a até a cidade e conseguiu dinheiro para nunca mais ter de trabalhar.

Muitos anos mais tarde, contando para seu filho a história da sua riqueza, ouviu a seguinte pergunta:

- Pai, por que você continua indo à floresta todos os dias, mesmo sem precisar mais de dinheiro?

O velho olhou-o com ternura e sorrindo disse:

- Eu gosto de pensar que sempre existe um novo tesouro para encontrar!

EXPEDIENTE

Jornalista Responsável: Fábio França MTB 1880

Coordenador de Redação e Edição: Mário Hélio Miotto

Digitação/Diagramação: Jorge L. Diorio – Fone: (19) 3432-8759 – e-mail: jginf@terra.com.br

Reprodução: Visual Cópias – Fone: (019) 3432-6567/ 68 – e-mail: visual@superig.com.br

As Três Peneiras

Dona Flora foi transferida da seção na fábrica em que trabalhava.

Para fazer média com o chefe, logo no primeiro dia, saiu-se com esta:

- Chefe, o senhor não imagina o que eu soube a respeito da Zefinha...

Nem chegou a terminar a frase porque o chefe interrompeu:

- espere um pouco, Dona Flora. O que vai me contar já passou pelas três peneiras?

- Peneiras? Que peneiras chefe?

Veja lá: a primeira peneira é a da

VERDADE. Tem certeza de que esse fato é realmente verdadeiro?

- Não. Como posso saber? O que sei é que me contaram, mas eu acho que...

- Então a sua história já vazou na primeira peneira. Vamos a segunda que é a da **BONDADE.**

O que vai me contar é alguma coisa que gostaria que os outros dissessem a seu respeito?

- Claro que não. Deus me livre!

- Então essa história já vazou também a Segunda peneira. Vamos ver na Terceira que é a da **NECESSIDADE.**

A senhora acha mesmo necessário contar-me esse fato ou passá-lo adiante?

- Não, não chefe. Pensando nessas peneiras vi que não sobrou nada mesmo do que eu ia contar.

Novos Associados

No nosso Boletim nº 30, a notícia sobre novos associados saiu truncada, razão porque estamos neste número cobrindo as admissões desde o mês de março. Nesse mês Mario H Miotto apresentou **Mario Luz**. No mês de abril, Mario Luz já apresentou **Liberato Mauro Barison**. No mês de maio, Dárcio L. B. Rodrigues apresentou **José Gullo Neto** e **José Gargantini Sobrinho**, e Henrique Costa e Costa apresentou **Laércio Antonio da Costa**. No mês de junho, Dárcio Rodrigues, mais uma vez brilhou, apresentando **Francisco de Assis Figueiredo Lacerda** e **Mauro Athos Tognetti**.

Recebemos a todos com muito alegria. Sejam bem-vindos à nossa Associação. Participem das nossas atividades.

M H Miotto

EXCURSÃO A EXPOFLORA

Conforme comunicado enviado aos associados, estaremos excursionando para Holambra no dia 3 de setembro para assistirmos à festa que é a Expoflora. Estaremos fazendo esse agradável passeio pela 3ª vez, dado o sucesso das vezes anteriores. Se você já participou, sabe que vale a pena. Se ainda não foi lá, esta é uma boa oportunidade de, compartilhando da companhia de velhos "camaradas", conhecer o mundo das flores que os "holandeses" sabem produzir.

Faça sua reserva **com urgência**. Em São Paulo, com Ceccato – 3721-2840; Barker – 3742-8028 ou Milton – 3832-9867, ou em Piracicaba, com Sílvia – 3435-5358, na sede da Abencat, acessível também por e-mail ou fax.

M H Miotto

ERRATA

Quemos nos penitenciar por ter omitido na lista dos Aniversariantes do mês de julho o nome de **Mario Luz** que aniversariou no dia 25. Desejamos ao Mario, ainda que atrasados, um feliz aniversário.

M H Miotto

“Procure ser uma pessoa de valor, em vez de ser uma pessoa de sucesso.”

Einstein, cientista alemão - (1879-1955)

"ABRA A GELADEIRA"

Tem gente que pensa que a vida tudo faz contra nós. É o contrário: a vida tudo faz a nosso favor; tudo conspira a nosso favor e a felicidade só não se concretiza porque não entendemos as mensagens que a vida nos envia diariamente.

Aquele homem estava diante de uma pia lotada de pratos, talheres e panelas para lavar. Confabulava consigo próprio, contrariado, e perguntando, mentalmente, por que enviuvava. Por que a esposa o deixara tão cedo? Agora, ele estava ali, arrumando cozinha, com cinco filhos pequenos para cuidar, sentindo-se pressionado com a quantidade de afazeres domésticos e o barulho ensurdecedor das crianças. E, ao mesmo tempo, perguntava-se como era possível a uma mulher dar conta de tanto serviço: era o almoço, as roupas para lavar e passar, a casa por limpar, a educação dos filhos, os afazeres da escola de cada um, sem contar a atenção ao marido... E como se sentiria em relação a si mesma? Porém, estava contrariado. O filho menor o indagava o tempo todo onde estava o outro irmão. Eles brincavam de esconde-esconde e, a todo momento, o filho lhe perguntava onde o irmão teria se escondido. Mas, a

irritação do pai, tornava a pergunta repetida, insuportável.

Nesta pressão toda, toca a campainha. Ele vai atender e depara-se com um mendigo, que lhe pede um prato de comida. Ele diz não ter comida. O mendigo insiste que deve haver algo na geladeira. Sua irritação vai ao extremo diante daquilo que ele julga uma petulância: um mendigo insistir por um prato de comida. Com isso, descarregalhe todo seu nervosismo, indagando quem ele pensa que é para lhe ordenar tal coisa. O mendigo, então, explica que sua esposa (e pergunta por ela, sendo esclarecido sobre a morte da esposa) sempre lhe atendera com carinho e que sempre buscava na geladeira algo para lhe oferecer. Ele não tinha residência e todo mês passava por ali, detalhando o atendimento da esposa para com ele. E insiste pedindo que abra a geladeira. Ele, muito nervoso e afirmando não haver nada na geladeira, resolve por ir abri-la para mostrar ao intruso que nada havia a lhe servir.

No momento em que abre a geladeira, dá um grito. O filho pequeno estava lá dentro, escondido; abriu, entrou e fechou por dentro, porém, não conseguia abrir...

Foi aquela correria até o hospital. O médico atendente afirma, então, que o garoto foi salvo por segundos... Somente aí ele pôde compreender a vinda do mendigo até sua casa, exatamente naquela hora. E como o gesto de sua esposa repercutiu em favor do filho. A vida estava a seu favor.

A morte da esposa ou do marido é um fato a que todos estamos sujeitos. Porém, é preciso considerar que as aparentes contrariedades nada mais são do que providências a nosso favor.

Quantas pessoas não se livram de acidentes ou dissabores diante de um fato inesperado que os impede de prosseguir viagem ou tomar determinadas iniciativas? Isto é, simplesmente, a vida agindo pela nossa segurança e proteção.

Portanto, cabe prestar atenção aos detalhes. Prestar atenção nos acontecimentos à nossa volta, para entender que muitos deles estão sinalizando, simplesmente, a proteção que precisamos, embora se apresentem com aparência de tribulação, dificuldade ou algo que encaremos contra nós.

Relato contado por Divaldo Franco em palestra proferida em Santo André-SP.

A persistência

Um homem investe tudo o que tem numa pequena oficina. Trabalha dia e noite, inclusive dormindo na própria oficina para poder continuar nos negócios.

Quando apresentou o resultado final de seu trabalho a uma grande empresa, disseram que o seu produto não atende ao padrão de qualidade exigido. Esse homem desistiu? Não! Voltou à escola por mais dois anos, sendo vítima da maior gozação dos seus colegas e de alguns professores que o tachavam de "visionário". O homem fica chateado? Não! Após dois anos, a empresa que o recusou finalmente fecha contrato com ele. Durante a guerra, sua fábrica é bombardeada duas vezes, sendo que grande parte dela é destruída. O homem se desespera e desiste? Não! Reconstruiu sua fábrica, mas um terremoto novamente a arrasa. Essa é a gota d'água. E o homem desiste? Não! Imediatamente após a guerra, segue-se uma grande escassez de gasolina em todo o país e este homem não

pode sair de automóvel nem para comprar comida para a família. Ele entra em pânico e desiste? Não! Criativo, ele adapta um pequeno motor à sua bicicleta e sai às ruas. Os vizinhos ficam maravilhados e todos querem também as chamadas "bicicletas motorizadas". A demanda por motores aumenta muito e logo ele fica sem mercadoria. Decide, então, montar uma fábrica para essa novíssima invenção. Como não tem capital, resolve pedir ajuda para mais de 15 mil lojas espalhadas pelo país.

Como a idéia é boa, consegue apoio de mais ou menos 5 mil lojas, que lhe adiantam o capital necessário para a indústria. Assim nasceu um dos maiores impérios da indústria automobilística japonesa, conhecida e respeitada no mundo inteiro. Tudo porque o Sr. Oichiro Honda, seu fundador, não se deixou abater pelos terríveis obstáculos que encontrou pela frente. Portanto, se você adquiriu a mania de viver reclamando, pare com isso!

VAMOS RIR

Palpites...

A mulher está na cozinha fritando um ovo quando o marido chega e começa a gritar:

- Cuidado! Jogue mais óleo! Vai grudar no fundo! Vire, ande! Não esqueça o sal!

Irritada, a mulher pergunta:
- Por que está fazendo isto? Pensa que eu não sei fritar um ovo?
- É só para você ter uma idéia do que sinto quando estou dirigindo e você começa a dar palpites ...

Fonte: Antonio Orsini, em Seleções

A Melhor Escolha

- Mãe, não consigo decidir se me caso com o contador ou com o militar - disse a jovem.

- Não há o que pensar, minha filha - respondeu a mãe.

- Case-se com o militar, é claro. Esse pessoal sabe cozinhar, fazer a cama e obedecer as ordens.

Fonte: Guadalupe Gonzalez, em Seleções

No Cinema

Uma senhora chega à bilheteria do cinema e pede:

- Quero dois ingressos.

E o bilheteiro pergunta:

- Para Romeu e Julieta?

- Não, para mim e para o meu marido!

Fonte: Carolina de O. Varão, em Seleções

A Condução

O policial à procura do assaltante:
- Com licença, senhora, estamos procurando um ladrão com um carrinho de bebê!

- Não entendi! Não seria melhor se vocês usassem um carro de polícia?

Fonte: Joelma Lima, em Seleções

Parque de exposição de animais selvagens	O polvo, pelo número de tentáculos	Que pede algo Famílias (fig.)	Informação especificada no pedigree	Alvorço; rebuliço Sufixo de "cantina"	Sinal gráfico de "bau" (?) Dix, pintor alemão de "A Guerra"
					Hobby praticado com miniaturas de aviões
Instrumento de bandas de jazz					
Tremulo					
Laço difícil de desatar					
				Deus nórdico do Trovão	
"Não (?) na grama", aviso em jardins				Posto em ordem	Cópia; plágia
(?) Smith: o "pai" da Economia Política		Ave que se alimenta de peixes			
			Metal inoxidável de ligas industriais		
Personagem bíblico que subiu ao céu sem morrer		Destitui do cargo		Unidade (abrev.) Esse, em espanhol	
	Vitória (?), erva aquática gigante	Concubina			
			Chato; tedioso		
			Cachorros		
Órgão classista de engenheiros		Edir (?), bispo E, em inglês			1, em romanos Medicina (abrev.)
O país de Kofi Annan (D)				Lev Tolstói, romancista russo	Consoantes de "mesa"
Empresa de Informática				Tarsila do Amaral, pintora	
Treinado; ensinado				Possui	

BANCO

O melhor de Calvin Bill Watterson



Recruta Zero Mort Walker



Fonte: Caderno 2, "O Estado".

PROGRAMA DE PROMOÇÃO DE SAÚDE E

O que fazer quando as quedas tornam-se mais freqüentes

A cada ano, quase um terço de todas as pessoas com 65 anos de idade ou mais caem. A partir desta idade prevenir as quedas é muito importante, especialmente para as pessoas com osteoporose. As estatísticas apontam que, independente da idade do indivíduo, de cada quatro quedas três acontecem dentro de casa e, principalmente, em se tratando de idosos, são resultado de:

- Problemas de equilíbrio
- Má visão
- Uso de medicamentos que afetam o equilíbrio
- Doença crônica
- Redução da força muscular
- Acidentes em casa e no trabalho

O tipo mais comum de queda é aquela da sua própria altura ou menos, ou seja, não é necessário que você tenha subido em bancos, cadeiras ou escadas para que ela aconteça. A consequência dessa queda pode ser séria, limitando a habilidade de levar uma vida ativa e independente. Pesquisas recentes, conduzidas pelo Instituto Nacional Americano sobre o Idoso, têm sido focalizadas na redução do risco de quedas entre as pessoas idosas.

Algumas destas pesquisas têm mostrado que:

- Pessoas idosas que participam de programas de "prevenção de quedas" podem reduzir as taxas de quedas, se comparadas com as que não participam de tais programas.
- Pessoas idosas com problemas de equilíbrio podem reduzir as quedas mais graves com treinamento de postura.
- O treinamento físico pode aumentar a força e o tamanho dos músculos e pode melhorar a habilidade de caminhar.
- Em algumas situações, certas medicações que afetam o equilíbrio devem ser seguramente reduzidas ou ajustadas, sem o comprometimento do efeito terapêutico.

Cuidados que você deve ter para prevenir as quedas:

- Faça exames regulares de visão e audição e corrija-as adequadamente. Mesmo a simples retirada de cera dos ouvidos pode melhorar o seu equilíbrio.
- Converse com seu médico ou farmacêutico sobre os efeitos colaterais dos remédios que está usando e como eles podem afetar sua coordenação ou seu equilíbrio. Em caso positivo, veja com o médico se há possibilidade de ajustar a dose para minimizar este efeito.

- Limite sua ingestão de álcool. Mesmo pequenas quantidades podem alterar ainda mais os reflexos e o equilíbrio.

- Tenha cuidado ao levantar-se muito rapidamente após comer, deitar ou descansar. Baixa pressão arterial pode causar tonturas nessas situações.

- Certifique-se de que a temperatura dentro da casa não seja menor que 18°C. Exposições prolongadas a baixas temperaturas podem causar diminuição da temperatura corpórea, levando a tonturas e quedas. Muitas pessoas idosas não podem tolerar o frio como as pessoas mais jovens o podem.

- Utilize bengala ou andador para manter o equilíbrio em superfícies irregulares ou não familiares ou se você se sentir tonta. Tome cuidado especial quando andar ao ar livre no chão molhado (ou congelado, como ocorre na época de inverno em algumas cidades da região sul do Brasil).

- Utilize sapatos com solas de borracha e com boa superfície de suporte (as mulheres devem evitar salto alto). Andar sobre meias ou sapatos de solas finas ou chinelos de dormir em escadas ou no chão encerado facilita que você escorregue e caia.

- Mantenha um programa regular de exercícios. A atividade física regular melhora a força e o tônus muscular. Procure um médico ou fisioterapeuta para planejar um programa de exercícios adequados.

Se você cair, aqui estão algumas coisas a lembrar:

1. Deixe cair qualquer coisa que você estiver carregando. Libere as mãos para poder interromper a queda (é melhor arriscar-se a quebrar o punho do que o ombro ou o fêmur).

2. Se você achar que alguma coisa está quebrada, não se mexa e não deixe que ninguém movimente você, até chegar a assistência médica.

3. Arranje um sinal, use algum sistema de alerta profissional ou instale telefones acessíveis na maioria dos cômodos de casa (carregar um telefone sem fio pode ser uma opção), para que, se você cair e estiver só, possa solicitar ajuda rapidamente. Ficar deitado(a) no chão por longos períodos após uma queda pode ser prejudicial.

4. Se você achar que somente machucou-se e não que não ocorreu traumatismo sério, tente levantar-se aos poucos, sentando-se numa cadeira por um tempo, ao invés de levantar-se diretamente do chão. Evite colocar muito peso sobre a região machucada.

5. Em lesões menores, coloque gelo.

6. Analise o que aconteceu e identifique o que pode ser feito para evitar outra queda igual no futuro.

QUALIDADE DE VIDA, DA CATERPILLAR

Como a maioria das quedas acontece dentro ou ao redor da casa, é muito importante identificar os maiores perigos e achar os meios de evitá-las. Veja no próximo Boletim "Abencat e Você" dicas de como deixar sua casa mais segura contra quedas.

Texto retirado e adaptado do Programa de Informações a Pacientes do *National Osteoporosis Foundation (NOF)* – E.U.A., pelo Setor de Apoio Administrativo do CPS.

OSTEOARTROSE DE JOELHO

A osteoartrose é uma doença articular degenerativa, progressiva, que se caracteriza pela destruição da cartilagem e que acomete, principalmente, mulheres com mais de 60 anos. Com o aumento da expectativa de vida da população, a incidência da doença vem aumentando, estimulando a busca por novas formas de tratamento. A articulação acometida desenvolve, em decorrência da doença, desgaste e inflamação.

Fatores que desencadeiam a doença:

- Idade (maior incidência em idosos);
- Sexo (mulheres, em geral, são mais acometidas que os homens a partir da sexta década de vida);
- Hereditariedade (estudos sugerem herança genética);
- Obesidade (maior incidência entre obesos).

A osteoartrose se manifesta clinicamente por crises alternadas de dor (com piora progressiva), derrame articular, limitação de movimento, rigidez e deformidades. A gravidade dos sintomas nem sempre se correlaciona com os achados radiográficos.

Exames indicados: radiografias e ressonância magnética.

Tratamento não-operatório

O paciente deve estar ciente da doença que possui e de sua evolução. Deve ser orientado a evitar

determinadas atividades que sobrecarreguem as articulações dos joelhos e, também, a diminuir ou controlar o peso corporal. O tratamento inicia-se através da orientação das atividades de vida diária, recreacional e de lazer, associada ao uso de vários medicamentos, visando melhorar os sintomas.

- Imobilização: deve ser evitada, indicada apenas em casos de dor intensa e, mesmo assim, por breve período. Bengalas e muletas podem ser utilizadas no auxílio da marcha.

- Exercícios físicos regulares: Importante para nutrição da cartilagem, manutenção dos movimentos, ganho de massa muscular e melhora da dor.

- Fisioterapia: o médico prescreverá os procedimentos fisioterápicos a partir da análise do caso e da conformidade física do indivíduo.

- Medicamentos: antiinflamatórios e condroprotetores (sulfatos de glicosamina e condroitina, diasceraína)

As articulações do joelho são de fundamental importância para a locomoção humana. Em caso de dor, rigidez ou limitação de movimentos, procure consultar um ortopedista para obter uma avaliação profissional.

*Dr. Ronaldo José de Lima - CRM - 77831
Médico Ortopedista do CPS*

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

Sede: Rua Benjamin Constant, 1472 sala 3, Centro, Piracicaba – SP – 13400-053.

Tele/Fax 3435-5358 (com secretária eletrônica) – e-mail: abencat@terra.com.br

Expediente no escritório: 2ª, 4ª e 6ª das 13h30 às 17h30, com Sílvia. Reuniões da Diretoria:

2ª Segunda feira de cada mês, às 19h30. Seja bem vindo.

ANIVERSARIANTES

A todos os nossos parabéns e votos de feliz aniversário

setembro

dia	nome	telefone
1	EMILIANO ASEVEDO NETO	(19) 4932010
1	CLEUZA GOMES DOS SANTOS	(19) 34241825
3	EDIMAR SOARES DIAS	(11) 32682530
4	DIVA PORAZENKA	(11) 41614558
5	CARLOS AUGUSTO TAVARES	(19) 34025248
5	FRANCISCA MARTOS	(11) 55118178
7	IZAURA M. B. ALVES	(11) 56125539
8	ADILSON NUNES CAMILO	(11) 39044905
8	MARIO HELVIO MIOTTO	(19) 34339576
8	MICHEL J. BOUNDOKI	(11) 30822351
8	ROBERVAL NOGUEIRA DA SILVA	(11) 36096450
10	ARNALDO PAIVA JR.	(19) 34341526
11	ARNALDO JOSE DE RESENDE	(19) 35272474
11	HUMBERTO PASSADORE NETO	(11) 5788106
12	ALICE VERNEQUE DO CARMO	(19) 34261725
12	JOSE APARECIDO GASPARETTO	(19) 38992005
12	NEIDE REGO JAULINO	(14) 7431656
13	YARA MARIA BROMBILLO MARINHO	(19) 34342832
13	MARYSE BOUNDOKI	(11) 30822351
13	MARIA EUNICE ABDALLA	(19) 34260680
13	ANTONIO JOSÉ BRASIL	(19) 34214131
15	JOSE NORBERTO SALLES BUENO	
16	ESTELITO JOSE DOS SANTOS	(19) 34241825
16	IRMA DA CRUZ IOGOLIA	(11) 37686582
17	NATHANAEL RIBEIRO	(11) 55217863
17	WERBER JERONIMO CABRAL VIEIRA	(19) 34381112
21	EDUARDO SANCHES DE SOUZA	(19) 34338570
22	IGNES C. NOGUEIRA DA SILVA	(11) 36096450
23	LEILA ADDED DOS SANTOS	(19) 34265382
23	MARILIA PONTES E COSTA	(19) 34217124
24	SIGRID KLARA M. BERGMANN	(11) 56126374
25	NELVA ROGRIGUES TEIXEIRA	(19) 34216283
25	GENI PIRES DE CAMPOS SALTO	(19) 34242206
25	GUMERCINDO GOMES	(11) 2654794
26	JOSE CARLOS FERNANDES GARCIA	(19) 34268027
26	RAIMUNDO CANDIDO PEREIRA	(11) 58919010
28	MARIA HELENA MARTINS FACIN	(19) 34337227
29	AURO HUMIO NARITA	(11) 55480092
29	ANGELA MARIA R.C. BRASIL	(19) 34214131
29	MARIA L. SILVA FAUSTINO	(11) 36911686

outubro

dia	nome	telefone
2	JOÃO PAULO DA CRUZ SENE	(19) 34214760
2	LOURIVAL ROCHA DA PAZ	(11) 37438474
3	PAULO F. C. DE ALBUQUERQUE	(19) 34292430
4	DIMITRY ZYRIANOFF	(11) 49915821
9	ALICE ELISABETH BARTELS DA PAZ	(11) 37438474
9	MARIA ISABEL MACHADO ZUIM	(19) 34346781
12	HALINA J. MONTEIRO	(19) 34243414
12	THEREZINHA DE J. P. TAVARES	(19) 34231844
12	LAURINDA R. ZAMBÃO ABREU	(11) 36819409
13	MARIA A. DONA MARQUES	
13	HONORIA CAIXETA DE LIMA	(11) 56118522
13	NAIR S. RIBEIRO	(11) 55217863
13	LAERTE L. DOS REIS SANT'ANNA	(19) 35344275
13	ROSINA M. T. TOGNETTI	(19) 34333598
14	TEREZINHA BEZERRA DOS SANTOS	

15	MARIA TERESA M. CECCATO	(11) 37212840
15	AIDA DE OLIVEIRA	(19) 34231065
16	GERALDO RIBEIRO DA SILVA	(11) 38643601
17	JOAO FERREIRA DA SILVA	(19) 34263340
18	MARIA TERESINHA PERON	(19) 34340521
18	PLINIO WILSON DE MEDEIROS	
18	CID FERRAZ DE BARROS	(19) 34211950
19	ARTUR MATE	(48) 4339137
22	HENRIQUE DA COSTA E COSTA	(19) 34217124
24	FRANCISCO MOACIR TIMOTEO	(11) 59293204
25	LUIZ CARLOS VERDICCHIO	(11) 38647316
25	MARIO TEIXEIRA	(19) 34216283
26	JAYR MELLO MAFFEI	(11) 56861498
27	NORBERTO MONTES DA SILVA	(11) 55152783
27	OSWALDO ALVES JUNIOR	(19) 34333916
28	AUGUSTO SIMEAO NUNES ALVES	(11) 56125539
29	CELIA REGINA T. P. LAGOTTA	(19) 34342728
29	MARTINHO GUILHOTO MENDES	(11) 39042265
31	ALECIO TINI	(11) 36814819
31	VERA LUCIA DE A. CAMARDA	(19) 34241845

novembro

dia	nome	telefone
1	SANTINA CIFELLI VEGAS	(19) 34263542
2	JULIA MARILENA DELMATTO ROSA	(11) 30228821
3	CELINA S. FESTA	(11) 39040976
4	CLAUDIO ROBERTO TAVARES LUCCI	(19) 34212665
5	JOAO JOSE CARRANDINE	(19) 34243305
5	MARIA CHRISTINA A. L. LUCIO	(19) 34353064
9	MARIA DO CARMO VALVANO	(11) 38135226
9	ERNA EBERSBACH AZNAR	(47) 4230610
9	MARIA APARECIDA Z. FERNANDES	(11) 36863319
12	MARIA SUELY M. TAVARES	(19) 34025248
12	ADILSON VEGAS	(19) 34263542
12	JOAO SCHNEIDER	(19) 38763766
13	TOMIKO FUKUNAGA	(11) 56675239
13	DANZILA A. DELIBERALI	(19) 34211611
15	ANNA MARIA T. DE BIASE	
15	ANTONIO CARNEIRO COMPAGNO	(11) 41413931
15	JURACY FERNANDES	(11) 36863319
16	VALÉRIA JÚLIA PATRIANI	(19) 34338570
16	ELZA R. DE JESUS PEREIRA	(11) 58919010
17	ELIFAZ LEVI DE AZEVEDO	(19) 34341031
18	LAERCIO PENTEADO GIL	(19) 34215899
18	LAZARO PIRES DE LIMA	(19) 34263373
18	OSMIL OLIVEIRA TRINDADE	(15) 2431780
18	JAIR PACHECO DE ANDRADE	
19	ANTONIO JOSE VICENTE	(19) 34332296
19	JOSUÉ PEDRO PERES	(19) 34224003
20	ARMANDO CECCATO	(11) 37212840
20	JOSE HERMETO QUINTEIRO CUNHA	(19) 34338266
22	ANTONIO CARLOS MARIA	(19) 34241641
23	VALDETE ALVES DIAS	(11) 56665900
23	GERTRUDES PRADO MOREIRA	(11) 55217691
23	NOBUMOTO NEMOTO	(11) 56315782
26	ANIZIA MARIA KATSUMATA	(11) 41252163
27	FERNANDO LUIS NORONHA	
30	ANTONIO BARKER DUTRA DA SILVA	(11) 37428028
30	TOSHIO YAMAUTI	(13) 34558293

Se o número de seu telefone está incorreto, ou omitido, acima, favor nos informar a respeito.

UM PERFIL EM DESTAQUE

Valdemar Antonio Marson

O nosso último entrevistado, Wolf Dieter Gunter Haack, propôs o colega "Dema", que ele classificou de "baixinho". É óbvio o caráter de carinho que essa expressão tem. É para nós uma alegria entrevistar, outra vez, o Dema, que tem participado - com desprendimento - da vida da Abencat desde a sua fundação. Marson é um caso não muito comum, de alguém que tendo saído de sua cidade natal, Laranjal Paulista, e tendo passado por São Paulo, conseguiu encaminhar sua vida, após a aposentadoria "formal", no ponto de origem. Assim, vamos tentar começar nossa entrevista pelo fim, ou seja, pelos dias correntes.

M H Miotto



Abencat e você - Dema, após sua aposentadoria, quando deixou a CBSA, você voltou para sua terra natal, e após uma função pública parece que você se fixou em um negócio particular. Qual é esse negócio? Você ainda o mantém?

Dema - Na realidade, antes de deixar a CBSA (sim, CBSA), já tinha um comércio de vendas de pneus. Não o mantenho mais porque não gosto de trabalhar na área comercial.

A.- Sua principal atividade foi sempre na área de finanças, tesouraria e áreas afins, certo?

D - Sempre estive alocado na área contábil financeira. Fui por muito tempo quem substituí os funcionários da contabilidade que saíam de férias. A área financeira estava agregada à contabilidade. No seu desmembramento, fui promovido a Caixa. Daí para frente sempre estive envolvido com dinheiro (infelizmente, sempre dinheiro do outros...)

A. - Quando você "se encontrou" com essa área?

D - Foi trágico/cômico. O gerente de Operações Bancárias e Caixa era o temido Sr. Collard (Albert Eduard Collard). Eu era o Caixa. Todas as manhãs levava a ele os cheques que tínhamos recebido no dia anterior para ele ordenar em quais bancos depositá-los. Uma sexta feira, no fim do expediente, apareceu o gerente do banco Nacional de Minas Gerais - Alcy - pedindo que lhe auxiliasse, pois sua agência tinha sofrido um saque muito grande e ele tinha que repor o

valor sacado. Endossei e depusitei todos os cheques na agência do Alcy. Foi um dos piores fins de semana para mim, pois na segunda feira teria que enfrentar o Sr. Collard. Segunda feira de manhã. Certo que seria despedido contei-lhe que tinha depositado os cheques. Ele deu um murro na mesa e falou bem alto: ATÉ QUE ENFIM TEMOS ALGUÉM QUE PENSA NESTA FIRMA (FOI EXAGERO DELE). Quase caí de costa. Daquele dia em diante passei a ser seu Assistente até que ele se aposentou e me deixou como seu substituto.

A. - Que formação específica você teve?

D - Vamos lá. Meus professores: - Osvaldo Esteves Fernandes; Salvador Collona Romano; Ledouard de Mello Forster; Rodolfo Gamberini (pai do repórter da TV); Carlos Alberto Serafini; Luis Paiva Gioielli; Sr. Wuttke; Rui Campos Filho e, todos os outros que comigo trabalharam, pois aprendi muito com todos.

A.- Onde você realizou sua formação?

D - Começou nos escritórios da Av. Imperatriz Leopoldina e terminou, 33 anos após, no prédio A da Avenida Nações Unidas, 22540.

A. - Sendo você do interior, como foi parar em São Paulo, como e quando se deu sua admissão na CBSA?

D - Fui levado para São Paulo por causa do Futebol. Como não vinguei, acabei na CBSA, devido

ao mesmo futebol. Conheci um rapaz chamado Vitor Busnardo, que tinha sido recém admitido por ser um excelente jogador, e ele, com quem eu jogava na várzea, me trouxe para a CBSA.

A.- *Antes de começar essa atividade na CBSA, você trabalhou em outra empresa? E em que área foi?*

D – Sim, trabalhava na LION. Fui o primeiro caso de ex-funcionário da LION a ser admitido na CBSA. Existia um trato entre a CBSA e a LION, para que uma não contratasse ex-funcionário da outra. O Sr. Fernandes estava em férias. Quando ele retornou, 15 dias após, fui chamado à sua sala para ser apresentado. Perguntou-me qual tinha sido o meu último emprego. LION, respondi. FORSTER venha cá (gritando ele chamou o Supervisor Geral da Contabilidade). Saí da sala. A porta se fechou. Pelo aquário podíamos ver a movimentação. Esterzinha, telefonista, na época, deu preferência para a ligação para a Lion. Fui salvo. Em represália a LION tinha admitido Amadeuzinho, recém dispensado pela CBSA (só pelos “inhos” e “inhas” você pode imaginar a nossa altura).

A.- *E ao entrar na CBSA, onde era m os escritórios da área financeira?*

D – Avenida Imperatriz Leopoldina, 131 – telefone 33-1131.

A.- *Quantos empregados, aproximadamente, tinha a CBSA naquela época?*

D – Não sei. Éramos poucos. Creio que não chegava a 200. Meu número de registro foi 420. Cheguei na CBSA quando ela fazia quatro anos de Brasil.

A. – *Qual sua primeira função?*

D – Mecanógrafo. Creio que essa função não mais existe. Era operador de máquina de lançamento contábil.

A. – *E que outras funções ou cargos você desempenhou a seguir?*

D – Depois de Mecanógrafo fui Escriturário, Caixa, Supervisor de Caixa, Assistente de Gerente de Operações Bancárias e Caixa, e, por fim, Gerente de Seguros, Fundo de Pensão e Financiamento a Fornecedores.

A – *Quais as melhores lembranças você guarda da CBSA?*

D – Guardo muitas e boas lembranças da CBSA. Lembro-me muito das pessoas que comigo trabalharam e de grande parte daquelas com quem convivi, tipo Moises, Ezequiel, Brasques e muitos outros. Lembro-me do primeiro funcionário da CBSA a falecer. Foi o guarda da equipe do Ezequiel, de nome

Halley Ditatorial de Oliveira. São e serão minhas lembranças que guardarei de nossa gente.

A- *O que mais marcou voe durante o seu tempo de trabalho na CBSA*

D – Ser aceito na convivência da família CBSA. Creio que não deixei inimigos.

A. – *Que dificuldades você encontrou para se locomover entre sua residência e a CBSA?*

D – Nunca me queixei. Sempre estive bem com a vida.

A. – *Alguma coisa ou projeto você não conseguiu realizar?*

D – Nunca fui de fazer projeto de vida. Sempre fui de viver o momento. Mas, se os fiz, alcancei, pois não me sinto frustrado por nada.

A.- *Como você se preparou para os tempos de aposentadoria?*

D – Não me preparei. Decidi.

A. – *E como a Abencat entrou nessa preparação? Você participou desde os primeiros momentos, estou certo?*

D – Na realidade, a idéia ABENCAT nasceu de uma conversa entre George V. Tedorenko e eu, em minha sala. Ali nasceu a sementinha que, plantada e cuidada pelos Serafinis, Schneiders, Paulus, Walters, Ferruccios, Miltons e muitos outros, tornou-se esta Associação que agrega o nosso passado e nosso presente onde, juntos sorrimos e juntos sofremos quando um de nós passa por dificuldades de saúde.

A. – *Diga alguma coisa sobre sua experiência na Prefeitura de Tietê, e também na Santa Casa de Misericórdia.*

D – *Não há que se falar em experiências adquiridas em Prefeituras ou Santas Casas. Nessas instituições prevalecem as experiências adquiridas na escola CBSA.*

A.- *Como de costume, Dema, queremos pedir-lhe a gentileza de indicar um colega para ser nosso próximo entrevistado.*

D – *Chega de apontar “velharia”. Vamos iniciar os jovens. Por que não o Dárcio Machado?*

Ao ser convidado a responder nossa perguntas, o Dema “obtemperou”: Mas eu já fui entrevistado! Ao que respondi que foi mais uma vez indicado, publicamente, e eu não poderia questionar o entrevistado anterior, o Wolf. Dema se preocupou em que alguém poderia achar “proteção”. Eu respondi: Deixa comigo! Pois aí temos muitas passagens ainda não conhecidas, ou lembradas. Receba meu abraço, Dema.

COMO VIM PARAR AQUI?

O nosso "Abencat e você" é pequeno no tamanho, mas muito apreciado por todos associados. Porém, aqueles que convivem com o Editor, sabem de suas preocupações e o que ele "sofre" com a falta de matérias (artigos) para fechar cada edição. Na sua última edição, a de nº 30 – 2º trimestre de 2005, Mário H. Miotto lançou um desafio a todos nós. Ele termina o prólogo do seu artigo-desafio, reforçando o próprio. Resolvi "dar o exemplo" e eu, Mário, mordi a isca e vai aí a minha história de "Como vim parar aqui".

Antonio Carlos Fernandes

Sou mais conhecido por Carlinhos. Hoje sou presidente do Conselho Deliberativo da Abencat, e sei que não é fácil substituir o Sr. Paulus G. Dona, razão pela qual o mantenho sempre ao meu lado, como se eu fosse o seu assessor. Eu, inclusive, já o declarei, presidente, sempre presidente, e com muito orgulho.

Eu nasci em São José do Rio Pardo, SP há 72 anos e lá completei meu curso primário em 1945. Fiz também o curso na época chamado ginásial e continuei na mesma escola, Colégio Estadual e Escola Normal Euclides da Cunha, onde também me formei professor no final de 1955. Juntamente com os Cursos Colegial e Normal, hoje chamado de Magistério, fiz vários cursos técnicos de desenhos arquitetônico e técnico e no final de 1955 me formei como Desenhista Técnico e Arquitetônico, época que por concurso recebi uma licença especial do CREA para assinar projetos de construção e/ou reformas até 70 metros quadrados, o que na época se chamava, "Construtor Técnico Licenciado". Essas licenças eram fornecidas, a título precário, para cidades que tinham poucos engenheiros credenciados. Após construir alguns imóveis, transferi-me para São Paulo, capital, onde ingressei na Caterpillar como Auxiliar de Desenhos Técnicos no dia 16 de maio de 1956. Era realmente o início da empresa, no Brasil, e o meu, como profissional. Recebi um "button" como identificação do 45º empregado, num armazém enorme, alugado, na esquina da Av. Leopoldina com a Av. Mofarrej. Nascia ali a primeira instalação da Caterpillar no Brasil. Aos 6 de julho de 1957 eu me casava com a Carmem, minha primeira e única namorada e noiva, também conterrânea, de São José, depois de 6 anos de namoro. Daí para frente na Caterpillar foi uma sucessão de novos trabalhos e novas responsabilidades: Desenhista Técnico, Supervisor

de Registros Técnicos, onde assumi minha primeira função de administrador, no departamento de Engenharia. Em 1969 fui convidado pelo então Gerente da Produção, Paulus Dona para assumir a Supervisão do Controle de Inventário de Produção e em alguns meses depois fiz minha primeira viagem aos Estados Unidos. No retorno, assumi a posição de Supervisor Geral de Controle de Produção. Em 1970 voltei aos Estados Unidos a fim de conhecer novos Sistemas de Controle de Produção já com planos de mecanização, e "adeus" aos kardex. Passamos a receber os desenhos em forma de microfimes encaixados em uma janela em cartões perfurados que eram conhecidos como "Aperture cards". Que progresso! ... Em 1973 a administração da CBSA decidiu iniciar uma linha de Escavadeiras, com a parte pré montada, importada, da Bélgica. Fomos então, desta vez com a Carmem conhecer a Bélgica, França, Inglaterra, Escócia. Nesta viagem aproveitamos para conhecer um sistema semi-informatizado para implantar aqui no Brasil. No meu retorno fui promovido a Gerente de Controle de Produção, onde assumi o Acompanhamento de Compras, Recebimento e Expedição de Produtos Acabados, inclusive para exportação, Controle de Inventário, Abastecimento das Linhas de Montagens e armazenamento de peças brutas e acabadas. Já na virada de 1975 para 76 mudamos para Piracicaba, na mesma função. O tempo passa muito rápido, viajei por mais de uma dúzia de vezes aos E.U.A. e finalmente em 1987/88 fixei residência em Peoria, Illinois, exercendo a função de um elemento de ligação com as fábricas, da parte de Produção e itens importados dos EUA. Voltando dos E. Unidos, trabalhei mais alguns meses e no final de 1988 eu me aposentei.

Eu sempre fui muito ligado a trabalhos comunitários e sociais como voluntário. Na

Caterpillar mesmo, fui o fundador do primeiro Clube Caterpillar nas dependências das instalações na Lapa, em S. Paulo. No mês de março de 1970, participei, em S. Paulo, de um curso da Igreja Católica, o Cursilho de Cristandade. Como não podia deixar de ser, houve uma mudança radical em minha vida. Comecei a freqüentar cursos de estudos bíblicos, Escola de Dirigentes dos Cursilhos, Juntei-me a um grupo que ajudava na administração do Hospital da Mãe Solteira, ajudei em diversos Cursilhos como dirigente, dando palestras. Participei como Tesoureiro do Instituto S. Paulo. Essa entidade era a que suportava financeiramente os Cursilhos na Grande São Paulo e só deixei essa atividade quando de minha vinda para Piracicaba, no início de 1976. Em aqui chegando, e sabendo da existência do Movimento de Cursilho aqui em Piracicaba, comecei a freqüentar a escola daqui. Foi assim que conheci o amigo Carlos Cantarelli que já se movimentava para fundar a Apac de Piracicaba. Em 1977 a Apac, Associação de Proteção e Assistência aos Condenados, foi fundada e continua até hoje em atividade, dirigindo

um presídio aqui em Piracicaba com 130 presidiários.

Hoje, agosto de 2005 continuo com algumas atividades voluntárias: Continuo com a Apac, embora não participando da sua Diretoria. Sou atualmente presidente do Conselho Deliberativo da Abencat, e acabo de ser eleito vice-presidente do Conselho Coordenador das Entidades Cívicas de Piracicaba do qual participo há vários anos. Membro ativo do "The Friendship Force" (A Força da Amizade), sou associado do Lions Clube Piracicaba Vila Rezende e neste ano sou o Tesoureiro do Distrito LC-3 que congrega cerca de uma centena de Clubes nos Estados de São Paulo e Minas.

Tenho certeza que foi devido a essas atividades que a Câmara Municipal de Vereadores de Piracicaba me outorgou o título de Cidadão Piracicabano em agosto de 2002. Para finalizar gostaria de dizer aos meus amigos da Abencat que sei **Como vim parar aqui** e do orgulho que tenho em me declarar **"CIDADÃO PIRACICABANO"**

Antonio Carlos Fernandes

O que há de errado...???

Uma professora recém-formada foi lecionar em uma reserva de Índios. Todos os dias ela pedia a cinco dos jovens Índios que fossem até o quadro negro e completassem um problema simples de matemática.

Eles ficavam ali em silêncio, sem querer cumprir a tarefa. A professora não conseguia entender nada. Todos os anos de estudo dela, não ajudavam a lidar com esta situação. O que estou fazendo de errado??? Será possível que escolhi cinco alunos que não sabem resolver os problemas??? Não, não pode ser isso.

Finalmente ela perguntou aos alunos o que havia de errado.

Na resposta dos Índios, aprendeu uma surpreendente lição sobre auto-imagem e noção de valor próprio.

Eles explicaram que queriam se respeitar uns aos outros.

E como sabiam que uns eram mais capazes e outros encontrariam dificuldades em resolver os problemas, não queriam exibir isso publicamente.

Apesar de muito jovens, entendiam como era inútil e desrespeitosa a competição do tipo perde-ganha na sala de aula.

Pensavam que ninguém sairia ganhando se algum aluno se exibisse ou ficasse encabulado diante do quadro-negro.

Então se recusavam a competir uns com os outros em público.

Quando entendeu aquilo, a professora mudou o sistema, de modo a poder corrigir individualmente os problemas de matemática de cada criança, dedicando-se mais aos que tinham dificuldades.

E mudou muitas coisas em sua vida ao compreender que todos nós devemos sempre aprender - não para nos sobressairmos sobre os outros, mas para sermos mais felizes.

Retirado do Livro Histórias para Aquecer o Coração dos Jovens (Editora Sextante)

Remetente:

ABENCAT – R. Benjamin Constant, 1472 – sala 3 – Cep 13400-053