

ABENCAT e Você

BOLETIM INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DOS BENEFICIÁRIO DA CATERPILLAR - FUNDADA EM 09/03/1993

4º TRIMESTRE DE 2008 - Nº 44 - ANO XI

A PALAVRA DO PRESIDENTE

“A VOLTA À CASA MATERNA”

Neste final de 2008, ano em que comemorou seus 15 anos de atividades, a Abencat está vivendo um momento especial. Ou seja, está mudando sua sede para uma sala, cedida em comodato pela CBL, nas bonitas, confortáveis e funcionais instalações do Vila Saúde, à Rua Santo Antonio, 682, Centro, Piracicaba.

Este fato se reveste de excepcional simbolismo para nós que vivemos grande parte de nossas vidas na Caterpillar, pois ele se configura como uma “volta à Casa Materna”. Voltamos a ter, de certa forma, um espaço físico dentro da CBL, aumentando nossa condição de relacionamento e proximidade para melhor atender aos nossos mútuos interesses e facilitar recíprocas ajudas.

Esta nova condição favorece nossos propósitos de manter a sadia e positiva integração dos aposentados entre si e com sua ex-Empregadora, o “berço profissional” de muitos de nós, daí a poética figura: “Volta à Casa Materna”.

Mas, além do aspecto simbólico, estar no Vila Saúde, nos insere num ambiente altamente propício, onde há um natural afluxo de associados, empregados da ativa, familiares que para lá se dirigem para se beneficiar das múltiplas atividades / atendimentos oferecidos, criando assim melhores condições de encontros e contatos com a Abencat.

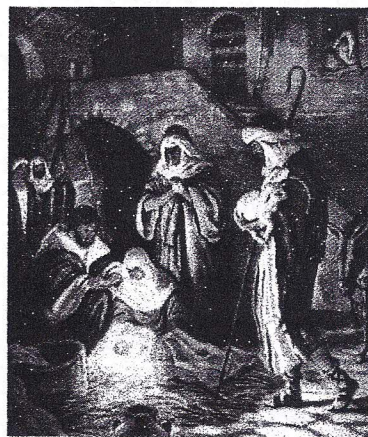
Em consonância com o Vila Saúde e dentro de sua filosofia de atuação, poderemos ampliar nossas atividades através de programas especiais. A propósito, os Dirigentes do Vila Saúde já se mostraram receptivos para apreciar sugestões de atividades que possam ser implementadas e que atendam aos objetivos de ambas partes Vila Saúde e Abencat. Lembrando ainda que quando cogitávamos de vir a ter esse tipo de espaço no Vila Saúde, e

quando o solicitamos, procuramos evidenciar a sinergia que poderia decorrer dessa aproximação. Cabe-nos agora concretizar essa expectativa.

No ensejo da alegria que dividimos com todos os associados pela nova condição que passamos a vivenciar, não poderíamos deixar de registrar nossos agradecimentos aos Dirigentes do Vila Saúde, Previcat e CBL, que foram disponíveis e receptivos para apreciar e deferir o nosso pedido. Assim, enumeramos as pessoas do Sr. Carlos Dias, do Dr. Walter Santos, Dra. Maria Emília, Diretora Suely Agostinho e do Presidente Luiz Carlos Calil. Outros, não citados, também ajudaram nessa definição, desculpem-nos, mas teríamos dificuldades para enumerar a todos.

Queremos fazer ainda menção especial ao nosso colega Paulus Dona, que foi o portador de nosso pedido junto à CBL, dando aval a nossa solicitação, graças a condição de respeitabilidade e credibilidade que goza perante a Companhia.

Marcos Aguire Armelin



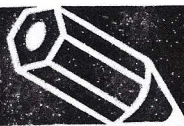
Aos anjos que Cristo colocou
em nosso caminho, nosso
muito obrigado !

Tiragem desta edição:

- ✓ 350 exemplares
- ✓ 319 exemplares para associados
- ✓ 18 exemplares para CBL/Previcat
- ✓ 13 exemplares para arquivos e outros

EXPEDIENTE:

Jornalista Responsável: Fábio França MTB 1880
Coordenação de Redação e Edição: Mário Hélyvio Miotto
Digitação / Diagramação / Reprodução: Visual Cópias
Fone: (19) 3432-6567/3432-6568
e-mail: visual.impresao@terra.com.br



❖ INFORMAÇÕES

PREVICAT

Pagamento do 13º - O depósito do 13ª benefício pela Previcat, já com o reajuste da data base, será efetuado no dia 19 de dezembro (sexta-feira).

- Em meados de novembro a Previcat estará enviando a todos beneficiários informações sobre o reajuste de benefícios, cuja data base é novembro. Enviará também dois formulários a serem preenchidos por todos os beneficiários, relativos a recadastramento Previcat e atualização de benefícios do Seguro de Vida. Recomendamos especial atenção ao preenchimento e devolução destes dois formulários para a Previcat.

O recadastramento é feito para atender à exigência legal e traz como novidade a consulta a cada beneficiário quanto a sua "exposição política"; a correspondência esclarecerá em que condições a pessoa seria "politicamente exposta". A propósito, tal consulta não teria maior pertinência à nossa situação, de pertencermos a uma entidade de previdência privada e fechada, e com nenhuma ou raras pessoas que pudessem se enquadrar à condição de "exposição política", no entanto a consulta é exigida mesmo presumido que não fosse aplicável a nossa situação.

CONTAS DO FUNDO 157

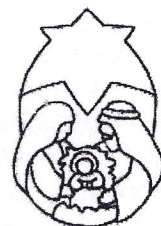
Talvez você não se lembre bem do Fundo 157, é aquele para o qual se podia aplicar parte do Imposto de renda, quando da declaração anual. Essa opção vigorou para as declarações do período de 1967 a 1983. Grande parte dos aplicadores neste fundo já resgatou os valores aplicados, mas ainda existe uma enorme importância retida no Banco Central aguardando que seus detentores solicitem resgate. Não seria seu caso?! Será que nestes tempos de crise, você não teria uma "graninha dando sopa", que viria em boa hora... Se você não tem certeza que tenha resgatado todo valor de seu fundo 157, valeria a pena pesquisar. Se você não se lembra em que banco teria feito sua aplicação, não há problema. Consulte o site da CVM, www.cvm.gov.br, para encontrar em que banco estaria depositado o seu possível crédito: ao abrir o site localize "acesso rápido", acesse o item Consulta Fundo 157 e abrirá campo para pesquisa de seu CPF. Como resposta você terá o nome do banco em que tenha feito aplicação do 157; se o banco indicado já não está mais em atividade você encontrará aquele que o sucedeu, e agora é responsável para lhe prestar a informação quanto a seu possível crédito.

DIFERENÇAS DO PLANO DE VERÃO

Relembramos, se você possuía saldos em cadernetas de poupança em janeiro de 1989, cujos aniversários ocorriam do dia 01 a 15, você tem direito a pleitear diferenças relativas à incorreta aplicação monetária do Plano Verão. Para isso você terá que entrar com uma ação de cobrança, anexando cópia de extrato bancário que demonstre o saldo e correção aplicada na época. Dependendo dos valores envolvidos você poderá recorrer ao Juizado de Pequenas Causas ou ao Juizado Especial. Obtenha maiores informações com colegas, advogados conhecidos ou alguns sites da internet a respeito do assunto. **Importante, seu direito de pleitear essas diferenças se encerra no próximo mês de dezembro.**



"Tenha a certeza que se você fez uma pequena coisa bem, você pode também fazer uma grande coisa bem."
David Storey



PERGUNTAS DE ASSOCIADOS

(Aguardamos sua pergunta.....)

Participe da "Consultoria Abencat", enviando dicas ou informações de interesse geral, ou solicitando esclarecimentos de seu interesse, para tanto contate nossa SECRETÁRIA pelo fone (19) 3435-5358, ou envie mensagem para o e-mail: abencat@terra.com.br.



VAMOS AOS NOSSOS NOVOS ASSOCIADOS:

AGOSTO/2008

- ANTONIO ROBERTO COMINATO

Casado com a sra. Ângela Cristina Bertasso Cominato.

Aniversários: Antonio: 17/10

Ângela: 03/09

Apresentado por: Nancy F. Barros

SETEMBRO/2008

- ARGEMIRO MENEGHETI JR.

Casado: com a sra. Luziabel Castilho Menegheti.

Aniversários: Argemiro: 20/11

Luziabel: 18/05

Apresentado por João Ferreira da Silva

OUTUBRO/2008

- DRAUZIO MENEGHEL SILVEIRA

Casado com a Sra. Luziabel Castilho Menegheti

Fone: (19) 3139-1849

Apresentado por Carlos Alberto Montanhini

Aniversários: Dráuzio: 31/03

Vânia: 01/09

- LUIZ ESTRADA

Casado com a Sra. Rosenei M. Estrada

Apresentado por Alcides Vieira e João Ferreira da Silva - Fone: (19) 3481-1365

Aniversários: Luiz: 24/11

Rosenei: 29/08



Um homem estava em coma há algum tempo. Sua esposa ficava à cabeceira dele dia e noite. Até que um dia o homem acorda, faz um sinal para a mulher para se aproximar e sussurrar-lhe:

— “Durante todos estes anos você esteve ao meu lado. Quando me licenciiei, você ficou comigo. Quando a minha empresa faliu, só você ficou lá e me apoiou. Quando perdemos a casa você ficou perto de mim. e desde que fiquei com todos estes problemas de saúde, você nunca me abandonou. Sabe de uma coisa?

Os olhos da mulher encheram-se de lágrimas:

— “Diz amor...”

— “Acho que você me dá um baita de um azar!!!



“O que te engorda não é o que você come entre o Natal e o Ano Novo, mas o que você come entre o Ano Novo e o Natal” - Hebe Camargo

“Se não tivéssemos inverno, a primavera não seria tão agradável: se não experimentássemos algumas vezes o sabor da adversidade, a prosperidade não seria tão bem-vinda.” - Anne Bradstreet

“Deus te deu de presente 86.400 segundos hoje. Você usou um deles pra dizer 'obrigado'?” - William A. Ward

“Tenha como regra na vida nunca se arrepender e nunca olhar para trás. O arrependimento é um terrível desperdício de energia; você não pode construir sobre ele, e ele é bom apenas para se ficar revolvendo.” - Katherine Mansfield



LOIRA.....LINDA....VOANDO PARA TORONTO!!!

Um avião esta a caminho de Toronto quando uma loira na classe econômica se levanta e caminha para a primeira classe e senta-se ali. A aeromoça observa o que ela faz e pede para ver sua passagem. Ela então diz para a loira que ela pagou por classe econômica e que ela deve se sentar nos fundos. A loira responde “Sou loira, sou bonita, estou indo para Toronto e vou permanecer aqui mesmo.

A aeromoça vai até a cabine e fala ao piloto e ao co-piloto que tem uma loira boazuda sentada na primeira classe que deveria estar na classe econômica e não quer voltar para seu assento.

O co-piloto vai até a loira e tenta explicar que ela pagou somente por classe econômica.

A loira responde “sou loira, bonita e estou indo para Toronto e vou permanecer bem aqui.

O co-piloto diz ao piloto que provavelmente deveriam ter a polícia esperando quando eles aterrissassem para prender esta mulher loira que não queria cooperar.

O piloto diz, você disse que ela é loira?

Eu vou falar com ela, eu sou casado com uma moira...eu falo loiro... Ele vai até a loira e sussura algo em seu ouvido...

Ela diz: Me desculpa! Levanta-se e volta para o seu assento na classe econômica. A aeromoça e o co-piloto estão boquiabertos e perguntaram a ele o que ele disse para fazê-la mudar sem nenhuma frescura.

Eu disse a ela: A primeira classe não está indo para Toronto.



ÁLCOOL

EMBRIAGUEZ AO VOLANTE PODE LEVAR À PERDA DO SEGURO DE VIDA

A 3ª Turma do Superior Tribunal de Justiça (STJ) decidiu que embriaguez ao volante é uma agravante no risco do seguro de vida e pode implicar em perda do prêmio. A decisão sinaliza mudança de interpretação do Tribunal. Embora tenha sido tomada num caso em que o julgamento não poderia ser diferente - uma vez que o contrato de seguro previa o não pagamento ao motorista bêbado - esta interpretação poderá ser aplicada em qualquer caso de embriaguez no trânsito. A jurisprudência anterior da 3ª Turma dizia que a ingestão de bebida alcoólica não seria suficiente para não pagar o prêmio ao segurado. Assim, os ministros da 3ª Turma consideravam a indenização justa ainda que a dosagem de álcool no organismo do motorista estivesse acima do permitido pela legislação de trânsito. O entendimento era que o juiz deveria analisar caso a caso para saber se o álcool era causa determinante e eficiente para a ocorrência no sinistro.

Para o ministro Ari Pargendler, a regra é muito clara: "se beber, não dirija; se dirigir, não beba". O caso levado agora a julgamento envolve a morte de um motorista em acidente de trânsito que, de acordo com a necropsia, tinha 2,4 decigramas de álcool por litro de sangue, quatro vezes mais do que o permitido. A seguradora recusou-se a pagar o prêmio à família e a viúva recorreu à justiça. Perdeu em primeira e Segunda instância.

"Não foi a aplicação da Lei Seca", ressaltou o ministro. "A lógica da agravante do risco se respalda no antigo Código Civil, para quem o segurado e o segurador são obrigados a guardar no contrato a mais estreita boa-fé e veracidade. A seguradora não pode suportar riscos de fato ou situações que agravam o seguro, ainda mais quando o segurado não cumpriu com o dever de lealdade", concluiu.

Colaboração: **José Carlos Garcia**

Fonte: *Jornal do Advogado* - OAB/SP

GOTA PODE TRAZER SÉRIAS CONSEQUÊNCIAS

A conhecida gota é o nome que se dá ao reumatismo provocado pelo aumento do ácido úrico no sangue (hiperuricemia), o qual fica depositado nas articulações causando episódios de artrite. A definição é do reumatologista Dalton José Balloni. A doença provoca dor intensa e, na maioria dos casos, afeta a articulação do dedão do pé. "Calcula-se que 2% da população mundial sofra com o problema, que em geral, atinge pessoas com mais de 35 anos, principalmente do sexo masculino", diz.

Sintomas

É caracterizada pelo começo repentino de dor localizada, iniciando normalmente pelo dedão do pé, podendo atingir outras articulações. Recomenda-se uma intervenção terapêutica precoce para que ocorra uma resolução rápida. "Outra característica da doença é a formação de nódulos e depósito de ácido úrico embaixo da pele" aponta o especialista.

Prevenção

Segundo Balloni, o melhor jeito de evitar o aumento de ácido úrico no organismo é a prática de exercícios físicos, fazer dieta apropriada e controle da obesidade e consumo de álcool.

Tratamento

É feito com medicamentos que eliminam o ácido úrico, e medidas preventivas como ingestão de bastante líquido, além da dieta. A duração, de acordo com o médico, depende do tipo de gota que pode ser primária - grande maioria dos casos ou secundária. A primária, aquela em que o aumento do ácido úrico no sangue é ocasionado por distúrbios metabólicos congênitos, deve ser tratada pela vida toda. Já na secundária, provocada por uma doença - como, por exemplo, leucemia ou psoríase - ou por medicamentos - diuréticos como a ciclospina, etc., o tratamento será definitivo desde que se elimine a causa, compara.

Complicações

Conforme Balloni, além da dor e inflamação das articulações, algumas pessoas têm depósito de ácido úrico em vários locais, com maior evidência na pele, formando nódulos que muitas vezes inflamam e eliminam uma substância semelhante à

pasta de dente. Essas lesões podem se infectar e causar complicações sérias que eventualmente levam até a amputações. Esse tipo de gota é conhecido como tofácia, ressalta. Já a hiperuricemia, além da gota, pode acarretar cálculos nas vias urinárias e também levar à lesão renal, evoluindo muitas vezes para a insuficiência do órgão. Recentemente, alguns estudos populacionais tem demonstrado que indivíduos portadores de hiperuricemia, mesmo que assintomáticos, apresentam, estatisticamente, maior incidência de doenças vasculares, como infarto de miocárdio e acidente vascular cerebral, conclui.

Colaboração: **José C. Garcia**

Fonte Jornal de Piracicaba

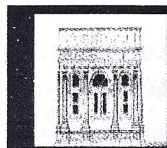
disponibilidade de associados; foi locado um conjunto à Rua Benjamin Constant, 1472, centro de Piracicaba, que foi utilizado até o início de novembro corrente, quando a Abencat se mudou para o Vila Saúde, nossa matéria da primeira página.

Cabem aqui agradecimentos a todos que contribuíram para que a Abencat pudesse ter "abrigo seguro" nesses 15 anos de trajetória, quer pelo trabalho de muitos, quer pela disponibilidade de associados cedendo e/ou locando suas dependências.

No ensejo deste retrospecto, não poderíamos deixar de registrar de forma especial a contribuição excepcional do saudoso Hilton Bergmann, oferecendo as dependências de sua escola para abrigar as primeiras assembléias e encontros festivos da Associação em São Paulo.

A propósito, mesmo após o passamento do colega Hilton, sua Família continua a colaborar e prestigiar a Abencat, anfitrião dos nossos encontros anuais em São Paulo.

Marcos A. Armelin



ABENCAT E SUAS SEDES

Nesta oportunidade que comemoramos a mudança de sede para dependências cedidas pela CBL, cabe lembrar da trajetória de nossa Associação para chegar à presente situação, e do esforço dos primeiros dirigentes em conseguir espaço para início e desenvolvimento das suas atividades.

As discussões iniciais para formação da Abencat aconteceram em meados de 1992, ainda nas dependências da antiga fábrica de Sto Amaro, quando os primeiros formuladores da idéia reunidos em uma sala do Prédio A, cogitavam de formar uma associação que pudesse manter a integração dos amigos aposentados, além de se constituir num canal de comunicação com a Companhia.

No decorrer de 1992, o grupo pioneiro se reuniu nas várias casas dos participantes, entre elas na casa de João Scheneider e George Tedorenko para traçar os primeiros planos e implementar as primeiras ações para constituição da associação.

Apartir de setembro, o grupo passou a se reunir regularmente em imóvel cedido pelo George, à Rua Robert Kennedy, no. 1311, Socorro, São Paulo, e que, posteriormente, veio a ser alugado pela Abencat, sendo este local, a primeira sede da Associação.

Em 30 de julho de 1994, a sede foi transferida para a Rua Martinópolis, no. 230, de propriedade de Ferruccio Gobbo, locada pela Abencat.

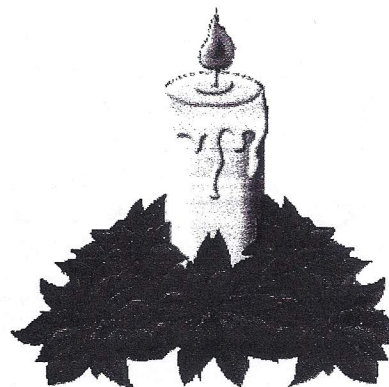
Em 8 de dezembro de 1998, houve a mudança da sede para Piracicaba, à Rua Professor Brotero Bonilha, 192, de propriedade de Luiz Carlos de Oliveira, igualmente locada.

Em 15 de dezembro de 2003, a Abencat fez sua primeira locação comercial, já que as anteriores sempre contaram com a boa vontade e



"A Melhor mensagem de Natal é aquela que sai em silêncio de nossos corações e aquece com ternura os corações daqueles que nos acompanham em nossa caminhada pela vida"

A ABENCAT deseja a todos os seus Amigos e Associados, suas famílias, um Feliz Natal e um Ano Novo cheio de Paz, Amor, Saúde e Amizade.





VAMOS rirrrrrr !!!

Tinha 5 homens dentro de um carro,
quatro deles era corinthiano,
qual era a profissão do motorista?

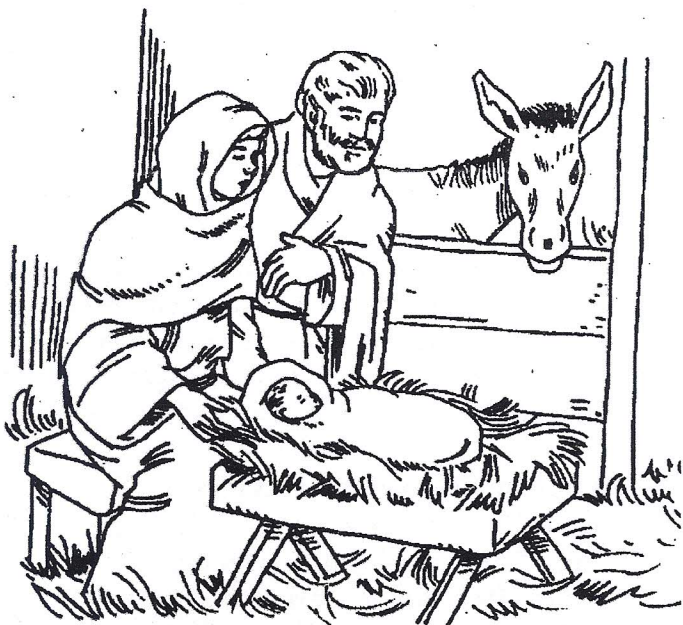
R. Policial



O repórter, na rua, aborda uma loira e pergunta:
- Por favor, senhorita, uma entrevista rápida. Como
você se sente, sabendo que tem quatro bilhões de
neurônios a menos que os homens?
A loira pensa um pouco e responde:
- Quatro o quê?



Chame as crianças VAMOS PINTAR !!!



DESABAFO DE UM BOM MARIDO

Minha esposa e eu sempre andamos de mãos dadas.
Se eu soltar, ela vai às compras.
Ela tem um liquidificador elétrico, uma torradeira
elétrica, e uma máquina de fazer pão elétrica.
Então ela disse: 'Nós temos muitos aparelhos, mas
não temos lugar pra sentar'.

Daí, comprei pra ela uma cadeira elétrica.
Eu me casei com a 'Sra. Certa'. Só não sabia que o
primeiro nome dela era 'Sempre'.

Já faz 18 meses que não falo com minha esposa.
É que não gosto de interrompê-la.

Mas tenho que admitir, a nossa última briga foi
culpa minha.

Ela perguntou: 'O que tem na TV?' E eu disse
'Poeira'.

No começo Deus criou o mundo e descansou.

Então, Ele criou o homem e descansou.
Depois, criou a mulher. Desde então, nem Deus, nem
o homem, nem o Mundo tiveram mais descanso.

Quando o nosso cortador de grama quebrou, minha
mulher ficava sempre me dando a entender que eu
deveria consertá-lo.

Mas eu sempre acabava tendo outra coisa para
cuidar antes, o caminhão, o carro, a pesca,
sempre alguma coisa mais importante para mim.

Finalmente ela pensou num jeito esperto de me
convencer. Certo dia, ao chegar em casa,
encontrei-a sentada na grama alta, ocupada em
podá-la com uma tesourinha de costura.

Eu olhei em silêncio por um tempo, me emocionei
bastante e depois entrei em casa.

Em alguns minutos eu voltei com uma escova de
dentes e lhe entreguei.

'- Quando você terminar de cortar a grama,' eu
disse, 'você pode também varrer a calçada.'

Depois disso não me lembro de mais nada.

Os médicos dizem que eu voltarei a andar, mas
mancarei pelo resto da vida'.

'O casamento é uma relação entre duas pessoas na
qual uma está sempre certa e a outra é o marido...'

Você tem
endereço
eletrônico ?



Informe à Abencat
E-mail: abencat@terra.com.br

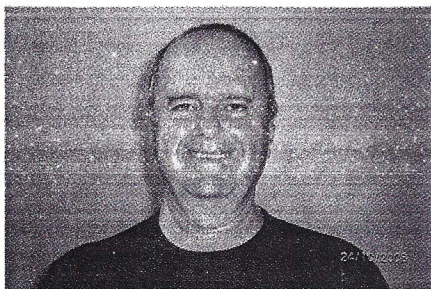


UM PERFIL EM DESTAQUE

ABENCAT E VOCÊ !!!



Luiz Carlos Verdicchio



Nosso entrevistado deste número é o Luiz Carlos Verdicchio, sempre chamado pelo sobrenome. Foi mais um dos antigos companheiros que fizeram carreira na CBL e que guarda muitas lembranças daqueles anos.

Vamos à entrevista:

Abencat e você - Conte-nos a origem da sua família.

LCV: Com exceção da minha avó no lado paterno, que nasceu em Piracicaba, os demais são todos italianos. Do lado paterno famílias Verdicchio e Volante e do lado materno Novelli e Mussi. Meus pais são brasileiros nascidos em São Paulo no bairro da Lapa. Meu pai desde os 14 anos, aprendeu e exerceu sempre a profissão de mecânico de automóveis. Minha mãe foi sempre dona de casa. Nasci na cidade de São Paulo, no bairro da Lapa. Eu tenho um irmão mais novo. Tive uma infância com as dificuldades normais de uma família operária, mas muito boa.

AV - Fale-nos sobre sua família.

LCV: Nanci e eu somos casados há 38 anos. Temos um casal de filhos, o Ricardo e a Fabiana. Ambos são formados em Administração, a Fabiana trabalha na área de Recursos Humanos, e o Ricardo está na área de Comércio Exterior. A Fabiana ainda mora conosco e o Ricardo é casado com a Ana Paula, e nos deram um neto, o Thomas que está com 7 meses.

AV - Quando e como se iniciou sua vida profissional?

LCV - Meu primeiro emprego foi na Cia Fiat Lux, depois trabalhei na Sears Roebuck e finalmente cheguei à Caterpillar. Até então eu tinha feito os cursos básicos (ginásio e científico) e o curso de Contabilidade. Após minha entrada na Caterpillar fui para a Universidade Mackenzie onde estudei Economia.

AV - Quando e como você chegou à Caterpillar.

LCV - Cheguei a Caterpillar por indicação do Osvaldo Durazzo. Isso foi em 8 de março de 1966. Foi para uma vaga de Registrador de Inventário no Departamento de distribuição de Peças. Como se dizia na época era para trabalhar no Kardex. Trabalhei na Caterpillar por 26 anos e deixei a empresa em 1992. Na época recebi um convite para ser diretor em uma empresa prestadora de serviços logísticos e após muita hesitação, deixei a querida Cat, mas o sangue continuou sempre amarelo.

AV - Que função(ões) você desempenhou na CBL?

LCV - Eu desempenhei muitas funções na Caterpillar e isto me deixou muito realizado. Iniciei no Departamento de Distribuição de Peças. Após várias funções técnicas fui transferido para o Dep. de Vendas de peças onde fui Analista de Mercado, Consultor de Revendedores e Representantes de Vendas. Voltei ao Dep. de Peças como Gerente de Inventário e depois Gerente de Sistemas de Peças. Fui transferido para a Tesouraria como Gerente de Importação e Tráfego. Após algumas reestruturações fui para o Dep. de Materiais e além da Importação e Tráfego, assumi também, em Piracicaba, as responsabilidades pela programação e acompanhamento de peças importadas. Vivia entre Santo Amaro e Piracicaba o tempo todo. Depois assumi um recém criado Dep. de Exportação a Gerência da Divisão de Pedidos de Exportação e Tráfego. Mantive esta função até a minha saída da Caterpillar. Durante esse período a Caterpillar cresceu e mudou muito. Mudança da Leopoldina para Santo Amaro, a chegada do primeiro computador e grandes mudanças nos sistemas e processos, veio a fábrica de Piracicaba, as restrições de importação, o programa de nacionalização de peças, as grandes obras do tempo da ditadura, o programa Befiex, o Entrepasto Aduaneiro, os programas de melhoria de qualidade (Juran), o DAC/DUC etc. Fico feliz em ter tido uma participação em todas essas fases. Um outro aspecto importante para mim, foi a oportunidade de ter estado muito no campo, com um grande número de viagens nacionais e internacionais. Passei dois períodos maiores nos Estados Unidos em 1974 e 1981, que envolveram mudança com a família, o que me ajudou bastante no meu desenvolvimento pessoal e profissional.

AV - Alguma outra lembrança mais forte ou curiosidades do tempo Caterpillar.

LCV - Tenho muitas lembranças não só da empresa e das muitas mudanças, do ambiente de trabalho, mas das pessoas, dos chopinhos de sexta-feira (não todas, claro) das festas, dos churrascos, o envolvimento das esposas, etc. Era tudo muito legal, sadio e com alguns grupos a amizade perdura até hoje. Com relação ao trabalho, tem muitas situações interessantes. Lembro que nos tempos difíceis da ditadura, a Cat já naqueles tempos recebia e enviava informações dos USA gravadas em fitas de computador, aqueles grandes rolos de fitas magnéticas. E essas inocentes fitas com informações técnicas e comerciais tinham que ser censuradas. Os fiscais de censura queriam saber o que tinha lá dentro, só que não tinham computador para verificar, nem entendiam de nada. Em um desses processos, pediram que levássemos o computador da Cat até eles para poderem analisar a fita... não faziam idéia do tamanho!!! Polidamente os convencemos a virem até a Cat. O Edimar preparou o CPD, definiu uma das leitoras de fita, que magicamente imprimia um tal de "dito" na console do computador mostrando o que tinha na fita e pronto. Me vem o Edimar e no meio do processo levanta em tom de brincadeira, como é que você sabe que o que está sendo impresso é o que tem na dita da cuja fita e não na que está na leitora ao lado ?? No final tudo deu certo, demos boas risadas, inclusive os fiscais. Uma outra lembrança curiosa, que tem a ver com costumes (nosso carnaval). em uma viagem que fiz ao Japão na Caterpillar Mitsubishi em Sagami, fui solicitado para uma reunião que não estava programada, com um pessoal da área de Marketing/Programação, se bem me lembro. Na reunião o pessoal tinha nas mãos umas duas revistas da época, tipo Fatos e Fotos que saiam depois do carnaval, com aquelas fotos da mulherada semi-nua, escolas de samba, etc. Alguém da Cat Brasil tinha enviado as revistas para eles. Começaram a me fazer perguntas sobre o carnaval, como era, se todo mundo participava daquela fuzarca que viam nas fotos, bebedeira, se tinha trabalho durante o período do carnaval, etc, etc. Eu estranhei aquilo, pois o assunto da reunião seria sobre os guinchos que na época a fábrica de Santo Amaro era fonte mundial. Para não me alongar, inclusive porque não ligo para Carnaval eu procurava retornar a conversa ao assunto principal da reunião, mas o pessoal do Japão insistia em dizer: "bem, pensamos que os guinchos de que recebemos tivessem sido construídos durante o Carnaval".

AV - Você e sua família estavam preparados para a aposentadoria? Existiam planos para isso?

LCV - Não estávamos preparados para a aposentadoria. Na verdade por mim estaria trabalhando até hoje. Fui pego de surpresa e tive que me adaptar ao momento, quebrar os paradigmas como sempre fiz, viver feliz, aproveitando o tempo da melhor maneira possível. Me dediquei ao novo momento e aprendi a ser feliz nele.

AV - E como foi sua vida a partir da aposentadoria?

LCV - No início eu sofri um pouco, diria que os três primeiros anos, mas consegui superar e me envolvi com o novo momento da minha vida. Hoje estou vivendo o presente, permitindo aflorar apenas as coisas boas do passado, que na verdade são muitas. Eu estou morando em São Paulo, no Bairro Perdizes. Meu relacionamento com a família é excelente, na fase atual estamos curtindo muito nosso primeiro neto. Mantenho ainda um relacionamento excelente com muitos colegas da Cat. Tenho lido muito, pesquiso muito na internet, gosto muito de computador e estou sempre mexendo e procurando aprender novas coisas, no momento, principalmente as relacionadas a áudio e vídeo. Curto muito minhas músicas, filmes e shows, faço minhas caminhadas, vamos um pouco para a praia, etc. Descobri ainda meu lado artesão com um novo hobby que é a marcheteria e tenho feito algumas peças para a família e presenteado alguns amigos. Aprendi a vagabundear sem culpa e sem medo e estou satisfeito com meu momento e tenho curtido muito.

AV - Você daria alguma "dica" para seus colegas que ainda estão na ativa de como se preparar para esse momento ?

LCV - É uma pergunta difícil, mas acho que as pessoas tem que ter um planejamento não só financeiro mas também de atividades para preencher seu dia-a-dia de forma prazerosa. Eu nunca pensei na aposentaria, pois queria trabalhar até os 65 anos e achava que trabalho seria fácil sempre, não que seja difícil para todos, mas é complicado. Então se o momento da aposentadoria chegar de forma não planejada, assimile e curta da melhor maneira possível. Mudar sempre, quebrar paradigmas e mudar atitudes é bom sempre.

"A saudade é uma palavra sem explicação; ela está na mente mas quem sofre é o coração...."

ACUPUNTURA AUXILIA TAMBEM NA BELEZA

Boa parte das pessoas não sabe, no entanto, a acupuntura pode ser utilizada para fins estéticos. Apesar de não ser muito divulgada no Brasil, a acupuntura estética é usada há bastante tempo, os primeiros registros datam de mais de 2.000 anos A.C. É o que afirma a acupunturista Silvana Rasera. De acordo com ela, o princípio é o mesmo da acupuntura convencional: são utilizadas agulhas em pontos específicos e isso estimula a produção de hormônios e outras substâncias. “No caso da acupuntura estética essas substâncias liberadas na corrente sanguínea promovem a nutrição dos músculos e tendões, e colaboram na produção de novas fibras de colágeno, melhorando assim, o tônus da pele”, ressalta.

Indicações:

Além da perda de peso, a acupuntura também ajuda no combate às rugas, manchas, calvície, acne e suas cicatrizes, marcas de expressão na face, estrias, alguns problemas de pele, celulite e combate à flacidez, proporcionando também um equilíbrio energético e aumentando dessa forma a imunidade.

A principal diferença entre os tratamentos tradicionais e acupuntura está no tempo de recuperação, sendo que esta é menos invasiva e dolorida, e trata o indivíduo como um todo, restabelecendo o equilíbrio energético. Segundo a Especialista, vários programas estéticos estão relacionados ao desequilíbrio energético. “Como exemplo, posso citar a celulite, problema de energia do fígado, e a calvície, relacionada à dos rins. Tratando isso, os resultados são animadores, porque trazem benefícios internos”, justifica.

Reais:

Conforme Silvana, os efeitos são comprovados cientificamente e pelo próprio paciente, que, com o decorrer das sessões, nota o extraordinário efeito da acupuntura estética. Na redução de medidas, nas estrias e também no rosto, pode-se observar a diferença logo após a primeira sessão, visto que o equilíbrio propicia a beleza de dentro para fora, que é muito mais duradoura. “Já nos casos de calvície, são necessárias pelo menos quatro ou cinco semanas para aparecerem os primeiros sinais”, informa.

A Acupunturista diz que os resultados dependem da resposta de cada indivíduo, podendo ser até mais rápidos que os convencionais. “E o bom é que qualquer pessoa pode se beneficiar dela, pois não existe contra indicação, nem restrição à idade”, revela.

Segundo Silvana, é importante deixar claro que a acupuntura estética não emprega apenas agulhas como instrumento, havendo outras formas de aplicação. O tratamento ideal é aquele em que se faz pelo menos uma sessão por semana, sendo recomendado o mínimo de dez aplicações para que os resultados se consolidem. “Mas vai depender de alguns fatores, como idade, estrias, celulite, a presença de rugas e manchas, existindo a necessidade de uma avaliação”, conclui.

Colaboração: José Carlos Garcia
Fonte Jornal de Piracicaba



NADA DE EXAGERO

Tudo o que é demais prejudica, mesmo os hábitos mais saudáveis. Confira o que o excesso pode causar.

FIBRAS: Se consumidas em excesso sem a ingestão de líquido equivalente, podem até causar prisão de ventre. Além disso, fibras além da conta podem prejudicar a absorção de nutrientes essenciais para o organismo.

EXERCÍCIOS: Quem exagera nos treinos pode ter como resultado cansaço contínuo, mau humor, inflamações dos tendões e até fratura por stress.

LIMPEZA: Estudos apontam que o excesso de limpeza é um dos maiores causadores modernos de asma e alergias. Além disso, sem contato com bactérias, o sistema imunológico não se desenvolve.

ÁGUA: Em quantidades muito grandes leva à perda de sais minerais e vitaminas pela urina. Lembre-se de que os alimentos também contêm líquido.

PROTEÍNAS: A longo prazo, muita proteína pode agravar problemas renais, pois as toxinas geradas por esses alimentos são eliminadas pelos rins, sobrecarregando-os.

APOSENTADORIA SE TORNA PESADELO A QUEM SEMPRE ATUOU

Especialistas afirmam que a grande razão da depressão pós-aposentadoria é a dificuldade em lidar com a perda financeira e da função social exercida. Geralmente o aposentado sente que não tem mais a importância simbólica e financeira de outrora e se deprime, apresentando sintomas como apatia, autocomiseração, baixa da libido, alteração do apetite, dores vagas e difusas, dores nas costas, abdominais, nas articulações e de cabeça, entre outras.

A depressão pós-aposentadoria atinge todas as classes sociais, já que está relacionada ao papel que as pessoas exercem durante toda a vida familiar, principalmente no que tange às questões financeiras. Em muitos casos de depressão pós-aposentadoria, as dores reclamadas pelos pacientes estão associadas à enfermidade.

Geralmente, o aposentado não se preparou para a transição da rotina de correria, de reuniões, de plena ocupação, para um dia-a-dia mais calmo e sem atribuições profissionais.

encontram, como comparada a uma capacidade maior durante a juventude, à solidão, pela ausência dos filhos e demais familiares, e à falta da ocupação que lhe oferecia o status associado à importância que gozava quando atuava no mercado de trabalho.

Depois de dedicarem a vida à família e ao trabalho, os aposentados podem desenvolver a depressão por fatores já descritos pela medicina como questões genéticas ou hormonais, por exemplo, mas também por fatores que podem estar associados à fase da vida em que se encontram, como a debilidade física quando comparada a uma capacidade maior durante a juventude, à solidão, pela ausência dos filhos e demais familiares, e à falta da ocupação que lhe oferecia o status associado à importância quando atuava no mercado de trabalho.

Fonte: Jornal de Piracicaba - 21/05/2008



NOSSO QUERIDO CORAL !!!

O Coral Vozes da Caterpillar é um projeto cultural que atende a vários propósitos: divulgação da cultura musical, ser um “embaixador” da Companhia junto aos mais variados públicos e principalmente, valorizar seus empregados, aposentados e familiares propiciando-lhes a oportunidade de participação cultural, desenvolvimento de expressão, talento, integração e entretenimento.

O Coral foi criado em 2004, atualmente formado por 36 cantores, todos funcionários, aposentados e familiares.

No desenvolvimento deste projeto, desde seu início, vem contando com a coordenação e regência de Malu Canto, competente musicista e maestrina.

Algumas características do Coral: Dedicar-se a apresentação de um repertório diversificado em estilos e épocas, com prioridades para a música brasileira. Procura estimular a exploração das potencialidades vocais e cênicas dos participantes, favorecendo o desenvolvimento da percepção e da coordenação, realiza constantes trabalhos de técnica vocal que contribui para a melhora da emissão de voz falada e cantada.

Nesta altura da exposição, um recado importante: Cantar em CORAL influencia não somente o lado artístico de seus integrantes, mas o faz trabalhar em grupo respeitando o momento e o espaço de cada um, fatores de fundamental importância na nossa vida competitiva. As atividades do CORAL são recheadas de “SABOR”, isto é, aliam-se trabalho à diversão, e esforço à alegria!

Os ensaios são realizados às terças e quintas-feiras, das 19 às 21h no Vila Saúde. As despesas de uniformes e partituras são pagas pela CBL, e quando os cantores viajam para apresentações, os encargos também são assumidos pela CBL.

Assim, convidamos os colegas da Abencat a participar desse projeto, na certeza de que ele trará muita alegria e integração. Não se esqueça, “Quem canta seus males espanta”.

Faça uma experiência sem compromisso, venha assistir a um ensaio, numa Terça ou Quinta, você vai no mínimo se divertir e rever alguns colegas que já se beneficiam dessa participação.



João Ferreira / Marcos A. Armelin



ANIVERSARIANTES DO ANO

A COR DA LÁGRIMA

Porque a lágrima não tem cor?
Enquanto chorava, me pus a pensar.
Se fosse vermelha como sangue,
As minhas vestes poderiam manchar.

Se a lágrima fosse amarela,
A cor da alegria,
Expressar tristeza
Jamais poderia

Se fosse azul,
A cor da serenidade,
Eu não choraria jamais.
Seria só tranqüilidade.

Se fosse branca,
Como pétalas de rosas,
Não seriam lágrimas...
Mas pérolas preciosas.

Ainda mais uma vez
Fiquei me questionando...
Porque a lágrima não tem cor?

Se ela fosse preta
Só expressaria o horror?

Porque será que a lágrima não tem cor?
A lágrima não tem cor...
Porque nem sempre exprime dor.

E se ela fosse roxa, como poderia
Expressar a alegria?

As lágrimas não têm cor
Porque são expressões da alma
Quando o espírito está chorando
O coração diz: tenha calma!

Se a lágrima tivesse cor
Deveria ter a cor do amor
Ou mesmo a cor da paixão
Que as vezes invade o coração.

Ou talvez a cor da tristeza
Que abala a alma e tira a calma
Mas faz em meu ser uma limpeza.
Se a lágrima tivesse cor
Poderia ser vermelha como o sangue.

A lágrima não tem cor.
Porque ela nos aproxima do nosso Criador.
Se a lágrima tivesse cor
Eu só iria chorar de alegria.
Mas, e a lágrima da saudade?
De que cor ela seria?

E a lágrima da decepção,
De que cor seria então?
Se a lágrima tivesse cor
Deveria ter a cor de um brilhante
Como a lágrima é preciosa
Deus deu-lhe a cor do diamante.

Autor Desconhecido

Para todos os nossos aniversariantes deste ano, agradecemos por ser nosso associado e desejamos muitas felicidades e muito amor nos corações, e de uma forma singela oferecemos essa mensagem à vocês. Obrigada.

NOSSA EXCURSÃO PARA ÁGUAS DE LINDÓIA

Mais uma vez se comprovou que a reunião de um grupo de amigos da Abencat, em torno de um programa de integração e entretenimento, "dá samba".

Assim nossa excursão para Águas de Lindóia e Monte Sião, nos dias 15 a 17 de Agosto, reunindo mais de 30 animados colegas, propiciou momentos muito agradáveis de convívio e integração. Gostosa e farta comida à vontade, passeios, bingo, karaokê, e até comemoração de aniversário, com todos se integrando para fazer uma surpresa e cantar os parabéns para a colega Martha Miotto, aniversariante no dia 16. Aproveitou-se da oportunidade do encontro, para reunir as esposas presentes e discutir alguns assuntos de interesse, incluindo a composição de itens da Cesta de Natal, a ser oferecida no Encontro de Confraternização de Fim de ano.



6 de Dezembro !!! Nossa Confraternização de Fim de Ano

Grandes preparativos em ação para que tenhamos um belo encontro e confraternização de amigos no próximo dia 06 de dezembro, a partir das 10h, nas dependências do CEC - Clube dos Empregados da Caterpillar. Os convites já foram expedidos, e você, provavelmente, já o tenha recebido, ou brevemente o receberá. Programe-se para participar, sua presença é muito importante para o êxito de nossa festa.

É mais uma oportunidade para rememorar lembranças da Caterpillar e revigorar as amizades construídas naqueles bons tempos.

REUNIÃO CONJUNTA DA ABENCAT

Aconteceu em São Paulo, capital, na escola Winkie, em 04/10/2008, envolvendo o Conselho Deliberativo, Conselho Fiscal e a Diretoria. O Conselho Fiscal examinou e aprovou as contas apresentadas pela Diretoria, as quais foram avaliadas pelo Conselho Deliberativo. A Diretoria Executiva apresentou um retrospecto do semestre, planos para o restante do ano e as últimas conquistas conseguidas, como a nova sede social e o desconto da mensalidade dos sócios ativos em folha. Outros assuntos vieram à tona graças à participação e o interesse dos associados presentes além de algumas esposas que prestigiaram o evento. As idéias fluíram de forma agradável e produtiva, após a reunião fomos todos almoçar no restaurante self-service do Shopping SP Market. Aí, lembranças e a saudade da antiga fábrica bateram mais forte, porque, alguns dos presentes retornavam às antigas instalações pela primeira vez depois do encerramento das atividades. Uma fileira de mesas e cadeiras agrupou o pessoal de maneira descontraída e confortável. Após o almoço nos despedimos da turma e a van partiu lá do ex-prédio "C", rumo a Piracicaba.

Milton Alves Martins



FALECIMENTO DE ASSOCIADO

É com grande pesar que comunicamos o falecimento de nosso associado **LUIS PAIVA GIOIELLI**, ocorrido em São Paulo no dia 15 de Outubro de 2008 e **APARECIDO ANTONIO DO AMARAL**, ocorrido em Piracicaba, no dia 18 de Outubro de 2008.

Às família enlutadas, nossa solidariedade neste momento de dor.

Abencat

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

Sede: Rua Santo Antonio, 682 - Centro - Piracicaba - SP - 13400-160

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 Silvia

Reuniões da Diretoria: 2ª Segunda-feira de cada mês, às 19h00. Seja bem Vindo !!!

Remetente:

ABENCAT - R. Santo Antonio, 682 - Centro - Piracicaba/SP - Cep. 13400-160