



conape

notícias



Ano 4 | Nº 16
Janeiro e Fevereiro | 2014

"Fica decretado que, a partir deste instante, haverá girassóis em todas as janelas, que os girassóis terão direito a abrir-se dentro da sombra; e que as janelas devem permanecer, o dia inteiro, abertas para o verde onde cresce a esperança". (Thiago de Mello)

Informativo da Associação Nacional dos Anistiados da Petrobrás | conape.org.br | 21 2262-2945 | 0800 095 9249

Dia 12/3: Eleições Conape 2014 para renovação dos Conselhos Diretor e Fiscal - biênio 2014/2015

Estão marcadas para o dia 12 de março de 2014, das 9h às 17h, as Eleições Conape 2014 para a renovação dos Conselhos Diretor e Fiscal

A Conape comunica aos seus associados que no dia 12/3/2014, das 9h às 17h, realizará suas eleições para renovação dos Conselhos Diretor e Fiscal, para o biênio 2014/2015, conforme determinação estatutária (artigo 48): "As eleições para a renovação do Conselho Diretor e do Conselho Fiscal serão realizadas na 1ª (primeira) quinzena do

mês de março do ano do término dos mandatos dos integrantes dos respectivos Conselhos".

Os diretores e conselheiros conclamam a participação do máximo possível de associados(as), pois é muitíssimo importante para o fortalecimento e para a representatividade da Conape nos embates futuros pelo reconhecimento de direitos.



» p. 3

Banco de imagens

Saúde

Dicas de como evitar acidentes domésticos com idosos. >> p.10



Petrobrás

Petroleiros protestam em defesa dos aposentados. >> p.2

Programa de Incentivo ao Desligamento Voluntário preocupa. >> p.2

Impostos

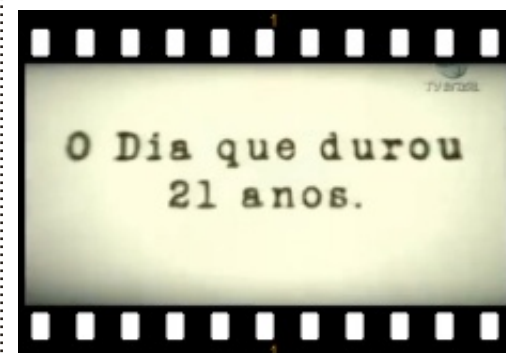
A partir de 1/3, na Conape, plantão de Imposto de Renda. >> p.3



FSM-2014

Fórum Social Mundial debateu diversos temas sobre petróleo. >> p.7

Foi lançado o filme "Pré-sal: Caminho Soberano". >> p.7



A TV Brasil transmitiu o documentário: "O Dia que durou 21 anos", de Camilo Tavares. Dividido em três episódios, o filme detalha como os EUA articularam o golpe de 1964 >> p.6

Opinião

"Afim, o habeas data", artigo de Newton Menezes. >> p.2

"Não esquecer", Artigo de Luiz Garcia. >> p.2

Direitos

Idosos têm direito à meia entrada em eventos. >> p.8

"Bônus de Aniversário" é criado pela Conape. O associado deverá preencher ficha. >> p.11



Dirigentes da Conape são ouvidos pela revista Veja. >> p.7



Charge: Alpino
www.yahoo.com.br

Importante saber

Uma nova fase se inicia

No decorrer de nossos mandatos, temos observado uma diretriz como ação estratégica básica, que é a ampliação dos meios de comunicação.

Com tal objetivo procuramos facilitar a comunicação dos associados com a própria Conape e, de alguma maneira, estarmos presentes no dia a dia dos companheiros e companheiras.

Dentro dessa diretriz criamos a li-

nhá telefônica 0800, que facilitou principalmente os associados de outros estados a se comunicarem conosco, sem custos pessoais. Reformulados o portal Conape, em dois momentos sucessivos, tornando-o mais agradável visualmente e, principalmente, ampliando o seu conteúdo.

Restabelecemos o nosso jornal, inicialmente com poucas páginas e em caráter trimestral. Aos poucos fomos

ampliando o seu conteúdo e passamos a emití-lo a cada dois meses.

Agora estamos iniciando uma nova fase dando-lhe um formato moderno de tabloide, tornando-o mais vibrante e agradável de ser lido. É esse novo jornal que entregamos aos nossos amigos e companheiros.

O próximo passo cabe a vocês, que são os destinatários do jornal. Façam dele "um ponto de encontro" com os velhos companheiros. Escre-

vam. Mandem suas poesias ou contem seus "causos" na roda de amigos. Quem sabe a lembrança dos tempos da ativa. Como estão vendo o nosso país. Mas sempre, democraticamente, com a mente aberta para aceitar o contraditório, uma opinião diferente.

Que o nosso jornal seja essa mesa do "bate papo" agradável. •



Abelardo Santos



Newton Menezes *

Não esquecer

Luiz Garcia *

O jornal de domingo conta a história de um capitão do Exército, Benoni Albernaz, que espancava com extrema violência uma jovem prisioneira, há mais de 40 anos. Não parece ser episódio que justifique muita atenção, principalmente levando-se em conta que o oficial morreu há 20 anos. E a tortura de presos políticos não era coisa rara naqueles tempos. Sem exagero, rotina no tratamento de presos políticos.

É coisa de um passado do qual ninguém diz ter saudades — na maioria dos casos, espera-se, com absoluta sinceridade. Mas o episódio merece lembrança, quanto mais não seja porque a prisioneira, espancada diversas vezes pelo capitão, hoje dá expediente no Palácio do Planalto.

Ainda é cedo para a história política do Brasil avaliar a qualidade política e administrativa da temporada de Dilma Rousseff na presidência do país. Mas com certeza o fato de que a guerrilheira dos anos 70 preside hoje o país é prova, espera-se que incontestável, de que o fim do regime totalitário foi algo definitivo, sem retorno.

Pode-se dizer que há muito tempo já não se precisava dessa prova. Talvez — mas não custa reafirmá-la. Um mote político da falecida UDN afirmava que o preço da liberdade é a eterna vigilância. Ninguém, hoje em dia, sente necessidade de repetir essa advertência. Mas, cá entre nós, ela continua sendo absolutamente verdadeira.

O capitão que quebrava os dentes da jovem guerrilheira ou terrorista — até hoje as duas definições têm seus defensores — foi por muito tempo prestigiado por seus chefes. Mas isso não impediu que terminasse sua carreira vergonhosamente, condenado a um ano e seis meses de prisão por falsidade ideológica — devido a delitos que nada tinham a ver com a tortura de presos políticos. O Exército se livrou dele, da mesma forma que abandonou os métodos violentos da repressão aos adversários do regime.

Ou seja, tanto os militares como a atual presidente da República mudaram para melhor. O que, claro, não justifica que se condene ao esquecimento atos cometidos tanto pelo regime de força como por muitos daqueles que o combatiam.

Como todo mundo sabe, esquecer erros aumenta consideravelmente a possibilidade de repeti-los. •

* jornalista de O Globo.

Afinal, o habeas data



Em cumprimento ao direito que assegura a qualquer cidadão conhecer o registro de dados sobre sua pessoa — juridicamente nominado de habeas data, também colocado à disposição da Comissão da Verdade — a Divisão de Informação da Petrobrás encaminhou ao Arquivo Nacional a relação de seus empregados (a maioria sindicalistas dispostos a incendiar o país) demitidos pelo arbítrio do militarismo.

Quem desejar, deve se dirigir ao Arquivo Nacional, praça da Repú-

blica, 173, Rio, tel. 21 2179-1228. Para os moradores fora do Rio e Grande Rio, existe o atendimento à distância, tel. (21) 2179-1287, consulta@arquivonacional.gov.br

Algumas verdades de propósito foram exageradas, com os chavões da subserviência à Moscou. Tudo pra justificar a intervenção diante, blasfemavam, do caos no qual a nação se encontrava. Eu já havia concluído o colegial (2º grau) e ingressado no curso superior (3º grau). Na ficha a anotação: ginasial completo (sic) •

* Conselheiro da Conape.

Petroleiros promovem atos em defesas dos aposentados e pensionistas

Em fevereiro, as lideranças de petroleiros promoveram diversos atos em defesa dos aposentados e pensionistas. No dia 28/2, eles ocuparam o Edifício-Sede da Petrobrás, até que a presidente da empresa, Maria das Graças Foster, os recebessem, o que não ocorreu ainda, até o fechamento desta edição

Os protestos têm sido em função do não avanço das negociações de um Grupo de Trabalho (GT) formado para implementar políticas de reconhecimento e melhorias aos aposentados e pensionistas. Nos atos, os petroleiros têm manifestado preocupação com o PIDV (Programa de Incentivo ao Desligamento Voluntário). A Federação Nacional dos Petroleiros (FNP) enviou, em 29/11, um ofício à Petrobrás solicitando uma reunião para discutir detalhadamente o tema.

Os sindicalistas estão manifestando indignação, pois no dia 28 ocorreu um impasse no encontro do Grupo de Trabalho (GT), reunido, no Edifício-Sede da Petrobrás (Edise), Centro do Rio.

Assim, lideranças do Sindipetro-RJ e de sindicatos filiados à FNP, ocuparam o Edise, e reivindicaram uma reunião com a presidente da estatal, Maria das Graças Foster. A reunião ainda não ocorreu, até o fechamento

desta edição.

Os sindicalistas, apoiados por diversos aposentados e pensionistas, fizeram uma assembleia na entrada principal do Edise, para denunciar a política discriminatória contra os aposentados, nos sucessivos Acordos Coletivos de Trabalho (ACT).

Foi a terceira reunião sem avanço. Até agora foram realizadas reuniões nos dias 12, 21 e 28 de janeiro. O Grupo de Trabalho (GT) foi encarregado de estudar uma política de valorização e reconhecimento dos empregados aposentados da Petrobrás, formalizado no ofício PRES-85/2013 (10/10/13), emitido pela própria presidente da empresa. No entanto, a Gerência de Recursos Humanos da Petrobrás se recusa em discutir todos os itens constantes do ofício, quer discutir apenas a questão dos níveis salariais.

PIDV

O Sindipetro-RJ está estudando detalhadamente o PIDV (Programa de Incentivo ao Desligamento Voluntário) e se pronunciará em breve sobre este tema que tem preocupado a categoria. As lideranças, entre outras preocupações, avaliam que a pessoa que aderir ao PIDV poderá ter uma perda salarial de 40%.

A FNP enviou, em 29/1, um ofício à presidente da Petrobrás e ao diretor José Eduardo Dutra solicitando para o mais breve possível uma reunião para discutir o PIDV. •

(José Moutinho/Agência Petroleira de Notícias)

Wikileaks diz que Roseana Sarney tem 150 milhões de dólares em Caimãs

Segundo informou o jornalista Paulo Nogueira, em artigo publicado no Diário do Centro do Mundo, 9/1, um documento vazado pelo Wi-

kileaks em 2009, que "não mereceu nenhuma atenção da mídia e nem do governo". Nogueira acredita que o documento tem um imenso interesse público, pois o Wikileaks fala de um dinheiro que Roseana Sarney, governadora do Maranhão, te-

ria nas Ilhas Caimãs, um dos mais notórios paraísos fiscais do mundo. Roseana, segundo o Wikileaks, tinha em 1999 cerca de 150 milhões de dólares em Caimãs. Em reais, seriam cerca de 350 milhões em valores de hoje. •



Foto: Samuel Tosta.

Eleições Conape 2014

As eleições de 12 de março são para a renovação dos Conselhos Diretor e Fiscal, para o biênio 2014/2015

Conforme Edital de Convocação, assinado pelo presidente da Conape, Abelardo Rosa Santos, o mandato da atual diretoria termina em 26/4/2014 e a posse da nova diretoria se dará até o último dia útil de abril, conforme prevê o artigo 78 do Estatuto da entidade.

As chapas concorrentes têm até o dia 12 de fevereiro de 2014, às 17h (horário final), para se inscreverem nas eleições, conforme prevê o artigo 50. O parágrafo único (artigo 50) prevê,

ainda, que “só poderão ser inscritas chapas que abranjam a totalidade dos integrantes dos membros do Conselho

As eleições são dia 12 de março/2014, das 9h às 17h, na Sede da Conape ou por correspondência.

Diretor e Fiscal da Conape, não sendo admitida a inscrição de candidatos avulsos”.

A chapa a ser registrada na Secretaria

da Conape, deverá apresentar os nomes por extenso de todos os candidatos, acompanhadas de declaração dos mesmo concordando com sua inclusão na chapa através de simples requerimento à Presidência da entidade, assinada pelo presidente da chapa.

Para saber mais sobre o processo eleitoral, o associado poderá consultar

o Título XII: Das Eleições, do Estatuto da Conape. (inserir link) No entanto, os dirigentes da Conape estão disponíveis para tirar qualquer dúvida sobre as eleições.

Os diretores e conselheiros conclamam a participação do máximo possível de conapeanos, pois é muitíssimo importante no fortalecimento e na representatividade da Conape nos embates futuros pela “realização de nossos objetivos, que é o reconhecimento cabal de nossos direitos”.

Assembleia Geral Ordinária Edital de Convocação

O Presidente da Associação Nacional dos Anistiados da Petrobrás – CONAPE -, em consonância com o artigo 25 do Estatuto em vigor, convoca seus associados, quites com suas obrigações estatutárias, para participarem da Assembleia Geral Ordinária a realizar-se no dia 09 de abril de 2014, à Av. Treze de Maio, 13, 8º (oitavo) andar sala 802.

A primeira convocação será às 11h (onze horas) e a segunda convocação será às 11h30 (onze horas e trinta minutos), com qualquer

número de sócios presentes, para deliberarem sobre a seguinte pauta:

a) Apreciar e decidir sobre o Balanço Anual, com o Parecer do Conselho Fiscal.

b) Apreciar e decidir sobre a Proposta Orçamentária para 2014.

c) Dar posse aos Diretores eleitos em 12/03/2014.

Rio de Janeiro, 03 de março de 2014.

Abelardo Rosa Santos
Presidente

Como votar

Os conapeanos quites com suas obrigações estatutárias (art.53) poderão optar pelo voto por correspondência especial (a ser encaminhada à Conape) ou pessoalmente, na sede da entidade, que instalará mesa eleitoral com urna, onde o associado poderá exercer seu direito de voto através de cédula de votação.

Para o voto por correspondência, os associados receberão com antecedência mínima de 20 (vinte) dias da data das eleições (art.54), cédula de votação (com as chapas inscritas na secretaria da Conape), votar e encaminhar por Correios, em envelope selado, à Conape, em prazo hábil face à data das eleições. Não serão considerados os



votos que chegarem após o encerramento do pleito (art.55). Serão permitidos votos por procuração (art.56).

Todo o processo será coordenado por uma Comissão Eleitoral a ser formada por 1 (um) coordenador e 2 (dois) representantes de cada chapa inscrita. (art.57) •

Imposto de Renda 2014: a Conape pede aos interessados que antecipem suas declarações

Procurem a Conape o mais breve possível. Em função dos feriados, notadamente em abril, mês em que se encerra o prazo para Declaração do Imposto de Renda 2014 (ano-base 2013), a Conape pede gentilmente aos interessados que procurem no tempo mais breve possível nosso consultor,

que estará de plantão na entidade a partir do dia 1º de março/2014, de segunda-feira a quinta-feira, das 9h às 15h, para preparar as declarações a serem enviadas ao Ministério da Fazenda.

Período de Declaração do Imposto de Renda: 6 de março/2014 a 30 de

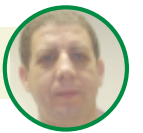
abril/2014. No entanto, os interessados podem começar a se preparar desde já. Reúna a documentação (confira a lista abaixo) e procure a Conape o mais breve possível. Antecipe-se, pois assim teremos mais tempo (e calma) em prepará-las, corrija-las e enviá-las no prazo determinado. •



Não deixe o leão ficar nervoso. Antecipe-se e procure a Conape para fazer sua Declaração de Imposto de Renda 2014 (ano-base 2013). Não deixe para última hora. Nosso consultor inicia plantão em 1º de março/2014

Documentação necessária para o Imposto de Renda 2014 (ano-base 2013)

- * Declaração efetuada em 2013, ano-base 2012 (impressa ou gravada em CD/DVD, entre outras mídias);
- * Comprovantes de todos os rendimentos recebidos em 2013 (INSS, Planejamento, Aluguéis, extratos bancários, posição 31/12/2013, entre outros). Rendimentos referente a processos judiciais também devem ser apresentados;
- * Comprovantes de operações bancárias, com saldos de 31/12/13 (caderneta de poupança, conta-corrente, aplicações, entre outros);
- * Resumo anual da AMS e de outros planos de saúde, recibo de tratamento de saúde e instrução, (dentista, anestesista, médico, exames, colégios e faculdade, entre outros);
- * Transações envolvendo compra e/ou venda de (imóveis, veículos, doações, entre outros);
- * Rendimentos de aluguéis e de quem recebeu;
- * Venda e/ou aquisição de imóveis e automóveis – informar detalhes;
- * Pagamentos de colégio(s) e faculdade(s) – resumo anual pago.



Segurança cibernética

O ministro Marco Antonio Raupp (Ciência, Tecnologia e Inovação), em entrevista ao programa A Voz do Brasil, ressaltou a necessidade de governo e empresas se prepararem diante do cenário de espionagem internacional. "Colocamos como meta para o ministério desenvolver tecnologia, conhecimen-

to e novos sistemas que deem mais segurança à operação dessas redes no Brasil", disse o ministro.



Um rojão que segue aceso (I)

- A formação e a prática cotidiana da política, em detrimento e contraposição à violência que nos é cotidianamente imposta, deve ser o único modo de apagar as faíscas que restaram deste rojão - avaliou a diretoria da FASE, Editorial

publicado em 12/2. A instituição acrescentou, ainda, que irresponsabilidades e inconseqüências podem causar acidentes. Alguns graves ou até fatais, tanto que viram crime. Foi o caso do rojão que matou o repórter Santiago Andrade, da BAND.

Um rojão que segue aceso (III)

A Comissão de Defesa da Liberdade de Imprensa da ABI repudiou a violência que tirou a vida do cinegrafista da BAND, Santiago Ilídio Andrade, durante manifestação na área da Estação Ferroviária Central do Brasil, no dia 6/2, contra o aumento de passagens dos ônibus do Rio de Janeiro. A Comissão se solidarizou com os familiares de Santia-

go e apelou às autoridades e manifestantes a evitar a eclosão de violência como a ocorrida no dia 6/2. A ABI sublinhou que outras milhares de vidas foram postas em risco naqueles confrontos. "A Comissão faz ainda outro apelo às autoridades para que os contingentes policiais evitem o uso de violência generalizada durante as manifestações".

Direitos humanos

Copa

O representante da Frente Internacionalista dos Sem-Tetos, André de Paula, denunciou a violação aos direitos humanos na remoção de famílias para as obras preparatórias dos megaeventos. "No Rio, cerca de 30 mil famílias foram despejadas direta ou indiretamente por

conta da Copa, com baixas indenizações, ausência de diálogo, fazendo com que os trabalhadores sejam jogados ainda para mais longe. O legado que a Copa vai deixar será parecido com o da África, onde pessoas continuam sem moradia, e os estádios, vazios", afirmou André.

"O Brasil não precisa de outro AI-5"

O projeto de lei que tipifica agressões em protestos em uma lei antiterrorismo no país provoca divisão do PT no Senado. Apoiada por nomes como Jorge Viana e Paulo Paim, a proposta foi duramente criticada pelo líder do partido na Casa, o senador Humberto Costa (PE). Ele criticou a "generaliza-

ção" do projeto e disse que o Brasil "não precisa de outro AI-5". Segundo o senador, a lei pode "levar a excessos do Estado contra o cidadão". O projeto também não tem unanimidade entre os aliados do governo. O presidente do Senado, Renan Calheiros, afirmou que terrorismo não tem absolutamente nada a ver com isso.

Festa dos aposentados

O conapeano Francisco Soriano participou da Festa dos Aposentados, sob o tema "Enverga, mas não quebra", realizada no dia 24/1, no salão de eventos da Associação dos Empregados do Comércio, Centro do Rio de Janeiro. Além da animação, a festa foi incisiva na crítica à situação preocupante em

que se encontram os aposentados, no contexto do Sistema Petrobrás. Organização: Secretaria de Aposentados do Sindipetro-RJ. A festa é comemorada no Dia Nacional dos Aposentados [24/1]. Esta data nacional foi instituída pela Lei 6.926/81, por iniciativa da Confederação Brasileira dos Aposentados e Pensinistas (Cobap).

Um rojão que segue aceso (II)

Não é possível sugerir que aqueles que convocam uma manifestação na rua serão capazes de controlar os ânimos e intenções de todos os presentes. Mas é fundamental que os grupos mais organizados que convocam e participam das manifestações deixem

muito claros quais são seus objetivos e, na medida do possível, até suas estratégias. Não deixa de ser um modo de politizar a ação de rua mostrar que ela é parte de algo maior. A FASE propõe às organizações fazer uma análise crítica, um repensar do modo de realizar as manifestações.

Violência contra jornalistas

O Sindicato dos Jornalistas Profissionais do Município do Rio de Janeiro entregou, em 11/2, relatório com casos de violência a jornalistas para a Ministra da Secretaria de Direitos Humanos, Maria do Rosário. A entrega foi realizada ao fim do ato em solidariedade e em defesa dos jornalistas, na Associação Brasileira de Imprensa. A Mi-

nistra afirmou que em um grupo de trabalho, em Brasília, há a discussão dos direitos humanos dos jornalistas. No dia 10/2, o sindicato realizou uma plenária que reuniu cerca de 60 jornalistas. Entre às denúncias apresentadas ao Ministério Público do Trabalho (MPT) há uma contra o Grupo Bandeirantes em função das precárias condições de trabalho.

CNV apura apoio de empresas ao golpe

A Comissão Nacional da Verdade (CNV), noticiou em 4/2, que está investigando a participação civil no golpe militar de 1964 e na ditadura que se impôs após a quebra da ordem constitucional. Uma das formas de investigar, diz a CNV, é saber quais em-

presas apoiaram financeiramente o golpe e, posteriormente, apoiaram a repressão, divulgando informações sobre seus funcionários para os agentes da ditadura". A advogada Rosa Cardoso, disse que a CNV "precisa construir a questão de como deve ser cobrada a reparação das empresas aos trabalhadores".

CNV requer às FFAA que apurem o uso das instalações militares nas torturas

Em 18/2, um relatório preliminar de pesquisa da Comissão Nacional da Verdade (CNV), de mais de 50 páginas, foi entregue ao ministro Celso Amorim (Defesa). O documento aponta o uso sistemático de sete instalações

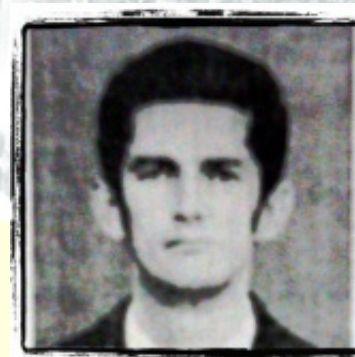
das Forças Armadas (FFAA) para a tortura e morte de opositores durante a ditadura. A CNV requereu que as FFAA abram sindicâncias administrativas para apurar, especialmente, sete instalações militares localizadas no RJ, SP, MG e PE. Tais instalações foram utilizadas para as práticas de tortura e morte, na ditadura.

✓ 24/2 - Dia da Conquista do Voto Feminino no Brasil

Com informações: Agência Brasil, Democracy Now!, Carta Maior, Sindicato dos Jornalistas RJ, FASE, ABI, Correio do Brasil, Paraná On-line, Agência Petroleira de Notícias.

Jorge Leal: um ativista resgatado (post mortem) pela família

Nessa página você conhecerá um pouco mais sobre quem foi o petroleiro anistiados (post mortem) e ativista Jorge Leal, da Ação Popular (AP), referência da entrevista com a viúva, Ana Neri, em conape notícia nº 15 (nov-dez/2013)



Na entrevista ao **conape notícias**, edição 15 (nov-dez/2013, a anistiada Ana Neri sintetizava com emoção o significado do reconhecimento do Estado pelo desaparecimento do petroleiro e ativista político baiano Jorge Leal Gonçalves Pereira, na década de 1970, durante a ditadura militar: “A anistia política chegou como uma homenagem a Jorge. É o reconhecimento de que ele teve um papel importante, inclusive na Petrobrás”.

Nesta edição de **conape notícias** falaremos mais sobre quem foi Jorge Leal, pois na edição 15 centramos na anistiada (post mortem) Ana Neri, que não só conseguiu o reconhecimento do Estado pela morte de seu esposo como anistiou Jorge e ela própria, em 2008. Isso foi possível com a contribuição da Conape e seus advogados Cláudia Dalla Costa e Wilson Souza de Carvalho – também anistiado político.

A maioria dos dados aqui coletivizados constam da Ação Jurídica de Anistia Política elaborada pelos citados advogados, bem como pelas palavras de Ana Neri e da obra de Dom Paulo Evaristo Arns, “Tortura Nunca Mais” (9ª edição, Editora Vozes). Para saber outros dados sobre Jorge Leal consulte o **conape notícias 15**.

Jorge Leal, embora jovem (décadas 1960/70), foi um militante político muito experiente e destacado, na Bahia e posteriormente no Rio de Janeiro, onde desapareceu nos porões da ditadura – foi visto pela última vez no temido Batalhão da Polícia do Exército, na Barão de Mesquita, no Rio. Estudou na Escola Politécnica da Universidade da Bahia, onde passou a atuar no movimento estudantil como membro da Juventude Universitária Católica (JUC), de Salvador (BA).

Jorge Leal foi um ativista dedicado, fiel e disciplinado que, em 1968, foi atuar no interior da Bahia como forma de ampliar a presença de sua organização junto aos camponeses

– era uma tática maoista de revolução do campo para a cidade.

Em 1979, em plena vigência do AI-5 e da repressão, no Governo Emílio Garrastazu Médici, passou a atuar clandestinamente no Rio de Janeiro [então Estado da Guanabara], como forma de sua organização atuar num importante centro do país, sobretudo naquela época.

Ele passou muitas dificuldades de obter recursos, em função da radicalização naquele período que o demitiu da Petrobrás, onde trabalhava como engenheiro pleno – de 6/1/1963 a 1/10/1964. Seus modestos recursos vinham do trabalho

“A presença do anistiando nesta lista macabra por si só seria suficiente para o reconhecimento oficial do Estado Brasileiro da sua condição de anistiado político dada a sua destacada atuação político-ideológica”.
(Comissão de Anistia)

profissional na Ação Popular (AP), que ajudou a fundar, em 1962, e na qual atuou até ser preso pela ditadura.

O desaparecimento e a anistia

Em 21/10/1970, Jorge Leal saiu de seu lar para mais um dia de militância política para nunca mais voltar. A Ação Judicial da Conape destacava: “É evidente que o seu não retorno, não foi ato voluntário, pai amoroso e idealista, não deixaria jamais, como até então nunca tinha deixado, sua família ao léu. Ele, como tantos outros militantes, foi vítima do arbítrio, da violência do Regime de Exceção reinante à época, que se outorgava o direito de sequestrar, torturar, prender e matar ao arrepio de qualquer processo legal”.

O nome e alguns dados sobre Jorge Leal figuram da lista “Nomes de Pessoas Desaparecidas (com a época do desaparecimento)”, Anexo I, da obra “Tortura Nunca Mais”. Constam a data e local de nascimento [25 de dezembro de 1938, Salvador, Bahia]; seus pais [Enéas Gonçalves Pereira e Rosa Leal

Gonçalves Pereira]; e o ano do desaparecimento, 1970.

Na entrevista ao **conape notícias** nº 15, Ana Neri ressaltou que este registro no “Tortura Nunca Mais” é, em si, um atestado de óbito. Tal dado confortou a família por algum tempo, mas as conquistas principais vieram com muita luta – reconhecimento do Estado pela morte, bem como a anistia política. Quando do Requerimento de Anistia Política (post mortem), a Comissão de Anistia (do Ministério da Justiça) ressaltou que o Estado assumiu sua responsabilidade pelos mortos relacionados na Lei Federal 9.140/95, na qual se encontrava Jorge Leal. Registraram também no Requerimento de Anistia, uma longa lista de eventos e diversos dossiês produzidos pela ditadura nos quais

se encontrava o nome de Jorge Leal Gonçalves Pereira.

E sublinhou a Comissão de Anistia (Ministério da Justiça), entre tantas outras referências comprobatórias da atuação política de Jorge Leal: “A presença do anistiando nesta lista macabra por si só seria suficiente para o reconhecimento oficial do Estado Brasileiro da sua condição de anistiado político dada a sua destacada atuação político-ideológica”.

Em suma, nos diversos termos do seu Requerimento da Comissão de Anistia, favorável ao casal Jorge Leal e Ana Neri, bem como os seus quatro filhos que juntos com a mãe, cumpriram uma dura e honrosa jornada pela anistia política e pela responsabilização do Estado de Exceção por ter tirado um jovem engenheiro da Petrobrás e um bravo ativista da vida política nacional, simplesmente por pensar diferente, por não concordar com o arbítrio e por querer um país democrático e mais justo. Fica mais uma breve e importante história sobre um Brasil que não queremos mais. Assim, é importantíssimo resgatar tais memórias. •



Jorge Leal consta (com foto) do destaque de página do jornal “Em Tempo”, década de 1960.

A Ação Popular (AP) surgiu em 1962, após um congresso da esquerda católica. Lutava pelo socialismo humanista... (Fábio Pires Gavião, autor da dissertação “A esquerda católica e a Ação Popular (AP) na luta pelas reformas sociais - 1960-1965”)

Porque é importante resgatar a memória?

Para não alongar, basta citar uma frase do Frei Betto (ou Carlos Alberto Libânio de Christo), uma das principais lideranças da Igreja Católica no Brasil que atuou bravamente contra a ditadura (1964-1985): “É muita ingenuidade nossa pensar que tudo acabou”. Betto ficou preso no período 1969 e 1974, acusado de integrar a Ação Popular (AP) ao lado do guerrilheiro Carlos Maringuella. Betto disse (texto amplamente divulgado na internet) estar convencido de que os militares ainda agem nos bastidores do Planalto espionando as mais altas autoridades do país, inclusive a Presidência da República.



Corte de Haia decide a favor do Peru

A Corte Internacional de Justiça (CIJ), sediada em Haia, na Holanda, concedeu ao Peru, em 27/1, a parte do Oceano Pacífico que o país reivindica e que era controlada pelo Chile. Os dois governos prometeram respeitar a decisão, que coloca um fim a seis anos de litígio. O Peru reivindicava 38,3 mil quilômetros quadrados do Oceano Pacífico desde 1879.

85 pessoas detêm 46% da riqueza mundial

Apenas 85 pessoas no mundo detêm 46% de toda a riqueza produzida no planeta, segundo um novo relatório divulgado, em janeiro, no Fórum Econômico de Davos, na Suíça. O documento realça a incapacidade de políticos e líderes empresariais em deter o crescimento da desigualdade econômica. "Os resultados apresentados no estudo minam a democracia e tornam mais difícil a luta contra a pobreza".

Irã vai lançar novos contratos de petróleo

De acordo com ministro, as sanções impostas ao Irã, em função de suas atividades nucleares, motivaram a revisão dos contratos. O ministro de petróleo do Irã, Mahdi Hosseini, anunciou em 9/2 que o país pretende lançar em junho um novo tipo de contrato de petróleo que será mais atrativo para os investidores.

Mexicanos protestam

Dezenas de milhares de pessoas marcharam na Cidade do México, em 31/1, para protestar contra a abertura do setor petróleo às empresas privadas, inclusive multinacionais. Estima-se que 65 mil pessoas participaram do protesto. Cerca de 2,5 mil policiais foram mobilizados, mas não houve registro de violência. Pela primeira vez em 75 anos, foi quebrado o monopólio estatal do petróleo no país.

Novo derramamento na Virgínia Ocidental

O estado da Virgínia Ocidental (EUA) enfrenta um novo derramamento tóxico, após a ruptura de uma acumulação de resíduos tóxicos de carbono. Uma quantidade ainda não revelada de resíduos escapou na parte oriental daquele estado estadunidense, após a abertura da linha de contenção. Outro derrame químico massivo cortou o fornecimento de água para mais de 300 mil pessoas no mês passado.

(Com agências de notícias)

O Dia que durou 21 anos

Documentário revela detalhes de como os EUA articularam o golpe militar no Brasil

A TV Brasil transmitiu o documentário "O Dia que durou 21 anos", de Camilo Tavares. Transmitido originalmente em 2011, teve reapresentações em 2012 e 2013, em três episódios. O filme é um material de alta qualidade e de riquíssimo valor histórico, para que as atuais e futuras gerações conheçam mais detalhes (reveladores) sobre como os Estados Unidos articularam a ditadura militar de 1964 no Brasil.

É muito importante que todo aquele que assistir este docu-

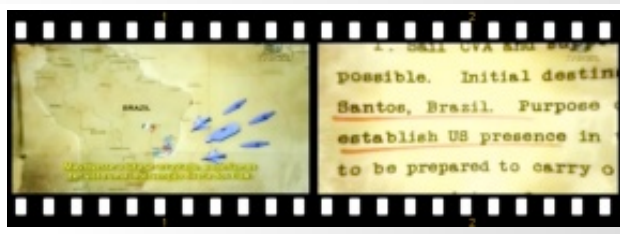
mentário (disponível no web site da Conape - conape.org.br) conheça outras pessoas a fazer o mesmo, como forma de disseminar este histórico conteúdo.

Se os golpistas não tivessem êxito, a força-tarefa naval norte-americana iria intervir

O documentário, em 1h13, faz uma trajetória dos momentos iniciais da ditadura, sua gestação (com ajuda do Governo dos EUA), passando pelos Atos Insti-

tucionais e os momentos mais negros das torturas. Há uma série de relatos surpreendentes, gravações e documentos originais da CIA, Departamento de Estado do EUA e da Casa Branca - governos John Kennedy e Lyndon Johnson.

O filme destaca como os embaixadores norte-americanos coordenaram as ações desestabilizadoras que resultaram na deposição do Governo João Goulart, inclusive com envio de força-tarefa naval para ajudar os golpistas no Brasil. •



O filme registra a participação dos petroleiros, com faixas escritas "Tudo de petróleo para a Petrobrás", no comício de João Goulart, na Central do Brasil



O Brasil segundo os economistas



O jornal Le Monde Diplomatique Brasil, fevereiro/2014, indicou o livro "Os estranhos caminhos do nosso dinheiro", de Ladislau Dowbor, editora Perseu Abramo. O autor analisa os complexos caminhos do dinheiro, que segundo Silvio Caccia Bava, diretor do referido jornal, não é fácil seguir os caminhos do dinheiro: "... os caminhos desse fluxo estão protegidos por linguagens ci-

fradas, sigilo, operações de ocultamento de sua origem, paraísos fiscais". Os dados de Dowbor dão conta de que um terço do PIB mundial foge do pagamento de impostos. No Brasil, estima-se que R\$ 1 trilhão (um quarto do PIB nacional) esteja em paraísos fiscais. "A evasão fiscal é, portanto, sistêmica, e quase todas as grandes empresas a praticam. Faz parte do mo-

delo", sublinha Bava. A obra enumera outras formas de evasão de dinheiro das maiorias para concentrá-lo numa minoria. Bava conclui que vale a pena estudar por onde passa o dinheiro e quem fica com ele, pois "o primeiro passo para enfrentar essa apropriação privada dos bens públicos, dessa espoliação dos cidadãos, e ficar sabendo como isso acontece". •

A guerra ideológica na Petrobras

A revista *Veja* (edição de 8/1/14) ouviu dirigentes da Conape em reportagem, intitulada "A guerra ideológica na Petrobras", que trata do acervo documental de monitoramento produzido pela Petrobrás, por ordem da ditadura militar. Dirigentes ouvidos pela revista: Abelardo Rosa Santos, Xerxes Campos e Francisco Soriano

A reportagem informou que a liberação dos documentos da Petrobrás foi em função da iniciativa de integrantes da Comissão da Verdade, que puseram em prática o que determina a Lei de Acesso à Informação. Assim, "a Petrobras abriu um acervo de documentos que mostram como a empresa sofreu com as tensões ideológicas da Guerra Fria. *VEJA* teve acesso a eles. Os papéis revelam que a Petrobras foi um microcosmo das profundamente antagonicas visões políticas que dividiam o Brasil em esquerda e direita, entre comunistas e capitalistas,

em aliados de Cuba ou dos Estados Unidos".

Sobre como os empregados da Petrobras foram perseguidos pela ditadura, a revista relatou: "Eles eram vistos como pessoas perigosas, que podiam prejudicar o funcionamento da empresa, desde aqueles tempos considerada estratégica para o Brasil. Alguns papéis revelam o atropelo da lei na erradicação dos esquerdistas da companhia. Uma comissão de inquérito, a CI-Petrobras, foi posta para funcionar de forma clandestina em um prédio vizinho à sede administrativa, no Rio de Janeiro". •

>> Leia a íntegra da reportagem em conape.org.br

Fonte: Cecília Ritto (jornalista)/Revista *Veja* (edição 2355, 8/1/2014)

Fotos: André Valentim



Para saber mais sobre o acesso aos documentos da Petrobrás que estão no Arquivo Nacional, leia o artigo de Newton Menezes na página 2 desta edição, bem como a matéria "Agora o petroleiro anistiado poderá saber como a ditadura o monitorava na Petrobrás", de José Carlos Moutinho, publicada no *conape notícias* nº 13 e também reproduzida no web site do Arquivo Nacional. Ambos estão também em conape.org.br



FSM-2014

Petróleo é debatido no Fórum Social Mundial Temático 2014

Das diversas atividades realizadas pelos especialistas do setor petróleo, entre eles lideranças do Sindicato dos Petroleiros do Rio de Janeiro, Aepet, Clube de Engenharia e Asibama, foi o lançamento no dia 24/1 do filme "Pré-sal: Caminho Soberano", Peter Cordenonsie. Na oportunidade, houve um debate sobre o 1º Leilão do Pré-sal, campo de Libra, e os novos movimentos sociais. O FSM-2014, realizado em Porto Ale-

gre, teve cerca de 300 atividades.

O filme expõe uma visão crítica sobre o leilão de Libra, que ocorreu em outubro de 2013, permitindo a entrega ao setor privado de um dos maiores campos de petróleo do mundo - 15 bilhões de barris, com valor estimado em mais de 1 trilhão de dólares.

O FSM-2014 contou com uma farta programação de temas do setor petróleo, bem como sobre novas fontes

de energia:

Geopolítica do petróleo e a necessidade

de mudança da matriz energética; Ditadura Ontem e Hoje - Ato Político contra a Criminalização dos Movimentos Sociais; Lançamento do filme "A partir de agora - As Jornadas de Junho de 2013 no Brasil", de Carlos Pronzato seguido pelo debate 'Copa pra quem? Mobilizações de Junho e

as perspectivas para 2014'; Debate 'Leilão de Xisto e o Movimento contra o Fracking'.

O Fórum Social Mundial, realizado a cada dois anos, é intercalado com Fóruns Sociais Temáticos. O tema deste ano foi "crise capitalista, democracia e justiça social e ambiental". •

(com informações da APN)





Passageiro é consumidor (I)

Saiba seus direitos: caso passe por transtornos, como falha no serviço, superlotação e atrasos, o usuário pode pedir o valor da passagem de volta. O transporte público é tratado pela Constituição Federal como um serviço público essencial, organizado e prestado pelo Governo de acordo com a necessidade e satisfação dos cidadãos.

Passageiro é consumidor (II)

Os passageiros, ao pagarem uma tarifa pelo serviço público prestado por uma empresa, firmam um contrato e, assim, estabelecem uma relação entre o passageiro e a empresa. Segundo o CDC (Código de Defesa do Consumidor), o serviço público utilizado mediante pagamento de tarifa é uma relação de consumo.

Chega de Aperto

Em dois meses de campanha, o sítio <http://chegadeaperto.org.br/> reuniu 604 denúncias sobre o transporte público de sete cidades do País. A campanha Chega de Aperto, criada pelo IDEC em dezembro de 2013, cresce mais a cada dia e conquista mais passageiros informados sobre seus direitos. Até aqui, foram identificadas 146 irregularidades no transporte público em SP e BH.

Rolezinhos, exclusão e discriminação

A cidade prefere ignorar a periferia, mas ela existe e cada vez mais cobra e ocupa o seu espaço. Os rolezinhos são uma forma de expressão encontrada por jovens que se sentem excluídos dentro do espaço urbano, avaliam especialistas ouvidos pela agência alemã de notícias DW. A realização desse tipo de evento é uma forma de chamar a atenção para as desigualdades existentes no país.



Fontes: IDEC e Correio do Brasil.

Idosos têm direito à meia-entrada em atividades culturais, esportivas ou de lazer

O Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor (IDEC) noticiou que a meia-entrada é um direito, assegurado por uma lei federal, que não contempla aposentados com menos de 60 anos. Contudo, redes de cinema e teatro podem oferecer o desconto como cortesia para estes clientes.

A Lei Federal nº 10741/2003, conhecida como Estatuto do Idoso, estabelece que os idosos têm pelo menos 50% de desconto no pagamento de atividades culturais, de lazer, artísticas e esportivas.

O IDEC ressaltou, ainda, que a Lei Federal nº 12933/2013, Lei da Meia Entrada, garante o benefício do pagamento de meia-entrada para estudantes, pessoas com deficiência e jovens entre 15 e 29 anos comprovadamente carentes em espetáculos artístico-culturais e esportivos. Idosos não são amparados por esta lei por já contarem com o Estatuto do Idoso.

Ou seja, para o benefício da meia-entrada o consumidor deve se enquadrar numa das seguintes situações:

- *ter mais de 60 anos
- *ser estudante
- *possuir entre 15 e 29 anos e ser comprovadamente carente
- *ser deficiente físico
- *ser acompanhante de deficiente físico durante o evento

Aposentado paga meia?

Não. A condição de aposentado por si só, atualmente, não basta para pleitear estes descontos. A legislação federal vigente não prevê nenhum tipo de desconto específico para os aposentados, a não ser que ele se enquadre em uma das situações previstas pelas Leis Federais nº 10741/2003 e nº 12933/2013.

Algumas redes de cinema e te-

Se o consumidor tem o direito à meia-entrada negado, pode adquirir o ingresso com valor integral e requerer posteriormente a devolução da quantia paga a mais em relação aos 50% de desconto.

atro podem ou não oferecer o desconto da meia-entrada para aposentados, mas esta é uma cortesia criada pelas empresas, independente da legislação.

No entanto, é importante esclarecer que, excepcionalmente na cidade de Porto Alegre, os aposentados e pensionistas possuem o benefício de meia-entrada garantido expressamente por lei, mesmo sem terem completado 60 anos de idade.

Leis regionais que garantem a meia-entrada

- Lei Estadual (SP) 10.858/01, alterada pela Lei 14.729/12: concede meia entrada em estabelecimentos que proporcionem lazer e cultura, praças desportivas e similares aos professores da rede pública estadual e das

redes municipais de ensino, desde que apresentem carteira funcional emitida pela Secretaria da Educação de São Paulo ou holerite;

- A Lei Municipal (São Paulo/SP) nº 12325/1997, que previa o desconto igual ao de idosos para aposentados, não está vigente pois foi declarada inconstitucional pelo TJ-SP (Tribunal de Justiça de São Paulo).

- Lei Municipal (Porto Alegre/RS) 7366/1993: regulamentada pelo Decreto 11.110 a lei determina a concessão do benefício de meia entrada para os aposentados em

Porto Alegre. Na cidade os aposentados e pensionistas do INSS, cuja aposentadoria ou pensão não sejam superiores a 3 salários mínimos, têm direito a pagar 50% do valor dos ingressos em cinemas, teatros, espetáculos esportivos, circenses, ou de outras áreas de cultura, lazer e entretenimento.

Se acontecer com você

Se o consumidor tem o direito à meia-entrada negado, pode adquirir o ingresso com valor integral e requerer posteriormente a devolução da quantia paga a mais em relação aos 50% de desconto através do Procon ou do próprio Poder Judiciário. Para isto, deverá apresentar o ingresso e a identificação que garante o desconto. •

(com informações do IDEC)

Caixa enfrenta 26 mil ações por correção do FGTS

Segundo noticiou o portal IG, a Caixa Econômica Federal enfrenta uma onda de ações que pode resultar numa dívida bilionária para o banco, e dinheiro extra nas contas do FGTS (Fundo de Garantia por Tempo de Serviço) de milhares de trabalhadores. As correções, segundo os representantes dos cotistas, podem chegar a 100%, mas nunca houve decisão favorável.

Nos últimos meses, o banco foi alvo de cerca de 26 mil processos, dos quais 12 mil tiveram resolução. Em todos, a decisão foi contra o pedido de correção. •

INSS: benefícios foram reajustados em 5,56%

O índice de reajuste para os benefícios do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) com valor acima do salário mínimo será de 5,56%.





Assistência Social

SERVIÇO PREVIDENCIÁRIO

Nº	Descrição	Set	Out	Nov	Dez
1	Encerramento de Benefício / Pagamento de Resíduo	1	2	1	
2	Extrato Previdenciário	2	24	14	15
3	Orientação Previdenciária	8	8	4	6
4	Requerimento de Aposentadorias		1	1	
5	Requerimento de Pensão	3	1		
6	Requerimento de Revisão/Recurso	1	3		1
7	Outros Assuntos	4	11	15	15
	TOTAL	19	50	35	37

PLANO FUNERAL

Nº	Descrição	Set	Out	Nov	Dez
1	Exclusão	6	3	9	3
2	Inclusão	2	3	2	1
3	Reembolso Plano Funeral	2			2
4	Outros Assuntos			4	
5	TOTAL	10	6	15	6

ATENDIMENTO SOCIAL

Nº	Descrição	Set	Out	Nov	Dez
1	Acompanhamento de Associados Doentes	12	20	16	12
2	Atendimento Social	3	3	1	4
3	Contato AMS/PETROBRAS	5	13	3	
4	Orientações Diversas	20	14	7	26
5	Visita Domiciliar/Hospitalar				
6	TOTAL	40	50	27	42

Atendimento

MINISTERIO DO PLANEJAMENTO- AMS - PETROBRAS

Nº	Descrição	Ago	Set	Out	Nov	Dez	JAN
1	Troca de Endereço	3	5	9	3	6	3
2	Requerimento de Habilitação (MP e AMS)	2	0	1	2	0	0
3	comprovante de Rendimento para IR (MP e AMS)	0	0	1	0	3	0
4	Informações de Óbito	3	2	3	2	2	0
5	Solicitação e Negociações de boleto A.M.S.	12	9	8	10	12	9
6	Informação de reembolso e atualização de conta (AMS)	12	11	3	5	2	3
7	Portaria Publicada (MP)	-	0	0	3	1	0
8	Pedido de declaração PETROBRAS	-	1	2	2	2	0
9	Informações e orientações diversas (PLR, salário, AMS)	10	13	7	10	11	15
10	Troca de Conta bancaria	3	2	3	3	3	4
	TOTAL	45	43	37	40	42	34

Sumário Financeiro

Contribuição Associativa	66.664,72	70.883,20	835.269,87
---------------------------------	------------------	------------------	-------------------

Despesas	Nov	Dez	ANO
Condomínio, IPTU e Taxa de Incêndio	4.968,93	5.048,09	58.745,32
Serviços Prestados e Manutenção	5.634,43	4.978,83	58.582,95
Pessoal - Encargos	54.921,88	47.408,18	459.187,21
Seguro Funeral	5.078,96	5.011,72	62.006,42
Tarifas Postais	1.260,30	2.993,61	22.675,40
Telefone	1.775,63	1.971,61	21.387,34
Impostos e Taxas	2.087,00	4.271,41	29.294,91
Despesas com Viagens	0,00	1.962,14	36.230,07
Contribuições a Entidades	3.636,00	3.636,00	38.682,00
Jornal	2.877,91	3.516,57	20.974,48
Brindes de Natal	1.300,00	13.854,95	15.154,95
Brindes de Aniversariantes	0,00	0,00	18.924,40
Despesas Diversas	6.359,72	5.305,73	62.299,13
Despesas Bancarias	1.874,47	1.731,31	20.041,74
Imobilizado	0,00	0,00	1.248,00
Total	91.775,23	101.690,15	925.434,32
Superavit /- Deficit	-25.110,51	-30.806,95	
Superavit /-Deficit Acumulado	-59.357,50	-90.164,45	-90.164,45

Avisos

Assistência Social

Os associados residentes no estado do Rio de Janeiro passam a dispor dos nossos serviços, com visitas domiciliares e/ou hospitalares. O associado que tiver interesse deve ligar para a Conape e solicitar o agendamento da visita profissional. Os associados residentes em outros estados que precisem do atendimento, entrem em contato conosco.

AMS (Assistência Multidisciplinar de Saúde)

Acesse o "Orientador AMS: livro de credenciados - médico e odontólogo": <http://busca-ams.petrobras.com.br/buscaams/start.do> ou pelo telefone 0800 2872267.

Caso não consiga pela internet, a Conape está a disposição para dar mais informações.

Ministério do Planejamento convoca recadastramento

Os anistiados e pensionistas estão convocados, pelo Ministério do Planejamento, a fazer o recadastramento obrigatório; é fácil e rápido. Deve ser feito em qualquer agência do Banco do Brasil, Caixa Econômica Federal ou Banco de Brasília, no mês de aniversário do(a) associado(a). Leve um documento oficial de identidade com foto e CPF. A Conape está a disposição para mais esclarecimentos.



Urgências
21 8868-0959
21 2595-0385



21 2262-2945
0800 095 9249

Atualize o seu cadastro



Prezado(a) Associado(a), é muito importante que você mantenha atualizado o seu cadastro na Conape.



Acidentes domésticos com os idosos: saiba como evitar

A no após ano, o Brasil fica mais grisalho. Se, hoje, há cerca de 15 milhões de idosos no país, em 2060, eles serão 56 milhões, segundo pesquisa do IBGE.

O crescimento dessa população aumenta a preocupação com a ocorrência de acidentes domésticos, origem de 75% das lesões sofridas por pessoas com mais de 60 anos, segundo o Sistema Único de Saúde (SUS). A prevenção desses acidentes é um dos alertas lançados neste Dia Internacional do Idoso, comemorado hoje.

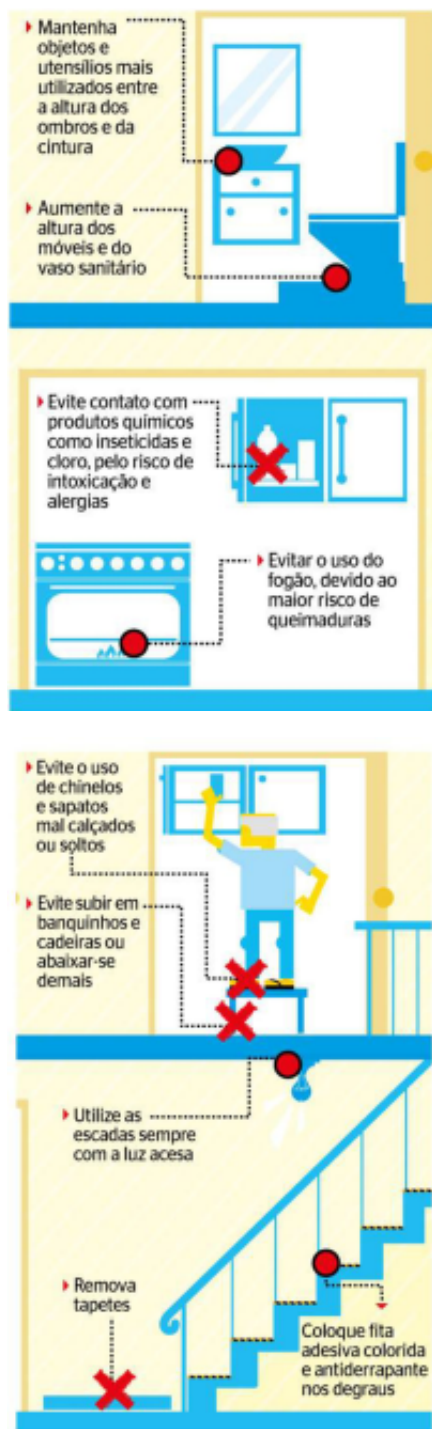
Quedas no banheiro são a causa mais comum de fraturas e machucados, seguidas de esbarrões e queimaduras. Para a dermatologista Anelisa Lamberti, todos são acidentes facilmente evitáveis.

— Às vezes, há um pouco de teimosia dos idosos para aceitar as limitações que vêm com a idade, mas é essencial repensar a casa para torná-la mais segura e confortável — diz Anelisa, membro efetivo da Sociedade Brasileira de Dermatologia e da Academia Americana de Dermatologia.

Segundo a médica, a pele mais fina e os ossos mais frágeis, além da capacidade de recuperação reduzida, aumentam o perigo.

Pequenos ferimentos podem ser tratados em casa com pomadas e sprays antissépticos após limpeza com água e sabão. Lesões graves exigem atendimento especializado. •

Fonte: Camila Muniz
Extra - 01/10/13.



Adaptações na casa contribuem para os idosos

A velhice chega para nós. O segredo da eterna juventude é encararmos essa realidade como uma fase, cada vez mais longa, da nossa vida graças aos avanços da medicina.

Como a falta de informação e de cuidados podem afetar a infância e a vida adulta, também poderá prejudicar essa fase. Portanto, a aceitação dessas deficiências e pequenas adaptações se fazem necessárias no cotidiano das pessoas.

Essas adaptações vão da simples retirada de um tapetinho da sala, que poderá se tornar uma ameaça para quedas com consequências severas, até adaptações mais abrangentes no lar dos idosos. A mortalidade de idosos por quedas aumentou quatro vezes nesta última década segundo pesquisas recentes em SP. Lembramos que essas quedas são causas evitáveis, sendo o maior volume destas ocorrências dentro de casa.

A seguir, vamos citar algumas adaptações nos lares:

1º - CORREDOR

Melhorar a iluminação, torná-la sempre de fácil acesso, diminuindo assim, o contraste de sair do escuro para o claro, pois no idoso a adaptação da visão é mais lenta.

Lembramos que esse caminho deverá estar sempre totalmente livre, sem "tapetinhos", tacos soltos, fios de telefone, carpete mal colocado ou de qualquer outro obstáculo que atrapalhe o caminho do idoso;

2º - BANHEIRO

O banheiro, sendo um ambiente úmido, deverá ter uma atenção espe-

cial para evitar as quedas. Pode-se usar tapetes com ventosas que grudem no piso, dando maior estabilidade, barras de apoio, firmemente colocadas no Box, perto do vaso sanitário, que terá também sua altura adaptada com assentos anatômicos e cadeiras de banho também poderão ser utilizadas;

3º - ESCADAS

O ideal seria moradia térrea, porém, nem sempre este ideal é possível. Caso contrário, as escadas deverão ser bem iluminadas; se carpetadas, esses deverão ser bem colocados para evitar dobras.

O corrimão, sempre presente, deverá ser firmemente colocado para servir de apoio, e a altura dos degraus deverá ser constante, pois criará o hábito.

Citamos esses três locais como os principais para sofrerem adaptações pois, segundo estatísticas da Secretaria da Saúde de São Paulo, são os locais mais comuns de acidentes com quedas para o idoso. A parte prática dessas mudanças é que vai auxiliar na realização de atividades básicas com maior segurança e autonomia, a princípio, o idoso poderá rejeitar essas adaptações. Porém, com o uso, vai se conscientizar das facilidades que elas promoverão, e se tornarão multiplicadores dessas facilidades.

Lembramos, que o segredo da eterna juventude não é fingir que a velhice nunca chega, mas aproveitar da melhor forma todas as fases da nossa vida. •

Luiz Alberto Catanoc - Conselheiro Nacional de Saúde do CSN. Artigo publicado no *Journal dos Aposentados* (mai-jun/2013)

* No mercado existem vasos sanitários na altura ideal (vide a marca Roca), com aprovação do Inmetro.



Dicas

Tecnicamente chamada de compulsória, essa saída aos 70 anos é conhecida entre o funcionalismo como "expulsória".

A alcachofra protege e estimula as funções do fígado para aumentar a produção de bile e reduzir o colesterol.

Usar haste flexível para limpar as orelhas só vai empurrar a cera mais para dentro e pode machucar o tímpano.

As estatinas, muito usadas no tratamento do colesterol alto, também podem ajudar a prevenir a catarata, diz estudo.

Fique de olho no teor de sódio informado nas embalagens. Cada 100g de alimento deve ter no máximo 200mg de sódio.

O abacate tem vitamina B3 (niacina), que ajuda a manter bons níveis de hormônios que regulam a memória.

Os enxaguantes bucais nunca devem substituir a escovação. Eles são apenas aliados da higiene bucal.

Para ter o efeito estimulante do guaraná é preciso tomá-lo em pó: uma colher de chá em água. Nunca em refrigerante.

| Fonte: Extra.



Parabéns aos aniversariantes do bimestre!

Prezados(as) Associados(as) aniversariantes, a Conape deseja muita saúde, paz e alegria, extensivo aos seus familiares.

Conape lança o Bônus de Aniversário

Aos companheiros associados, É com prazer que comunicamos aos associados, que, ouvido o Conselho Diretor da Conape, estamos criando um "Bônus de Aniversário", para substituir o presente enviado pelo correio aos aniversariantes. O Bônus entrará em vigor a partir de janeiro/2014, no valor de R\$ 80,00 (oitenta reais) para cada associado, o qual será depositado em sua conta-corrente, no mês de seu aniversário. Assim, com este valor, vocês poderão adquirir o presente que mais lhes convier.

Para tanto é necessário que seja preenchida a ficha anexa e devolvida à Conape, com seus dados bancários, informando onde deverá ser efetuado o crédito. Não retornando a ficha de cadastro, a Conape entenderá que V. S.as não têm interesse em receber o Bônus.

Ressaltamos que o Bônus só será creditado aos associados que estiverem na época quites com suas mensalidades.

Atenciosamente,

Abelardo Rosa Santos
Presidente



Pense nisso

*"Se a tranquilidade da água permite refletir as coisas, o que não poderá a tranquilidade do espírito?"
(Chuang Tzu)*

Janeiro

01/01 – Jairo Batista dos Santos	23/01 – Marly Gomes de Andrade
01/01 – Mariline Aurelio da Silva	23/01 – Ruy Gama Peixoto
03/01 – Eudes Evangelista Silva	24/01 – Archimedes de Souza Vieira
03/01 – Jorge Carvano	25/01 – Edgard de Jesus Queiroz
03/01 – Maria Odete Pacheco Vilhena	25/01 – Euripedes Paulo Machado Do Carmo
05/01 – Camilo Gonçalves Filho	25/01 – Maria Therezinha Franco de Araújo
05/01 – Mercedes Carrascal	26/01 – Wilma Pinheiro de Araujo
06/05 – Geraldo Cavalcante Carneiro	27/01 – Glimauro Rocha Portilho
07/01 – Antônio Luiz Olivieri Pereira	27/01 – José Alberto Davies Freitas
13/01 – Maria da Glória de Souza Queiroz	29/01 – Manoel da Silva
15/01 – Antonio Pinto Teixeira	29/01 – Mozart de Araújo Gutterres
18/01 – José dos Santos Cordeiro	30/01 – Terezinha de B. Baumann Zavataro
18/01 – Maria Semeraro Ferreira Rito	30/01 – Maria Eulina da Cruz Marinho
18/01 – Xerxes Affonso Campos	31/01 – Jorge Viriato de Figueiredo Lima
19/01 – Antônio Carlos Klaes Fontes	31/01 – Oni Luiz Correa
23/01 – Eylan Soares Pinto	

Fevereiro

03/02 - Edson Loureiro Reis	16/02 - Ana Maria Araujo de Menezes
04/02 - Carmelino Luiz Feio Salgado	16/02 - Arnaldo Nicolau da Silva
5/02 - Alexandrina Beatriz Távora Gil	18/02 - Antonio Felix da Silva
06/02 - Ely Maranhão	18/02 - Rubens de Souza
06/02 - Odette Gomes dos Santos	08/02 - Ari Celestino Leite
08/02 - Sueli Cordeiro Chagas	19/02 - Aloísio Simões
08/02 - Adalgiza Pereira de Almeida	19/02 - Arlenio Ferreira
09/02 - Alcea Britto Elleres	19/02 - Cesar Conrado da Silva Vieira
09/02 - Sedinea da Silva Oliveira	20/02 - José Roque Muller
10/02 - Marilda de Carvalho Neves	24/02 - Francisco de Assis Veras Fortes
10/02 - Roselene Duarte Teixeira	24/02 - Severino Miguel da Silva
11/02 - Gerson Rodrigues	24/02 - Vera da Rocha Muniz Carioca
11/02 - Marcia da Silva Guimarães	26/02 - Ana Alice Sampaio Bueno
12/02 - Jorge Pinto Barbosa	26/02 - Maria Nila Pires dos Santos
12/02 - Maria José Batista	27/02 - Carly Alberto Vicente
12/02 - Walter de Assis	27/02 - Mauricio José Tosi Ferreira Lemos
13/02 - Geraldo Duarte Lisboa Lobo	28/02 - Georgina Chagas dos Santos
15/02 - Mauro Dias de Macedo	28/02 - José Geraldo Salles Cunha

Feriados Nacionais (e Pontos Facultativos)

1º jan (4ª feira) Confraternização Universal – feriado nacional	24 jun (3ª feira) São João (Recife)
25 jan (sábado) Aniversário da Fundação de São Paulo (SP)	24 jun (3ª feira) Jogo da Copa em Cuiabá - ponto facultativo
2 fev (domingo) N.Sra. dos Navegantes (Porto Alegre)	16 jul (4ª feira) N.Sra. do Carmo (Recife)
3 mar (2ª feira) Carnaval - ponto facultativo	15 ago (6ª feira) N.Sra. da Assunção (Belo Horizonte)
4 mar (3ª feira) Carnaval - ponto facultativo	7 set (domingo) Independência do Brasil - feriado nacional
5 mar (4ª feira) Quarta-feira de Cinzas - expediente a partir das 14 horas (ponto facultativo)	12 out (domingo) Nossa Senhora Aparecida - feriado nacional
8 mar (sábado) Dia Internacional da Mulher	15 out (4ª feira) Dia do Professor (feriado escolar)
26 mar (4ª feira) Aniversário da fundação de Porto Alegre	28 out (3ª feira) Dia do Servidor Público - ponto facultativo
18 abr (6ª feira) Paixão de Cristo – feriado nacional	2 nov (domingo) Dia de Finados - feriado nacional
21 abr (2ª feira) Tiradentes - feriado nacional	15 nov (sábado) Proclamação da República - feriado nacional
23 abr (4ª feira) São Jorge (Rio de Janeiro)	20 nov (5ª feira) Consciência Negra (Rio de Janeiro)
1º maio (5ª feira) Dia do Trabalhador - feriado nacional	30 nov (domingo) Dia do Evangélico (Brasília)
13 jun (6ª feira) Jogo da Copa em Cuiabá - ponto facultativo	8 dez (2ª feira) N.Sra. da Conceição (Belo Horizonte e Recife)
17 jun (3ª feira) Jogo da Copa em Cuiabá - ponto facultativo	24 dez (4ª feira) ponto facultativo (após as 14 horas)
19 jun (5ª feira) Corpus Christi - ponto facultativo	25 dez (5ª feira) Natal - feriado nacional
	31 dez (4ª feira) ponto facultativo

Contribua no débito automático

Ganhe mais tempo para fazer o que gosta. Curta a vida. Use o débito automático de seu banco para contribuir com a Conape. É seguro, prático, rápido e confortável. Ligue para a Conape e saiba mais sobre como fazer.





Divirta-se

Sudoku - dose dupla

Samurai pequenino

		1			1	4	
	3						1
	1	4					
	2					3	
			2				
				4			
		3					4
					1	2	
2							1
	4		2			4	

Padrão

		4		3	7		
8			5	4			
3						4	9
			7			5	2
7							1
	9	6			5		
	3	5					6
				5	6		4
			4	1		2	

O MiniSudoku usa grade menor (6x6), ao contrário do tradicional 9x9. Preencha os espaços em branco (de cada quadro) com algarismos de 1 a 6, de modo que cada número apareça apenas uma vez numa linha e numa coluna. Nenhum número pode ser repetido e todos os números de 1 a 6 se encontram presentes.

Soluções

3	4	4	5		4	4	3	5
5	4	4	3		5	3	4	4
4	3	5	4		4	4	5	3
4	5	3	4		4	5	3	4
			5	3	4			
			3	5	4			
4	5	3	4		3	5	3	4
3	4	4	5		4		3	5
4	3	5	4		3		5	4
5	4	4	3		4		4	3

8	4	1	4	4	8	5	2	3
8	4	5	3	2	8	1	4	4
4	3	2	8	1	5	8	4	8
5	8	8	4	8	2	3	4	1
1	2	3	5	8	4	8	4	4
4	4	8	1	8	3	2	5	8
3	1	4	8	5	8	4	8	2
8	8	8	2	4	4	1	3	5
2	5	4	8	3	1	4	8	8

Gerado no sistema GNU/Linux: Nível: Médio.

Faixa Livre

Agora na Rádio Livre

1440 kHz (AM-Rio)
Das 8h às 10h

A Conape é uma das patrocinadoras.



“ Temos a arte para não morrer da verdade”
(Friedrich Nietzsche)



Expediente

Associação Nacional dos Anistiados da Petrobrás | Desde 1979, em defesa dos petroleiros anistiados

Presidente: Abelardo Rosa Santos | **Vice-Presidente:** Antonio Carlos Klaes Fontes

Diretores: Carlos Olimpio de Almeida Alves | Eylan Soares Pinto | Idinéa Nicacio da Silva | Ina Soares Lutterbach | Jair Brega Marcatti | José dos Santos Cordeiro | Marly Gomes de Andrade | Wilson Souza de Carvalho

Suplentes: Antonio Luiz Olivieri Pereira | Luiz Carlos Natal

Conselho-Fiscal: Aquiles Ferrari | Francisco Silva Canavaro | Newton de Almeida Menezes

Suplentes: Aloísio Simões | Francisco Soriano de Souza Nunes

Redação, edição e diagramação: José Carlos Moutinho (jornalista | Mtb 24460 RJ)

Remetente: Conape - Associação Nacional dos Anistiados da Petrobrás

Avenida 13 de maio, 13 - sala 1512 - Centro - Rio de Janeiro - RJ - Cep: 20.031-007

Telefone: 21 2262-2945 | 0800 095 9249 | Fax: 21 2533-6071 | Correio eletrônico: conape@conape.org.br | www.conape.org.br

As opiniões emitidas nos artigos são de inteira reponsabilidade de seus autores, não significando ser o pensamento da Conape e seus dirigentes.