



# Revista APVE

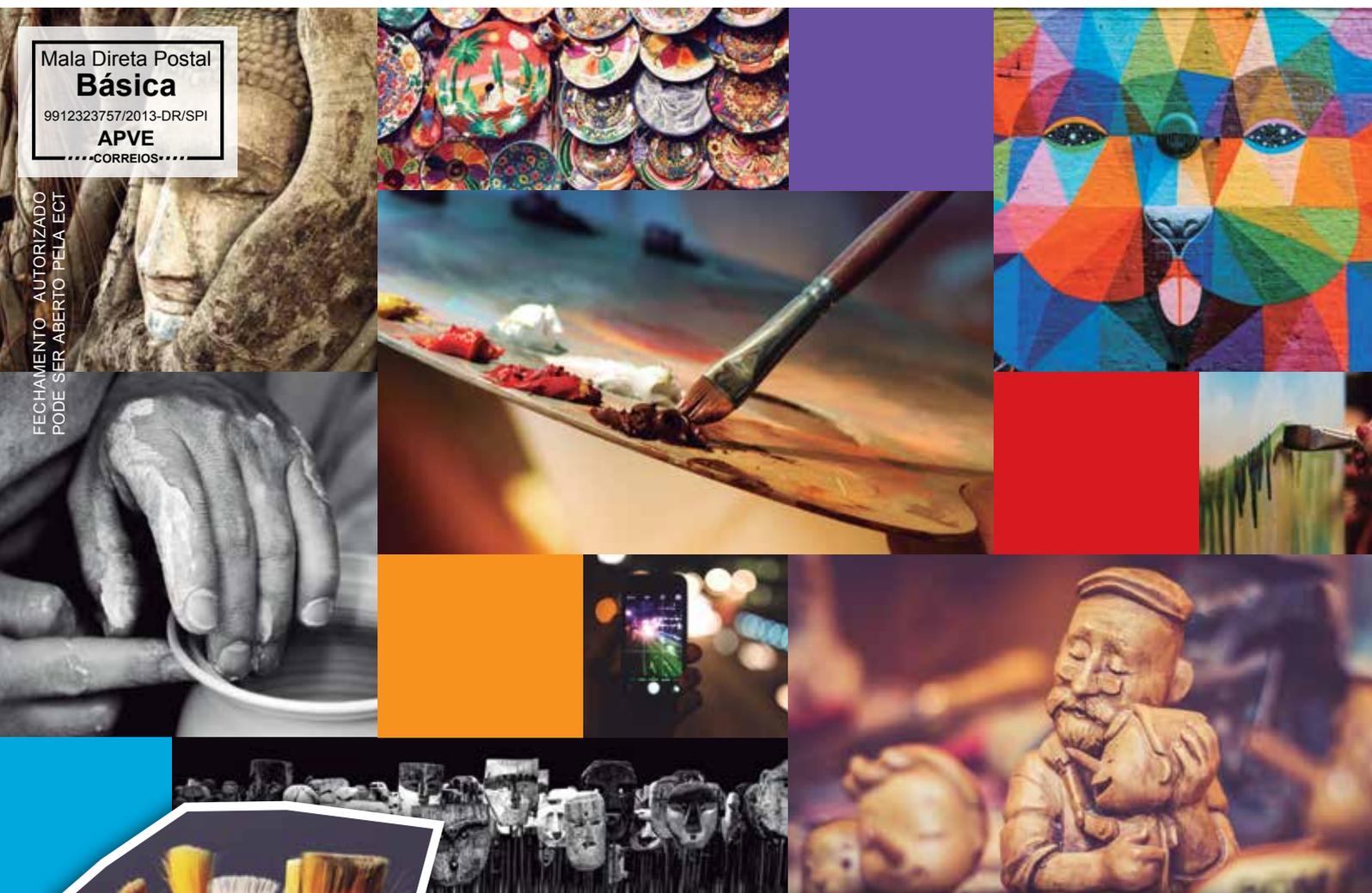


ASSOCIAÇÃO DOS PIONEIROS E VETERANOS DA EMBRAER  
AGOSTO E SETEMBRO DE 2018 | ANO 28 • Nº 143

Mala Direta Postal  
**Básica**

9912323757/2013-DR/SPI  
**APVE**  
\*\*\*CORREIOS\*\*\*

FECHAMENTO AUTORIZADO  
PODE SER ABERTO PELA ECT



## SALÃO DE ARTES ESTIMULA TALENTO DOS ASSOCIADOS

Mostra de pinturas, esculturas,  
desenhos e gravuras

### BEM-ESTAR ➤

As aulas de Zumba estão de volta na APVE

>> Pág. 11

### DASF ➤

A importância de se preparar para quando a aposentadoria chegar

>> Pág. 04

### NOVIDADE ➤

Novo Cyber oferece conforto e tecnologia para associados

>> Pág. 03





EDITORIAL

Caros Associados,  
A Revista APVE é um dos vários instrumentos que utilizamos para que você saiba o que está sendo feito na nossa entidade e possa se atualizar, avaliar e aproveitar os benefícios oferecidos por estas mudanças e novidades.

Nas próximas páginas você irá saber um pouco mais sobre a instalação do aquecimento solar para a piscina de hidroginástica, sobre a reformulação do nosso site, sobre a nova área Cyber que agora conta com novos equipamentos e mais conforto e também sobre o espaço exclusivo para os atuais e futuros associados que acabamos de inaugurar na EDE.

Outra informação importante desta edição é a realização do Dia do Conveniado, uma ação idealizada por nós, para que as operadoras de saúde estreitem ainda mais o relacionamento com o público da APVE.

Confira também nesta edição o sucesso de público do nosso Arraial Solidário, uma confraternização entre associados, veteranos da APVE e seus familiares que contribuiu de forma efetiva com entidades assistenciais de nossa região, reforçando, mais uma vez, o papel social de nossa associação.

Manter a APVE em constante evolução de forma transparente, com uma gestão responsável e garantindo o equilíbrio financeiro da entidade é a nossa prioridade. Tenho a certeza de que estamos no caminho certo.

Boa Leitura.

**Luiz Alberto Ladewig**  
Presidente



## Conselho Deliberativo: A VOZ DO ASSOCIADO

**E**x-funcionário da Embraer por mais de 30 anos, e há mais de 20 anos atuando em diversas Diretorias Executivas e no Conselho Deliberativo na APVE, Adão Alves Brandão, assumiu pela primeira vez, em sua trajetória na Associação, a presidência do Conselho Deliberativo da entidade, para o triênio 2017/2020.

“Me senti honrado e aceitei com muito orgulho o convite para me candidatar ao cargo de presidente do Conselho”, disse.

Prestes a completar um ano à frente do Conselho Deliberativo, Brandão fez um balanço positivo deste primeiro período de sua presidência.

“O Conselho é a voz do associado. Trabalhamos para ouvir e atender, da melhor maneira possível, as demandas das pessoas. Agindo desta maneira e, em sintonia com a Diretoria Executiva, conquistamos por exemplo, a assinatura de um contrato com o Grupo São José Saúde, tendo assim, uma nova opção em Plano de Saúde para os associados”, disse.

Segundo Brandão, a experiência adquirida na sua atuação como Diretor em outras gestões e a sintonia com os outros integrantes são os principais motivos para as recentes conquistas da gestão.

“Com uma atuação harmoniosa entre o Conselho Deliberativo, o Conselho Fiscal, a Diretoria Executiva e o respeito ao Estatuto Social da entidade, poderemos sempre oferecer cada vez mais qualidade aos associados e, ao mesmo tempo, poderemos manter as metas propostas para a APVE”, disse.



**O Conselho é a voz do associado. Trabalhamos para ouvir e atender, da melhor maneira possível, as demandas das pessoas.**

**Adão Alves Brandão,**  
Presidente do Conselho Deliberativo

### EXPEDIENTE

**Patrono:** Ozires Silva – **Presidente de Honra:** Ozílio Carlos da Silva – **Presidente do Conselho Deliberativo:** Adão Alves Brandão – **Vice-Presidente do Conselho Deliberativo:** Antônio Adeildo Rezende – **Presidente do Conselho Fiscal:** Cláudio Gama Rahal.

**DIRETORIA EXECUTIVA – GESTÃO 2017 - 2020:** **Presidente Executivo:** Luiz Alberto Ladewig – **Vice-Presidente:** Wilson Gonçalves Lopes – **1º Secretário:** Terezinha Czerwinski – **2º Secretário:** José Reis Amador Costa – **1º Diretor Financeiro:** Renzo Biondi – **2º Diretor Financeiro:** João Rafael dos Santos – **Diretora Cultural:** Luciano de Paula Nogueira Peixoto – **Diretor Social:** Lucia Maria Bernardes – **Diretoria de Comunicação:** Ana Celma Diógenes Furtado – **Diretor de Infraestrutura:** Avelino dos Reis – **Diretor de Planejamento e de Suprimentos:** Emerson Leite – **Diretor de TI:** José Antônio Bossolani – **Diretor Administrativo e Patrimonial:** Silvio Henrique Pinto – **Diretor de Convênios, Assistência Social e Farmácia:** Florisvaldo Fagundes Jacome – **Diretor de Bem-Estar:** Alfredo Gonçalves da Silva

Revista APVE é um informativo bimestral da Associação dos Pioneiros e Veteranos da Embraer

**Coordenação:** Erick Martins (MTB 56.887) e Dayane Cruz – **Produção:** Alameda Comunicação – **Editor:** Enio Machado – **Jornalista Responsável:** Pasquarelli Júnior (MTB 23.081) – **Textos:** Cristiane Endo e Laís Reis – **Projeto Gráfico:** Alameda Comunicação – **Edição de Artes:** Bruna Santana – **Editoração Eletrônica e Diagramação:** Bruna Santana – **Fotos:** Alameda Comunicação e Arquivo APVE – **Impressão:** Resolução Gráfica – **Tiragem:** 5.000 exemplares. **Contato:** APVE: Alameda Cândido Marciano Leite, 88 – Vila Bethânia – 12.245-486. São José dos Campos – SP – **Fone:** (12) 3925.5200 – **email:** apve@apve.com.br





## Conforto e Economia: Piscina de hidro contará com aquecimento solar

Ação estratégica para a redução de custos e despesas da APVE segue implementando novidades e buscando alternativas para manter a Associação com um balanço financeiro saudável e equilibrado.

A mais recente ação neste sentido é a instalação de um sistema de energia solar para o aquecimento da piscina de hidroginástica. Segundo o engenheiro e Gerente Administrativo da APVE, Bruno Akahane, estudos prévios apontam que a substituição do gás pela energia solar, gera economia e garante um retorno do investimento em 12 meses.

“Adquirimos um equipamento de última geração que é capaz de garantir o aquecimento da água mesmo em dias nublados. As placas são capazes de gerar calor apenas captando a radiação solar, ou seja, não precisaremos de dias ensolarados e com sol forte para oferecer o conforto aos nossos associados”, disse.

Além da economia e da eficiência, Bruno disse ainda que a utilização da energia solar posiciona a APVE como uma instituição ambientalmente responsável e comprometida com a sustentabilidade.

### EQUILÍBRIO

A economia gerada pela troca da matriz energética do aquecimento das piscinas amplia ainda mais os resultados positivos gerados pelo controle de gastos implementado na APVE.

Nos últimos seis meses, entre negociações de contrato, troca de prestadores de serviços e a participação efetiva de todas as Diretorias, a Associação já garantiu uma economia e uma redução de custos de R\$ 250 mil.

## Associados contam com sala ‘conectada’



Os associados da APVE contam com uma nova sala estruturada que irá substituir o antigo Cyber Café. Esse espaço será destinado especificamente para consultas rápidas na internet, carregar celulares, tablets, checar mensagens entre outras atividades enquanto aguardam, por exemplo, os filhos que estão nas aulas de natação ou esperam o início de

uma sessão de massagem.

Localizada em uma das salas do Espaço Bem-Estar, o novo Cyber é monitorado por câmeras de circuito interno e conta com dois computadores, seis baias com tomadas elétricas para laptops, celulares, entre outros equipamentos eletrônicos, mesas, cadeiras, puffs, conexão wi-f e ar-condicionado.

## E quando chegar a aposentadoria, VOCÊ ESTÁ PREPARADO?



**A pessoa precisa entender que a aposentadoria não significa um ponto final, mas sim uma nova fase em que poderá realizar outros objetivos.**

**Vanda Melo,  
Assistente Social da APVE  
...**

**V**ocê contou os anos e os dias para se aposentar, mas e agora? Fazer a transição para esta “nova fase” pode ser um pouco assustador já que, ao mesmo tempo em que se tem uma sensação de liberdade, existe também a dúvida sobre os próximos passos, a insegurança de encarar uma nova rotina, ou até mesmo, o problema de não ter mais uma rotina para ser seguida.

Segundo a Assistente Social da APVE, Vanda Melo, a ruptura causada pela aposentadoria é uma transição que precisa ser levada à sério e planejada com muito diálogo com os amigos, familiares e, se necessário, até com ajuda profissional.

“A pessoa precisa entender que a aposentadoria não significa um ponto final, mas sim uma nova fase em que poderá realizar outros objetivos. O planejamento permite que o aposentado se adapte às mudanças, permanecendo com a cabeça e

o corpo ativo. É preciso compreender que existem perdas, mas que também existem ganhos e que é possível continuar a viver com qualidade, mesmo depois de terem se aposentado”, disse.

### **UMA NOVA REALIDADE**

Para Vanda, um planejamento antecipado pode proporcionar ao futuro aposentado a continuidade de uma nova rotina de trabalho e um início de novas atividades como um curso de idiomas, um hobby, a abertura de um pequeno negócio ou uma rotina de lazer ou de atividades físicas. “O importante é que o corpo e a mente se mantenham ocupados de maneira saudável”, disse.

### **UMA NOVA IDENTIDADE**

O aposentado precisa ter em mente que é necessário construir uma nova identidade. Muitos aposentados costumam man-

ter o vínculo psicológico com a empresa em que trabalhavam e isso pode ser prejudicial, já que eles podem se isolar e não buscar outros círculos de convívio. “Quem já se aposentou ou está para se aposentar deve saber que em qualquer idade você pode começar coisas novas ou recomeçar aquelas que parou. É fundamental dar sentido a vida e buscar qualidade de vida.

## APRENDENDO COM A APOSENTADORIA

A aproximação do tão esperado dia da aposentadoria nem sempre acontece de maneira tranquila. Algumas pessoas vivem momentos de ansiedade, outros não conseguem se adaptar com a 'quebra da rotina' e existem até os que chegam a acreditar que a fase produtiva da vida chegou ao fim.

Iniciar um planejamento antecipado para aposentadoria, buscar opiniões com amigos que já se aposentaram ou até mesmo contar com apoio profissional de consultores ou de psicólogos são ótimas alternativas que podem tornar esta transição muito mais tranquila e bem-sucedida.

Para o economista José Carlos "Marajá" Franco dos Santos, a transição para a vida de aposentado foi relativamente tranquila por conta de uma atividade paralela que ele desenvolveu ao longo dos seus mais de 31 anos dedicados à Embraer.

"Mesmo aposentado continuo sendo professor de estatística e matemática financeira. Esta atividade me mantém ativo, produtivo e, ao mesmo tempo, me garante até hoje um ótimo complemento no orçamento", disse.

Além de manter uma rotina de trabalho, José Carlos não abre mão da sua programação diária na APVE. "Encontrar os amigos para bater papo e frequentar o salão de jogos é também uma ótima maneira de aproveitar com sabedoria esse período da vida", disse.

“**Mesmo aposentado continuo sendo professor de estatística e matemática financeira.**

José Carlos "Marajá" Franco dos Santos

O administrador Mário Tomioka iniciou sua carreira na Embraer aos 19 anos e se aposentou depois de 34 anos de trabalho. "Na época não me programei para me aposentar. Montei um negócio próprio que não deu certo e depois tentei a vida trabalhando dois anos no Japão. Foram tempos difíceis em que fiquei longe da minha família", disse.

Depois do retorno do Japão, Mário voltou a trabalhar na Embraer e cumpriu os anos que faltavam para se aposentar. "Dessa vez fiz as coisas com mais calma. Hoje mantenho uma nova rotina, me sinto bem e tranquilo em todos os aspectos. A rotina de frequentar a APVE e as atividades que ela oferece são fundamentais tanto para o bem-estar físico quanto psicológico", disse.

“**Hoje mantenho uma nova rotina, me sinto bem e tranquilo em todos os aspectos.**

Mário Tomioka



Aposentados da Embraer hoje aproveitam das atividades oferecidas pela APVE



## DICAS PARA TER UMA APOSENTADORIA TRANQUILA

- Fazer parte de grupos de convivência e ter hábitos de relacionamento
- Fazer novas amizades
- Estar aberto para novos aprendizados
- Criar projetos de vida
- Ter boa alimentação; Praticar exercícios físicos
- Ter bom relacionamento com a família
- Planejar-se financeiramente

## Campanha do Agasalho arrecada mais de 400 quilos

A semente da solidariedade rendeu bons frutos e a Campanha do Agasalho de 2018, promovida pela DASF (Diretoria de Assistência Social e Farmácia), arrecadou mais de 400 quilos de roupas, calçados, acessórios e produtos de higiene.

As doações foram catalogadas pelo Grupo Renopas e encaminhadas para entidades sociais da região. O resultado deste sucesso se dá pelo coração aquecido de nossos associados e frequentadores que se solidarizaram e contribuíram aquecendo o inverno de outras famílias.

### RESUMO DA CAMPANHA DO AGASALHO 2018

Agasalhos e acessórios	263 quilos
Produtos de higiene e limpeza	109 quilos
Sapatos	32 quilos
<b>TOTAL</b>	<b>404 quilos</b>



## “DIA DO CONVENIADO” promove atendimento exclusivo aos associados da APVE



A APVE promove nos dias 2 e 3 de outubro o “Dia do Conveniado”, uma ação que tem como objetivo estreitar o relacionamento entre os associados e as empresas prestadoras de serviços da área de saúde que têm contrato com a Associação.

O “Dia do Conveniado” será realizado no Salão Nobre da APVE e já conta como confirmadas as presenças das equipes de atendimento da Unimed, do Grupo São José, da Uniodonto, da Soesp e da Met Life.

Para o Diretor de Convênios da APVE, Florisvaldo Fagundes Jacome, a ação é uma iniciativa inédita na história da APVE e tem como objetivo ampliar o conhecimento dos direitos e deveres do associado em relação as empresas.

“Como cada operadora tem suas particularidades, a nossa intenção é que nestes dois dias os associados possam

“ Este encontro também é destinado aos que buscam, por exemplo, um convênio odontológico, ou que por questões de redução de custos, estão avaliando trocar de convênio médico.

Florisvaldo Fagundes Jacome,  
Diretor de Convênios da APVE.

esclarecer dúvidas relacionadas aos seus convênios, comparar os planos oferecidos de acordo com a sua faixa etária, conhecer benefícios que estão incluídos e que muitas vezes não são utilizados, além de poder agilizar alguma eventual pendência

de atendimento diretamente com os representantes das empresas”, disse.

Para Jacome, o encontro das seguradoras que mantém contrato com a Associação também busca atingir os associados que não têm conhecimento do que a APVE oferece como prestação de serviços e benefícios.

“Ainda contamos com uma parcela de associados que não desfrutam dos convênios que mantemos por pura falta de informação, por isso, este encontro também é destinado aos que buscam, por exemplo, um convênio odontológico, ou que por questões de redução de custos, estão avaliando trocar de convênio médico”, disse.

Além dos estandes das operadoras de saúde, as colaboradoras da equipe de Convênios da APVE também participam do “Dia do Conveniado” na orientação e nos esclarecimentos de dúvidas dos associados.

## Convênios tem novo Diretor

Desde julho deste ano, Florisvaldo Fagundes Jacome, Diretor da DASF (Diretoria de Assistência Social e Farmácia) passou também a responder pela Diretoria de Convênios.

A decisão objetivou otimizar ainda mais o andamento de duas diretorias que têm afinidades em suas operações. Florisvaldo assume o cargo ocupado anteriormen-

te por André Tadeu May.

“Estes dois departamentos da APVE têm muitas ações que estão interligadas e estão diretamente direcionadas ao bem-estar e à prestação de serviço ao associado. Na área de Convênios a ideia é dar continuidade ao trabalho iniciado pelo André Tadeu May e buscar manter o nível de excelência proposto por ele no início desta gestão”, disse.





## Farmácia quer ampliar rede de doação de medicamentos

Para manter e até mesmo ampliar o atendimento mensal de mais de 1.000 associados a equipe da Farmácia Comunitária “Danilo Stanzani” busca incentivar que o ritmo de doações de medicamentos permaneça ativo em tempo integral.

“Em média, são distribuídos 5.000 medicamentos por mês e a única fonte de manutenção do nosso estoque é a doação. Esta é uma campanha constante e que não pode ser interrompida, ou seja, quanto mais doadores, mais medicamentos e consequentemente, mais associados serão atendidos”, disse Camila Marques, farmacêutica responsável na APVE.

Segundo Camila, atualmente o estoque é mantido por intermédio de uma rede de contatos mantida com alguns laboratórios, clínicas médicas e outras farmácias comunitárias que se comunicam e suprem a necessidade uma das outras.

“Nunca passamos por um problema grave de desabastecimento, mas é importante criar novos contatos. As vezes um associado pode nos indicar um laboratório ou uma clínica que esteja disposta a contribuir conosco. Toda ajuda é bem-vinda”, disse.

### DOAÇÕES

Assim como todas as entidades ligadas à

área da Saúde, as farmácias comunitárias seguem regras rígidas em relação ao seu funcionamento e, principalmente, em relação aos medicamentos doados.

Toda instituição, ou até mesmo um associado pode ser doador, neste caso as obrigatoriedades são que as embalagens estejam lacradas e os medicamentos estejam dentro do prazo de validade.

O serviço prestado pela Farmácia da APVE é gratuito e destinado exclusivamente aos associados, dependentes e agregados. Para ser atendido é necessário a apresentação da carteirinha e da receita médica atualizada.

## Começa a preparação para o “Outubro Rosa”

A equipe da DASF já começou a organizar a ação de conscientização para o “Outubro Rosa” deste ano. As atividades que tem como foco a prevenção e os cuidados sobre o câncer de mama, contarão com palestras de profissionais da área da saúde, distribuição de folhetos explicati-

vos, além das trocas de informações sobre prevenção e tratamento da doença. A campanha do “Outubro Rosa” na APVE será uma das várias atividades programadas para a celebração da Semana da Senioridade que acontece anualmente na Associação.





## Salão de Artes premia o talento dos associados

Queremos democratizar ainda mais o espaço que a APVE dedica à cultura. O Salão, além da visibilidade da exposição, também tem em seu regulamento a distribuição de prêmios em dinheiro como forma de valorizar e estimular a continuidade dos trabalhos dos participantes

Alessandra Davoli,  
Coordenadora de Eventos Culturais.

Com o objetivo de estimular a cultura através da arte, a Diretoria Cultural abre inscrições para o Salão de Artes APVE, um evento que tem como missão valorizar e divulgar o talento dos artistas plásticos da Associação.

Idealizado no formato de concurso cultural, o Salão de Artes, através de uma seleção, premiará os melhores trabalhos nas modalidades de pintura, desenho, escultura e gravura.

O regulamento e a ficha de inscrição já estão disponíveis no site da APVE.

Para a Coordenadora de Eventos Culturais, Alessandra Davoli, o formato de concurso idealizado para o Salão de Artes tem como propósito incentivar a participação tanto dos artistas mais experientes, que já contam com algumas exposições no currículo, quanto dos novos talentos que buscam espaço para divulgar a sua arte.

“Queremos democratizar ainda mais

o espaço que a APVE dedica à cultura. O Salão, além da visibilidade da exposição, também tem em seu regulamento a distribuição de prêmios em dinheiro como forma de valorizar e estimular a continuidade dos trabalhos dos participantes”, disse.

Já o Diretor Cultural Luciano de Paula, afirma que durante 13 anos como Diretor da ADCEmbraer, pôde proporcionar aos associados o maior e mais importante evento Cultural da entidade e que por isso, trás toda essa bagagem na organização desse evento para a APVE.

### ... INSCRIÇÃO E AVALIAÇÃO

O período de inscrição com a entrega dos trabalhos será entre os dias 17 de setembro e 5 de outubro na sede social da APVE (biblioteca) das 10h às 17h.

No ato da inscrição o participante poderá se inscrever em até duas modalidades



com um trabalho em cada uma delas, ou seja, o associado pode escolher apresentar um quadro com a técnica de aquarela na modalidade de pintura e uma peça de metal na modalidade escultura.

Ao final do prazo de inscrição, uma comissão julgadora formada por renomados artistas plásticos da região, avaliarão as obras inscritas e selecionarão as vencedoras do concurso.

### ... EXPOSIÇÃO

Todas as obras serão expostas no Salão Ozires Silva no período de 05 a 08 de novembro.

Posteriormente, a comissão julgadora, junto com a comissão organizadora escolherão as obras que permanecerão na mostra até o dia 30 de novembro no Espaço de Exposição Brigadeiro Paulo Victor na sede da APVE.

## ... RESUMO DO REGULAMENTO DO SALÃO DE ARTES APVE 2018

### SOBRE AS MODALIDADES

Qualquer outra modalidade que não esteja na relação abaixo não poderá ser inscrita.

- **ESCULTURA:** esculturas em metal, resina, madeira, vidro, terracota, material reciclado, etc.
- **PINTURA:** acrílica, óleo, técnica mista, aquarela, etc.
- **DESENHO:** lápis, caneta, carvão, nanquim, pastel, sumiê, etc.
- **GRAVURA:** xilogravura, litogravura, linóleo gravura, monotipia, etc.

### SELEÇÃO

As obras inscritas serão avaliadas por uma Comissão Julgadora constituída por três membros de reconhecido saber artístico, segundo critério da APVE, sob a coordenação da Comissão Organizadora do Salão.

Não serão aceitos para seleção:

- Trabalhos de artistas falecidos;
- Trabalhos que configurem cópias ou adaptações de obras existentes;
- Obras já premiadas em Salões anteriores
- Trabalhos sem assinaturas.

**ATENÇÃO!** Leia atentamente o regulamento completo no ato da inscrição, disponível no site [www.apve.com.br](http://www.apve.com.br).

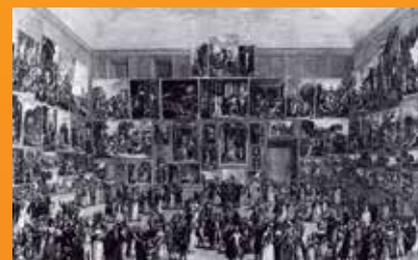
## PREMIAÇÃO

03 PRÊMIOS DE  
**R\$ 1.200,00**

03 PRÊMIOS DE  
**R\$ 600,00**

03 PRÊMIOS DE  
**MENÇÃO  
HONROSA**

**CERTIFICADO DE PARTICIPAÇÃO**  
a todos os inscritos



*Pintura retrata exposição de artes do Museu do Louvre, em 1787*

## A ORIGEM DOS SALÕES DE ARTES

A ideia de reunir as obras de artistas em um só local para apreciação e visita pública surgiu em meados do século XV, durante o período do Renascimento. O primeiro Salão de Artes com este objetivo foi organizado pelo artista Vasari, na Itália.

A repercussão alcançou a França e o restante da Europa em poucos anos e serviu para a popularização da arte e incentivar o crescimento da carreira de novos artistas.

No Brasil, este modelo de mostra artística começou a ser realizado em 1840 também como forma de democratizar todos os estilos de arte e se consolidou ainda mais com a criação do Salão Nacional de Belas Artes e de outros eventos e locais de exposição importantes como a Bienal de São Paulo, o Salão Nacional de Arte Moderna e o Masp.

Em 1993, a APVE reuniu artistas plásticos para a sua 1ª edição do Salão de Artes. O evento teve a sua 2ª edição realizada em 1998 com o nome de Salão de Artes Visuais.



*Público visita Salão de Artes durante a Bienal em São Paulo*



*1ª edição do Salão de Artes da APVE*



## Diretoria de TI: Modernidade e agilidade à serviço do Associado

Desde o início do ano a Diretoria de TI (Tecnologia da Informação) vem implementando mudanças e melhorias no sistema de administração e de segurança da APVE.

Grande parte destas otimizações já foi colocada em prática, facilitando o trabalho dos funcionários e, conseqüentemente, passaram também a beneficiar os associados da APVE.

“Começamos o nosso trabalho tendo como foco as demandas das Diretorias, ou seja, procuramos entender como poderíamos melhorar o sistema de trabalho dos funcionários para que, com uma operação mais eficiente e atualizada, o associado pudesse ser atendido de maneira mais ágil e prática”, disse José Bossolani, Diretor de TI da APVE.

### MENOS PAPEL E MAIS AGILIDADE

Um dos exemplos citados por Bossolani sobre as mudanças positivas realizadas com o objetivo deixar o dia-a-dia do associado mais prático é a reformulação do site da Associação.

“Em sintonia com a Diretoria de Comunicação, as modificações deixarão o site mais moderno, funcional e com maior agilidade nas manutenções e publicações de informações”, disse.

Segundo o Diretor, também já está sendo viabilizada uma solução sistêmica, coordenada pela área Administrativa, que irá possibilitar que as manifestações dos associados, hoje geradas em papel e entregues na urna que fica próxima à secretaria, sejam realizadas a partir do site da APVE, de forma eletrônica. “Esta mudança irá agilizar o tempo de resposta dos temas: sugestões, reclamações, elogios e comentários”, afirmou.

### SEGURANÇA

Outra importante ação viabilizada pela Diretoria de TI foi apoiar a campanha para a troca e atualização da carteirinha. Além de ampliar a segurança da entidade e do próprio associado, o novo documento de identidade da APVE possui maior qualidade e durabilidade e aumenta a eficiência no controle de acessos (controles de exame

médico, cardiológico e dermatológico), inclusive com notificações para o associado.

“Além de utilizar uma tecnologia mais moderna, o sistema visa melhorar o controle de acesso às instalações da APVE e agiliza o tempo de acesso na passagem dos mecanismos como as catracas e as cancelas de estacionamento”, finalizou Bossolani.



**As mudanças que estão sendo planejadas irão agilizar o trabalho tanto da equipe administrativa, quanto facilitar o dia-a-dia dos associados da APVE**

José Bossolani  
Diretor de TI

OS MELHORES MODELOS DE MAQUETE EMBRAER PARA A SUA COLEÇÃO VOCÊ ENCONTRA AQUI!

**EBR STORE**

3927.1883 3927.1899  
@EBRSTORE f/EBRSTORE  
WWW.EBRSTORE.COM.BR

← PRODUTOS LICENCIADOS EMBRAER ENTREGA EM TODO TERRITÓRIO NACIONAL



## Os benefícios do Pilates Solo

A lista de benefícios é longa: Ajuste de postura, melhora da respiração, fortalecimento muscular, equilíbrio e maior coordenação dos movimentos. Estes são apenas alguns dos benefícios que os praticantes de Pilates Solo começam a perceber logo nas primeiras semanas de atividades.

Segundo a professora de pilates da APVE, Stephany Jorge, a modalidade é bem democrática e pode ser praticada por pessoas de todas as idades. No pilates solo, o aluno utiliza o peso do corpo e de alguns acessórios como elásticos ou bolas para realizar os exercícios.

“Muitas pessoas acreditam que por não utilizar aparelhos como macas ou molas, o pilates solo exige muito esforço físico e é mais cansativo. Essa é uma informação incorreta, já que todos os exercícios são feitos respeitando o limite do corpo de cada aluno”, disse.

Formada em Educação Física, Stephany

afirma que, quando executado com disciplina e sem interrupções, os resultados da modalidade são rapidamente percebidos.

“Como o Pilates reeduca a postura e fortalece o tônus muscular, a tendência é que as dores lombares diminuam. Outro benefício é que a coluna vertebral volta a se alinhar o que reestabelece o equilíbrio do corpo como um todo, evitando, por exemplo, as quedas e torções dos pés e tornozelos.

Segundo o Diretor de Bem-Estar, Alfredo Gonçalves, o Pilates está entre as modalidades mais bem aceitas pelos associados da APVE. “A competência e atenção dos professores para com os alunos e os benefícios que a atividade proporciona vem garantindo o sucesso das aulas”, disse.

Para mais informações sobre valores e os horários das aulas de Pilates Solo na APVE entre em contato pelo telefone 3925.5227.

## A Zumba está de volta

Depois do “aulão” realizado no dia 8 de agosto, a Zumba está oficialmente de volta à APVE e passa a ser uma ótima opção para quem quer se adiantar e entrar em forma para a chegada da Primavera e do Verão.

Com muito ritmo e animação, as aulas serão comandadas pela professora Sílvia Silvera e realizadas às segundas e às quartas-feiras, com duas opções de horário: às 8h e às 19h30. As mensalidades custam R\$ 60,00 para associados e R\$ 80,00 para não associados. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 3925-5227.



## APVE lança curso para Instrutores de Yoga

Estão abertas as inscrições para as novas turmas de Yogaterapia. As aulas serão ministradas pelo professor Manoel Soares dos Santos e o curso, que já está em sua 5ª edição, terá duração de um ano, com uma carga horária de uma aula por mês, sempre em um sábado, das 8h às 18h.

“Neste curso vamos oferecer aos alunos o autoconhecimento e capacitação em instrutor de yoga, enfatizando o desenvolvimento do foco, da concentração e de exercícios físicos e mentais. A ideia é desafiar os alunos a estarem abertos para ensinar e também a aprender, já que esta é uma das melhores opções para reter o conhecimento”, disse.





## Sextas-Dançantes têm Bailes temáticos

**T**rês bailes temáticos prometem agitar as noites das Sextas-Dançantes da APVE neste segundo semestre de 2018.

Prevista para ser realizada em outubro, a "Sexta Dançante - Especial Halloween" é um momento especial para que os associados e os frequentadores abusem da criatividade nas roupas e nas maquiagens. O resultado é um salão repleto de fantasias originais e divertidas.

Em novembro, está confirmada a "Sexta Dançante - Especial Anos 60-70-80", mais uma grande oportunidade para curtir os grandes clássicos e caprichar nos trajes de época.

No final do ano, antes de encerrar as atividades de 2018, a Diretoria Social organiza a "Sexta Dançante - Especial Ano Novo", um ótimo momento para celebrar e brindar com os amigos a chegada de 2019. Nas três datas a animação ficará por conta da Banda Oppus, de Taubaté.

Organize o seu grupo de amigos e participe. Confira os detalhes sobre os valores e as reservas de mesas:

### RESERVA DE MESAS

#### ASSOCIADOS:

Podem realizar a reserva por telefone ou pessoalmente sempre às quartas-feiras, das 9h às 17h30, na sede da APVE.

#### NÃO-ASSOCIADOS:

Não há possibilidade de reserva. As mesas podem ser adquiridas sempre às sextas-feiras, das 20h30 à 0h30.

O valor das mesas com 4 lugares é de R\$ 20,00, tanto para associados, quanto para não-associados.

### INGRESSOS

#### ASSOCIADOS:

R\$ 10,00, mediante a apresentação da carteirinha

#### NÃO-ASSOCIADOS:

Inteira: R\$ 30,00

Meia-Entrada: R\$ 15,00 (destinada a maiores de 60 anos, professores da rede pública, estudantes, aposentados e alunos da Dança de Salão APVE.

## Vendas de mesas para o Baile entram na reta final

**C**om mais de 80% das 100 mesas disponíveis já reservadas, as vendas dos convites para o 32º Baile de Aniversário da APVE entram, este mês na reta final.

Este ano, o evento mais tradicional da Associação será realizado no dia 29 de setembro, no Salão Nobre do Clube de Campo Luso Brasileiro, e todos os detalhes da organização já estão definidos.

A atração musical ficará por conta do talento dos músicos da Banda Palace e o cardápio da noite será assinado pelos chefs do Buffet Artesanal.

As reservas de mesas podem ser realizadas na sede da APVE e os valores podem ser parcelados. Confira quadro abaixo:

### 29 DE SETEMBRO

LOCAL: Clube Luso Brasileiro

#### VALORES:

Associados: R\$ 175,00

Não associados: R\$ 195,00

#### TRAJES OBRIGATÓRIOS

Mulheres: Vestido longo  
(entrada e permanência)

Homens: Terno completo

## Embu das Artes é o destino da próxima excursão

**A**pitoresca cidade de Embu das Artes é o próximo destino que a fará parte do programa "Turismo Social" da APVE. Localizada a 25 quilômetros de São Paulo, a cidadezinha com clima de interior é marcada pelas casinhas históricas e bem coloridas, um ótimo comércio, bons restaurantes e uma feira de artesanato com produtos diferenciados.

No passeio também está programada uma visita à "Cidade das Abelhas", um apiário instalado em mais de 100 mil m² de Mata Atlântica preservada.



### PASSEIO EMBU DAS ARTES

#### DIA 20 DE OUTUBRO (SÁBADO)

Saída APVE: 6h30

#### Valores:

- Associado: R\$100,00
- Não associado: R\$120,00
- Crianças até 3 anos não pagam
- Valores especial para maiores de 60 anos

PAGAMENTO EM ATÉ 3 VEZES NO CARTÃO DE CRÉDITO.

Para mais informações ligue:  
(12) 3925-5215.

# Arraial Solidário reúne mais de 1.400 pessoas em dois dias de festa

Os dois dias de festança do Arraial Solidário da APVE foram um sucesso de público. Mais de 1.400 pessoas prestigiaram o evento que contou com a animação das bandas Oppus e Clave de Sol.

Além da confraternização entre os associados e convidados, o evento teve como um dos objetivos reforçar o papel social da APVE que selecionou e convidou algumas das principais entidades beneficentes da cidade para coordenar as barracas de co-

midas típicas e de brincadeiras, como as rodadas de bingo.

Este ano, o Arraial Solidário contou com nove entidades filantrópicas participantes. Os voluntários destas instituições administraram as barracas e gerenciaram as vendas de salgados, doces, bebidas e de fichas de brincadeiras. Ao final dos dois dias de festa, o valor arrecadado por cada barraca colaborou para incrementar o orçamento das entidades participantes.

**Confira as entidades participantes do Arraial Solidário:**

- Casa de Repouso e Apoio Vó Laura
- Casa do Curativo
- Comunidade Nova Jerusalém
- Coração de Maria
- CV
- GAPC
- Missionários da Luz
- Páscoa Solidária de Jacareí
- Renopas



## IST



Ação promovida pela Diretoria de Assistência Social e Farmácia conscientizou o público da APVE sobre as Infecções Sexualmente Transmissíveis

## Quick Massage



Diretoria de Bem-Estar promoveu gratuitamente sessões de Quick Massage para os pais associados

## Amantes do Vinho



2ª edição do encontro reafirmou o sucesso do evento na APVE

## Contação de Hitórias



APVE junto ao Grupo Passarinheiros promovem o evento "Causos na Roça"

## Exames de Bioimpedância - NAIS



NAIS e DASF promoveram exames de Bioimpedância para os conveniados da Unimed

## Formatura Yoga



Professor Emanuel santos formou novos alunos para Instrutores de Yoga

## Nova loja APVE - EBR Store



APVE inaugura novo escritório junto com a EBR Store, na EDE Embraer

## Passeio Loucos por Futebol



Apasionados por futebol visitaram o estádio do Morumbi e o Museu do futebol, no Pacaembu

# Atividades para todas as idades

A APVE conta com uma extensa programação para você e toda sua família. Confira as novidades abaixo e veja qual atividade tem o seu perfil. Entre em contato conosco e participe!

## SOCIAL

**INFORMAÇÕES:** 12 3925.5215 | [flavia.costa@apve.com.br](mailto:flavia.costa@apve.com.br)

### SEXTA-DANÇANTE APVE

DAS 21H ÀS 2H

**VALORES:** Assoc.: R\$ 10,00 - Não assoc.: R\$ 30,00.

(Meia entrada ou sócios, mediante documentos).

**MESAS:** R\$20,00.

**VENDA ANTECIPADA:** Das 9h às 17h30, assoc. a partir de quarta-feira, não assoc. apenas na bilheteria, a partir das 20h30

#### PROGRAMAÇÃO:

09/set - Clave de Sol	05/out - Ópera Show
14/set - Kubanacan	12/out - Gil Brasil
21/set - Tranzamusical	19/out - a definir
22/set - Não haverá (Devido ao Baile)	26/out - Especial Halloween Banda Oppus

20/10

**PASSEIO - EMBU DAS ARTES**

## CULTURAL

**INFORMAÇÕES:** 12 3925.5209 | [apve@apve.com.br](mailto:apve@apve.com.br)

**CURSO DE VINHOS • 11, 13, 18, 20 e 21/09**

**CINE CLUBINHO • 13/09 • 10h**

**QUINTAS & TONS • 13/09 • 19h**

Com Oliveira Neto e Grupo Esperança Caipira

**27/09 • 19h**

Com Jonata Rodrigues - Violino

**Cine Clube • 05/10 • 19h**

Blade Runner - filme original

Tema: Ficção Científica e Suspense

Discussão: filosofia, sentido da vida e meio ambiente

Mediação: Sérgio Alencar

**Curso de Teatro Infantil (6 a 10 anos)**

**Quarta-feira • 18h30 às 20h30**

Inscrições e informações na biblioteca da APVE

#### EXPOSIÇÕES

**De 22/08 a 13/09 • Flores e Pássaros**

Durval de Oliveira • Aquarela, giz pastel e guache

**De 03 a 22/10 • Patrimônios Históricos, Culturais e Ambientais de São José dos Campos**

Sonya Mello - Pintura Naïf

## RENOPAS

**Informações:** 12 3925-5204 | [renopas@apve.com.br](mailto:renopas@apve.com.br)

**18/09 • 19h • PALESTRA: “RESILIÊNCIA”**

Dr<sup>a</sup> Érica Stankolovich

**20/09 • 19h30 • WORKSHOP SUPERA: “APRENDENDO TÉCNICAS PARA MEMORIZAR MAIS”**

Carolina Bauléo

**27/09 • 19h • PSICANÁLISE & CINEMA: “O AVIADOR”**

Psicóloga Edna Maria Motta

## BEM-ESTAR

**INFORMAÇÕES:** 12 3925.5227 | [dan.lopes@apve.com.br](mailto:dan.lopes@apve.com.br)

### ZUMBA

Segunda e Quarta-feira • 8h e 19h30

Valores: Assoc.: R\$ 60,00 | Não assoc.: R\$ 80,00

A partir da segunda mensalidade desconto de R\$ 10,00 para pagamentos até o dia 10 de cada mês.

### YOGA

Terça e Quinta-feira • 18h às 18h50 e 19h às 19h50.

Segunda e Quarta-feira • 7h às 8h

Inscrição com prof. Emanuel

### MASSAGEM

Conheça as técnicas.

A partir de R\$45,00 a sessão.

Segunda a Sexta-feira: Agendar horário

### PILATES STUDIO (SEXTAS E SÁBADOS)

Exclusivo para associados

Sexta-feira • 7h às 18h

Sábado • 7h às 12h

R\$ 80,00 | 1x por semana

### TESTE ERGOMÉTRICO NA APVE

Agendamento pelo telefone (12) 3912-1112

Médico responsável Dr. Fábio Batista

## DASF

**INFORMAÇÕES:** 12 3925-5202 | [apve@apve.com.br](mailto:apve@apve.com.br)

**DIA DO CONVENIADO • 02 e 03/10 • 9h**

**CAMPANHA OUTUBRO ROSA • 04/10 • 9h**

Mais informações 12 3925.5200 ou [www.apve.com.br](http://www.apve.com.br)



# Semana da Senhoridade

1 a 6 de outubro

Uma semana de atividades relacionadas à Saúde, Lazer e Bem-Estar!

Entrada franca para todo público.

Confira a programação e participe!

**Dia do  
conveniado**  
2 e 3 de outubro

Tire suas dúvidas  
e conheça todos os  
convênios existentes  
na APVE!



Informações (12) 3925-5227

Alameda Cândido Marciano Leite, 88 - São José dos Campos - SP

