



REVISTA

Sistel

REVISTA DA FUNDAÇÃO SISTEL DE SEGURIDADE SOCIAL • ANO II • Nº 03 MAIO/JUNHO 2010

Faça exames preventivos e garanta a sua saúde

O prazo para realização do Pacote de Exames Preventivos vai de agosto de 2010 a março de 2011

Sistel e Você

Novos projetos e ações para o segundo semestre

Visão de Futuro

Saiba como a Sistel define a política de investimentos

Responsabilidade Social

Ações que podem preservar o planeta

A Sistel se preocupa com você

Por isso escolheu a AxisMed como parceira do Programa Viver Melhor

“ Eu vivia muito preocupada, nervosa e depressiva por causa da pressão alta. O Programa melhorou bastante minha vida.”

Maria de Oliveira
Domingues Bomfiglio

“ Eu nem caminhava muito, mas agora vou pra tudo que é lugar. E sozinha.”

Zuleika Francisca Paes

“ Pouca gente se preocupa em nos ajudar nessa vida. E eles são desses poucos que ajudam.”

Geraldo Manzaru



Editorial

Nesta terceira edição da Revista Sistel, trazemos novidades e informações sobre o trabalho desenvolvido pela Fundação, com o objetivo de oferecer serviços cada vez melhores para os seus participantes e assistidos.

Logo na matéria de capa, o assunto é a sua saúde. Mais precisamente, o lançamento do Pacote de Exames Preventivos 2010. Além de se informar sobre todos os procedimentos necessários para participar do

programa, você poderá conferir o testemunho de Carlos Macedo de Oliveira, assistido que teve o diagnóstico precoce de um câncer através dos exames preventivos de 2009.

Na página 5, a editoria Sistel e Você apresenta algumas de nossas prioridades para o segundo semestre. Uma delas é a consolidação do programa Lado a Lado, que permite o acompanhamento das interações do PAMA e seu PCE. Também na área de saúde, o programa Viver Melhor será ampliado, com a inclusão de novas patologias crônicas entre aquelas que ele já acompanha. Na mesma linha, será implantado o programa Dedicção Total, voltado a prestar uma orientação permanente aos assistidos com doenças crônicas mais graves. Outra novidade será o programa Gestão de Impacto, que atua, de forma temporária e ativa, sobre a população de alto risco. O objetivo é oferecer atenção no momento correto.

Ainda para o segundo semestre de 2010, a Sistel conclui o planejamento do programa de educação previdenciária e assistencial, voltado a transmitir conhecimentos básicos sobre os planos de benefícios e o modelo de negócios em que estes se inserem. O programa será implementado em 2011.

E por falar em modelo de negócios, na página 9 você conhecerá as diretrizes para elaboração das políticas de investimentos dos planos de benefícios, incluindo a estrutura de suas carteiras de aplicações. A matéria evidencia que tudo é feito mediante rigoroso embasamento técnico e mercadológico, de forma a assegurar rentabilidade adequada e baixos riscos ao patrimônio dos planos.

A editoria Responsabilidade Social traz sugestões para que você também faça a sua parte, ajudando a reduzir a emissão de gases poluentes na atmosfera. Medidas simples, como o uso de lâmpadas econômicas, a reciclagem de materiais e o plantio de uma árvore já fazem uma grande diferença.

A editoria Seguridade Sistel da página 20 aborda um assunto que merece especial atenção de todos os titulares dos planos de benefícios. Trata-se da importância de manter atualizados os dados cadastrais junto à Sistel, como forma de assegurar o recebimento de pensão, seguro de vida e pecúlio aos beneficiários, no caso de morte do titular.

Na editoria Trajetória de Sucesso, apresentamos a história de Emílio Takita, que encontrou na arte um novo sentido para sua vida. Hoje, com mais de 3 mil quadros pintados, o assistido mostra aos leitores que nunca é tarde para recomeçar.

Em Conexão Brasil, na página 22, outra personagem nos conduz aos festejos juninos do Nordeste. É a aposentada Jandira Siqueira e Silva, que fala sobre as homenagens de sua Caruaru aos santos mais populares da região: Santo Antônio, São João e São Pedro.

E que tal algumas dicas para seu lazer e enriquecimento cultural? Na página 26, sugerimos opções como o filme “Quincas Berro D’Água”, baseado na obra de Jorge Amado; o livro “20 Lições essenciais para a aposentadoria”; de Mara Luquet e Andrea Assef; e ainda um passeio virtual pelo vasto acervo da Biblioteca Nacional.

Bem, tudo isso e muito mais espera por você nas páginas a seguir. Aproveite, pois esta Revista foi preparada especialmente para você. Uma boa leitura!

Wilson Carlos Duarte Delfino
Diretor Presidente da Sistel



Revista da Fundação
Sistel de Seguridade Social
Ano 2 • nº 3 • maio/junho 2010

Publicação desenvolvida pela
Área de Relacionamento da Sistel

EDITORA RESPONSÁVEL:
Cynthia Ferreira França
revistasistel@sistel.com.br

DIRETOR PRESIDENTE:
Wilson Carlos Duarte Delfino

DIRETOR DE SEGURIDADE:
Claudio Salgueiro G. Munhoz

DIRETOR DE INVESTIMENTOS E FINANÇAS:
Carlos Alberto Cardoso Moreira

ENDEREÇO:
SEPS/EQ 702/902, Conj. B, Bl. A
Ed. Gen. Alencastro
2º andar – Brasília/DF
CEP: 70390-025

PROJETO GRÁFICO, EDIÇÃO, REDAÇÃO, REVISÃO, ANÚNCIO SISTEL, DIAGRAMAÇÃO E ARTE FINAL:
i-Comunicação Integrada

FOTOGRAFIA:
Arquivo Sistel, Photostogo.com,
Jandira Siqueira,

TIRAGEM:
30 mil exemplares

IMPRESSÃO:
Gráfica Positiva

DISTRIBUIÇÃO:
Gratuita

A revista não se responsabiliza por matérias assinadas. As matérias podem ser reproduzidas, desde que mencionada a fonte.



Foto: Photostock.com



Foto: Photostock.com



Foto: Photostock.com



Foto: Photostock.com

5 SISTEL E VOCÊ
Novos projetos e ações para o segundo semestre. Sistel Presente é um dos programas que terá continuidade

9 VISÃO DE FUTURO
Saiba como a Sistel define a política de investimentos em cada um dos planos de benefícios administrados

20 SEGURIDADE SISTEL
Mantenha seus dados cadastrais atualizados. Veja o quanto é importante

14 CAPA

SAÚDE
Julho é mês de receber as guias do Pacote de Exames Preventivos 2010. A novidade é que, este ano, os assistidos terão também um *check list* e uma carta ao prestador

18 TRAJETÓRIA DE SUCESSO
Aposentadoria não é sinônimo de pendurar a chuteira. É possível descobrir novos desafios nessa fase da vida

22 CONEXÃO BRASIL
O famoso São João do Nordeste contado pela ótica de uma assistida da Sistel

24 RESPONSABILIDADE SOCIAL
Ações que podem preservar o planeta. Reciclar o lixo pode evitar o superaquecimento

26 CULTURA
Dicas para você planejar sua aposentadoria. E, ainda, conheça a história do nosso País sem sair de casa

Mantendo o foco no cliente

Acompanhamento de internações, monitoramento de doenças crônicas e criação de um projeto educativo nas áreas previdenciária e assistencial são algumas das prioridades da Sistel para o segundo semestre deste ano



Foto: Photostock.com

Nos últimos anos, a Sistel tem trabalhado intensamente para oferecer serviços cada vez melhores aos seus participantes e assistidos. Novos projetos e ações foram desenvolvidos com o objetivo de aprimorar os planos de previdência e assistência médica, bem como de estreitar os laços entre a entidade e os seus participantes e assistidos. O foco no cliente ganhará impulso ainda maior no segundo semestre deste ano, com a ampliação de projetos já em andamento e a implementação de novas iniciativas.

Na área de assistência à saúde, por exemplo, uma das prioridades será a consolidação do projeto Lado a Lado - cuja implantação começou no primeiro semestre de 2010 -, voltado ao acompanhamento de cerca de 6 mil internações anuais de usuários do PAMA e do seu PCE. "A ideia é que, desde o momento em que o usuário de assistência médica tenha a necessidade de se internar, nós possamos acompanhar de perto essa situação. Dessa forma, a Fundação propiciará maior segurança e atenção aos assistidos, e terá um controle mais efetivo das internações ocorridas", afirma Wilson Delfino, diretor-presidente da Sistel.

ERRATA

Na edição nº 2 da Revista Sistel, o nome do entrevistado da matéria "Viva Brasília!" para a editoria "Conexão Brasil" foi publicado como Sebastião Rodrigues. O correto é: Sebastião Rebouças.

Outra novidade será a expansão do programa Viver Melhor, voltado ao monitoramento de pacientes que sofrem de doenças crônicas. Novas patologias devem ser incluídas à iniciativa, entre elas as doenças renais. Para aqueles com patologias crônicas mais graves, de difícil reversão, e que demandem uma atenção ainda maior, a Fundação está implantando o programa Dedicção Total, que permitirá o acompanhamento permanente desse paciente. Os assistidos que participarem do programa passarão a ter à disposição uma equipe médica multidisciplinar para orientá-lo a respeito do tratamento e também sobre como conviver melhor com a enfermidade.

Ainda na área assistencial, encontra-se em implantação o programa Gestão de Impacto, por meio do qual a Fundação procurará auxiliar os assistidos usuários de assistência médica cujo histórico demonstre algum tipo de problema de saúde persistente, que, se não for corretamente resolvido a tempo, com a devida orientação, terminará por resultar em uma intervenção cirúrgica. "Isso se aplica àqueles casos em que a pessoa tem, por exemplo, um problema na coluna e passa a ir repetidamente ao fisioterapeuta, a fazer exames de Raios-X e assim por diante, tudo direcionando para uma eventual cirurgia. Nosso objetivo, com esse programa é no sentido de disponibilizar uma orientação adequada ao assistido, buscando evitar a internação cirúrgica", informa Delfino.

Essa medida de antecipação traz benefícios, tanto para o assistido quanto para o PAMA e o seu PCE, por diminuir possíveis custos futuros. "O monitoramento desses casos será realizado, por meio dos registros de utilização dos serviços médico-hospitalares dos usuários. Ao conseguirmos evitar intervenções cirúrgicas, por exemplo, por meio de orientação adequada, os usuários saem ganhando", analisa o presidente da Sistel.

Projeto educativo

Ao longo do segundo semestre de 2010, a Sistel também se dedicará ao planejamento de um programa de educação previdenciária e assistencial dirigido a seus participantes e assistidos. O objetivo é transmitir noções e conhecimentos básicos sobre os planos de benefícios e o modelo de negócio em que cada um está inserido, além de mostrar a evolução desses planos.

No que diz respeito à parte previdenciária, os conteúdos abordados devem abranger informações relativas à situação de solvência, aos cálculos dos benefícios, à questão atuarial e à mensuração de superávit ou déficit de um plano de previdência. "É muito importante que participantes e assistidos entendam melhor o que é a previdência, o que é um plano de previdência, que saibam avaliar os objetivos e o desempenho de seu plano, conseguir fazer uma análise ao menos

superficial dos demonstrativos que a Fundação envia periodicamente para ele", afirma Delfino.

Já com relação à parte assistencial, a proposta é possibilitar ao cliente um maior conhecimento acerca da visão negocial de um plano de assistência médica, entendendo, por exemplo, que todos os serviços oferecidos envolvem custos, e que por isso não há como financiar tudo de maneira irrestrita. "É fundamental o assistido entender um pouco do negócio que está por trás do seu plano assistencial, como também compreender de que forma ele deve cuidar melhor de sua saúde, pois isso pode contribuir para a longevidade do PAMA e do seu PCE. O espírito é educativo", esclarece.

O presidente da Sistel ressalta que o grande desafio desse projeto será conseguir alcançar, os diferentes segmentos de público da Fundação. Isso porque se trata de um público muito heterogêneo,

espalhado por todo o território nacional, composto por diferentes faixas etárias.

Com a perspectiva de realização dos projetos citados anteriormente, Wilson Delfino frisa que o segundo semestre será trabalhoso para a equipe da Sistel, e o objetivo é manter o foco na melhoria dos serviços oferecidos a participantes e assistidos. "Nós estamos aqui para atender às expectativas dos nossos participantes e assistidos. Temos consciência de que muito ainda pode ser aperfeiçoado, e, este ano, estamos procurando fazer exatamente isso", conclui o diretor-presidente da Sistel.

Por meio do Sistel Presente, é possível garantir uma maior aproximação entre a entidade e seus participantes e assistidos nas diferentes regiões brasileiras. Em cada cidade, é organizado um evento no qual participantes e assistidos podem assistir a

palestras sobre a Fundação e os serviços por ela oferecidos. Há também a oportunidade de tirar dúvidas que o convidado tenha em relação ao seu plano e resolver problemas junto a Fundação. Vale lembrar que os estandes de atendimento são informatizados e estão diretamente ligados aos sistemas da Sistel em Brasília, possibilitando à equipe de atendimento – composta por colaboradores da Fundação – realizar procedimentos *online*, prestando atendimento efetivo.

Desde o início do Sistel Presente – programa lançado em agosto de 2009 –, mais de 2.690 pessoas foram atendidas. A expectativa para 2010 é que o número cresça consideravelmente. O Sistel Presente, poderá, inclusive, ser utilizado como um canal para aplicação do programa educativo assistencial e previdenciário que atualmente encontra-se em planejamento.

Durante o segundo semestre deste ano, também será dada continuidade ao programa Sistel Presente – iniciado em agosto de 2009 – por meio do qual a Fundação visita diversas cidades do Brasil proporcionando atendimento presencial a participantes e assistidos. O objetivo da Fundação, até dezembro de 2010, é levar o Sistel Presente para Teresina - PI, Manaus - AM, Campinas - SP, Goiânia - GO, Brasília - DF, Salvador - BA, Recife - PE, Fortaleza - CE, Belo Horizonte - MG, Rio de Janeiro - RJ, Florianópolis - SC e Curitiba - PR.

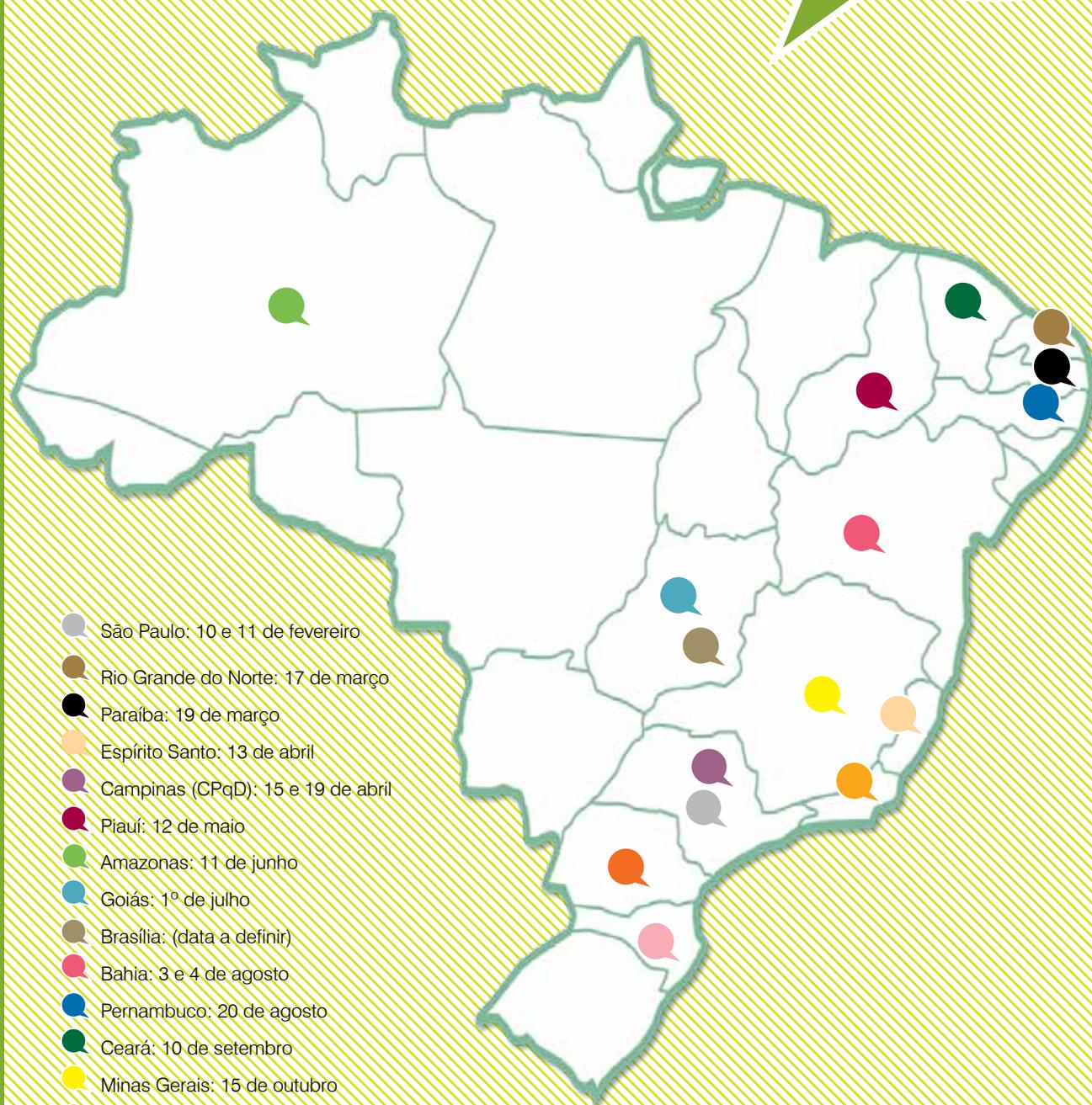
“Nosso objetivo, com esse programa, é no sentido de disponibilizar uma orientação adequada ao assistido, buscando evitar a internação cirúrgica”



Wilson Carlos Duarte Delfino
Diretor Presidente da Sistel

Confira as datas e os locais por onde passará o Sistel Presente em 2010.

Fique atento e participe!



- São Paulo: 10 e 11 de fevereiro
- Rio Grande do Norte: 17 de março
- Paraíba: 19 de março
- Espírito Santo: 13 de abril
- Campinas (CPqD): 15 e 19 de abril
- Piauí: 12 de maio
- Amazonas: 11 de junho
- Goiás: 1º de julho
- Brasília: (data a definir)
- Bahia: 3 e 4 de agosto
- Pernambuco: 20 de agosto
- Ceará: 10 de setembro
- Minas Gerais: 15 de outubro
- Rio de Janeiro: 4 e 5 de novembro
- Santa Catarina: 24 de novembro
- Paraná: 26 de novembro

Planejamento e visão de futuro

Políticas de investimentos dos planos administrados pela Sistel são estruturadas a partir de criteriosa análise do cenário macroeconômico e do mercado. O objetivo é garantir rentabilidade adequada com riscos reduzidos

Montagem. Foto: Photosbogo.com

A Sistel administra atualmente 11 planos de benefícios. Para cada um deles, existe uma política de investimento embasada em rigoroso planejamento técnico, com metas e diretrizes definidas de acordo com o perfil de seus participantes e assistidos. Por meio dessa política, elaborada anualmente, são estabelecidos os direcionamentos a serem seguidos na aplicação dos ativos. A cada final de ano é desenvolvida uma nova política para o exercício seguinte, que precisa ser aprovada pela Diretoria e pelo Conselho Deliberativo, e ser levada ao

conhecimento de todos os participantes.

É a política de investimentos que determina os percentuais máximos de recursos a serem alocados nos segmentos de renda fixa, renda variável, setor imobiliário, empréstimos ou ainda em investimentos estruturados. “A elaboração dessas políticas envolve avaliações feitas pelo nosso corpo técnico e parceiros de mercados, e também uma ampla análise do cenário macroeconômico, para a qual a Fundação conta com o apoio de uma consultoria especializada”, explica Carlos Alberto Cardoso, diretor de Investimentos e Finanças da Sistel.

No caso da renda fixa, a prioridade são as aplicações nos títulos do Tesouro, que oferecem menor risco, praticamente zero, em opções como Notas do Tesouro Nacional (NTN), Letras do Tesouro Nacional (LFT) e Letras Financeiras do Tesouro (LFT), cada uma delas vinculada a um determinado indexador. Há, ainda, a possibilidade de aplicação em títulos privados, como Certificados de Depósitos Bancários (CDB), Debêntures, *Commercial Papers*, entre outras.

Já na renda variável, a política de investimentos define os limites de alocação em cada setor da economia, como energia elétrica, telecomunicações, mineração e outros. "Tanto no que diz respeito à renda fixa quanto à renda variável, nosso objetivo é buscar a rentabilidade adequada com o menor risco possível. É preciso sempre respeitar o binômio risco-retorno, e buscar o melhor rendimento conforme característica de cada plano de benefícios e sua massa de participantes e assistidos", explica Carlos Alberto.

PBS-A

O maior plano administrado pela Sistel é o PBS-A. Um plano maduro, de benefício definido, que não recebe mais recursos oriundos de contribuições por ser constituído apenas por assistidos. Essa característica

é preponderante na formulação de sua política de investimentos. Na gestão do PBS-A, a Fundação aplica cerca de 76% dos recursos em renda fixa. Desse total, 65% estão em títulos NTN-B, indexados pelo Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA), com vencimentos que vão de 2010 até 2050. Outros 30% dos recursos estão alocados em NTN-C, corrigidos pelo Índice Geral de Preços do Mercado (IGP-M); enquanto 5% estão em LFT, baseadas na taxa Selic.

Utilizando a ferramenta de gestão de ativos e passivos ALM (*Asset-liability management*), a Sistel compatibilizou todos os recursos aplicados do PBS-A com o fluxo dos pagamentos a serem feitos até o seu último assistido, de modo que o recebimento dos juros dos títulos possa dar suporte ao pagamento mensal de todos os benefícios.

De acordo com Carlos Alberto, a meta atuarial do PBS-A é o INPC mais 5,75% anuais, e hoje o plano tem cerca de R\$ 6 bilhões em títulos de renda fixa. "Essa carteira dá suporte ao pagamento de benefícios até o final do plano. Estamos com uma situação bastante confortável, com riscos baixíssimos, pois praticamente toda a composição dessa renda fixa é de títulos do governo", observa o diretor.

No que diz respeito à renda variável, que corresponde a 20% dos recursos do PBS-A, as aplicações estão majoritariamente em quatro grandes organizações, nas quais a Fundação tem participações societárias: CPFL, Embraer, Brasil *Foods* e Paranapanema. Mais da metade desses ativos está na primeira, cuja gestão a Sistel inclusive participa. Há ainda um percentual menor investido em outras ações de mercado. "Todas as quatro são empresas líderes em seus segmentos e nos proporcionam retornos muito positivos. Porém, à exceção da CPFL, gradativamente estamos substituindo parte dessas ações por papéis de mercado, com vistas a garantir maior liquidez no futuro", esclarece o diretor de Investimentos e Finanças da Sistel.

“A estrutura hoje existente nos nossos planos nos dá a segurança e a tranquilidade de que todos os benefícios continuarão a ser pagos até o último assistido”

Uma terceira categoria de investimentos do PBS-A é a de segmentos imobiliários, que representa cerca de 5% da carteira. São dois tipos de empreendimentos nessa área. Um é a alocação direta em imóveis, com investimentos em prédios que rendem uma boa

receita em aluguéis. O segundo tipo é a carteira imobiliária, cujas aplicações se concentram em dois dos melhores *shoppings centers* do Brasil, o Barra *Shopping*, no Rio de Janeiro, e o Morumbi *Shopping*, em São Paulo. Com isso, obtém-se a devida diversificação na gestão dos recursos.

Por fim, há uma parcela de 1% da carteira do PBS-A vinculada a empréstimos disponibilizados aos assistidos. Se por um lado essa categoria cumpre um papel facilitador para os tomadores do crédito, por outro, representa um ativo importante do ponto de vista da gestão, com retorno compatível com a meta atuarial e riscos muito baixos.

Planos PREV e demais PBS

Diferentemente do PBS-A, os outros planos PBS e também os planos PREV administrados pela Sistel contam ao mesmo tempo com pessoas já em gozo de benefícios e outras que ainda estão na ativa. Para esses planos, a formulação da política de investimentos também é feita mediante um planejamento criterioso do ponto de vista macroeconômico e mercadológico, obedecendo às características da massa de participantes e assistidos presentes em cada um deles.

No caso dos planos PBS desse grupo, o número de assistidos é maior que o de participantes ativos. Por isso, eles demandam uma menor exposição a riscos, mantendo 10% de seus recursos em renda variável. Já com relação aos planos PREV, nos quais há mais participantes ativos e menos assistidos, a política de investimento definiu para eles uma carteira próxima de 20% nessa categoria. Nas aplicações em renda variável desses planos, não existem participações relevantes em nenhuma empresa, apenas em ações de liquidez no mercado.

Nos demais aspectos, as políticas de investimentos desses planos são bastante semelhantes a do PBS-A. Há uma alocação em renda fixa que prioriza os títulos do Tesouro, vinculados em três tipos de indexadores: 50% da carteira em NTN-B (com correção pelo IPCA), 30% em LFT (Selic) e 20% em títulos pré-fixados LTN.

Pelo menos, por enquanto, não há investimentos imobiliários ligados a esse grupo de planos, mas os

seus participantes e assistidos têm acesso a empréstimos com as mesmas características oferecidas no PBS-A.

PAMA

Da mesma maneira que ocorre nos planos previdenciários, a Sistel mantém uma política de investimento específica para o PAMA, o Plano de Assistência Médica ao Aposentado. Atualmente, ele conta com um patrimônio de R\$ 600 milhões em ativos, e tem despesas correntes anuais de R\$ 100 milhões. Por isso, é necessário ter uma carteira capaz de suprir esse fluxo e que garanta a devida liquidez para viabilizar os pagamentos decorrentes da utilização dos serviços de saúde pelos usuários.

Na estrutura de investimentos do PAMA não existe carteira de renda variável, apenas de renda fixa. O percentual de 65% dos recursos estão aplicados em títulos NTN-B; enquanto 25% estão em LFT e 10% em LTN. "O grande foco da gestão desse plano é assegurar sua maturidade para atender até o seu último assistido. Isso requer investimentos em títulos que sejam um pouco mais longos também. E que ofereçam liquidez, porque o efeito caixa do PAMA é significativo; há um desembolso grande a cada mês", afirma Carlos Alberto Cardoso.

Segundo ele, para elaborar a política de investimentos do PAMA, a Sistel estudou cuidadosamente o potencial de dispêndio anual de recursos do plano. E, a partir desse estudo, é estabelecido um fluxo de recebimentos compatível com os pagamentos das despesas.

Carlos Alberto faz questão de reiterar que, em todos os planos geridos pela Sistel, a política de investimentos está calcada em segurança e mitigação de riscos, com o melhor retorno possível. "Buscamos sempre as melhores opções de investimentos, e o histórico tem sido de sucesso. O trabalho técnico, ético e correto que vem sendo feito, somado a toda a estrutura hoje existente nos nossos planos, nos dá a segurança e a tranquilidade de que todos os benefícios continuarão a ser pagos até o último assistido, sempre no final de cada mês", conclui o diretor de Investimentos e Finanças da Sistel.

Carlos Alberto Cardoso
Diretor de Investimentos
e Finanças da Sistel



RENTABILIDADE CONSOLIDADA SISTEL ÚLTIMOS CINCO ANOS, TERMINADOS EM 2009

113,29%

META ATUARIAL CONSOLIDADA ÚLTIMOS CINCO ANOS, TERMINADOS EM 2009

68,42%

PATRIMÔNIO SISTEL CONSOLIDADO EM 31.12.2009

R\$ 10.301.190.325,05



SEGURO DE VIDA

Fundação Sistel e Icatu Seguros renovam parceria por mais dez anos

Seguro de vida não é apenas uma herança que se deixa para as pessoas com as quais a gente se preocupa e quer bem.

É muito mais que isso: é um investimento na proteção do patrimônio, assim como na continuidade de projetos de vida pessoais ou que envolvem os mais próximos. Ou seja, é uma alternativa de planejamento financeiro familiar.

O benefício do seguro de vida que você deixa em nome do cônjuge pode, por exemplo, servir para a quitação de um carro ou imóvel, liberando-o de eventuais dificuldades para manter o pagamento de financiamentos ou consórcios.

A Fundação Sistel de Seguridade Social é estipulante de apólices de seguro de vida da Icatu Seguros há mais de 10 anos.

A Icatu Seguros oferece aos participantes e assistidos da Sistel a possibilidade de planejar o futuro financeiro de sua família mediante acesso livre e voluntário a um seguro de vida exclusivo.

Há cerca de duas décadas no mercado brasileiro, a Icatu Seguros tem seguradas mais de 2 milhões de vidas, graças à sua experiência, confiabilidade e agilidade. Nos últimos cinco anos a companhia pagou aos seus clientes R\$ 840 milhões, somente em benefícios de seguros de vida.

Se você já possui o seguro de vida da Icatu Seguros, fique atento.

O prazo de vigência do atual contrato termina no dia 31 de agosto de 2010. Mas não se preocupe: outro contrato, contemplando uma nova opção de seguro de vida, está entrando em vigor por mais dez anos.

Se você é segurado de uma das apólices vigentes (93.103.212 ou 93.103.537), terá prioridade de acesso à nova opção de seguridade e ainda ganhará benefícios. Além de manter as coberturas que você já possui hoje, o valor da sua mensalidade será mantido por mais um ano e você ainda concorrerá a sorteios de R\$ 10.000,00 todo mês*.

Contratar o novo seguro é simples. Para maior comodidade, você receberá em seu endereço uma Proposta de Adesão, junto com um envelope para carta-resposta. Para contratar o novo seguro, basta preencher a proposta e enviá-la para a Icatu Seguros neste envelope, sem custos de correio.

Confirmando a adesão até o dia **31 de agosto**, os atuais segurados serão implantados na nova apólice, sem interrupção na cobertura. Aqueles que não aderirem até a data limite (31/08/2010) terão seus respectivos seguros cancelados e ficarão descobertos em caso de sinistro a partir dessa data.

Neste novo seguro, o valor das mensalidades será mantido até 31/08/2011, quando a nova apólice completa um ano de vigência. Após essa data, haverá reajuste anual de acordo com a faixa etária do segurado.

A tabela de faixas etárias e percentuais de reajuste será enviada junto com a Proposta de Adesão, mas os participantes e assistidos podem ter acesso às Condições Gerais do Seguro desde já no Portal da Fundação Sistel (www.sistel.com.br). Além do reajuste por faixa etária, continua havendo, anualmente, atualização monetária do prêmio e do capital segurado.

É importante lembrar que a Proposta de Adesão que o segurado receberá já contempla o Certificado Individual do novo seguro de vida e o "número da sorte" para concorrer aos sorteios de R\$ 10 mil.

A extração do sorteio é feita a partir dos resultados da Loteria Federal do Brasil, o que garante mais credibilidade e confiança para você. O vencedor do sorteio será aquele cujo "número da sorte" corresponder aos últimos números dos cinco primeiros prêmios sorteados, conforme exemplo abaixo.



Exemplo da Extração da Loteria Federal do Brasil

1º prêmio: 34.579
 2º prêmio: 67.320
 3º prêmio: 01.385
 4º prêmio: 29.332
 5º prêmio: 10.673
 Nº Contemplado: **90.523**

*O segurado concorrerá aos sorteios se os pagamentos estiverem em dia. O valor do sorteio é bruto de impostos e está sujeito à tributação com base na legislação vigente à época da premiação.

Glossário - Na listagem abaixo, você encontra alguns termos técnicos utilizados em seguros.

Proposta de Adesão: Documento em que se expressa a intenção de aderir à contratação do seguro.

Segurado: Pessoa física que contrata o seguro e sobre a qual será feita a avaliação do risco.

Seguradora: É a companhia de seguros devidamente constituída e legalmente autorizada a operar no país, como a Icatu Seguros, que assume os riscos inerentes às coberturas contratadas.

Estipulante: Pessoa jurídica que contrata apólice coletiva e que fica investida dos poderes de representação dos segurados perante a Sociedade Seguradora.

Beneficiário: Pessoa(s) indicada(s) livremente pelo segurado para receber a indenização no caso de seu falecimento.

Capital Segurado: Valor contratado que a Seguradora deverá pagar como indenização na ocorrência de um dos eventos cobertos pelo seguro.

Prêmio: Valor correspondente a cada um dos pagamentos destinados ao custeio do seguro.

Sinistro: Evento que gera o pagamento da indenização.

Vigência do Seguro: Prazo que determina o início e o fim da validade do seguro contratado.

Pacote de Exames Preventivos 2010 começa a ser distribuído

A novidade neste ano é que, com as guias, serão enviados um *check list* com orientações para facilitar a realização dos exames necessários e também uma carta de apresentação para os prestadores

A Sistel já preparou o material do Pacote de Exames Preventivos 2010. Em julho, os assistidos receberão em casa a documentação necessária para dar continuidade às ações de prevenção às doenças. Neste ano, a novidade ficará por conta de um *check list* contendo as orientações necessárias para a realização dos exames. Além disso, a Fundação elaborou, em conjunto com a operadora de saúde, uma carta de que deverá ser apresentada na hora da consulta e dos exames. O intuito é evitar transtornos para os assistidos, decorrentes de recusa das guias do Pacote por parte dos prestadores. É bom lembrar que o prazo de realização dos procedimentos terminará em 31 de março de 2011.

Ao receber o Pacote de Exames, é importante que os usuários da Sistel leiam com atenção todas as instruções do *check list* antes de iniciarem os procedimentos para garantir, além de uma vida mais saudável, a regularização do seu Pacote. Criado pela Fundação em 2005 e redesenhado em 2009, a proposta dos exames é identificar a ocorrência ou o desenvolvimento de doenças graves logo no início como o câncer de mama, próstata, útero, intestino, além de outras complicações como diabetes e hipertensão.

Quem anda em dia com a sua saúde evita problemas mais sérios no futuro. "Nosso principal objetivo é passar para os nossos assistidos a importância da prevenção. Não podemos esperar que algo mais sério aconteça para procurar atendimento médico. Além de precaver-se de alguma doença, o assistido que realiza o pacote de exames preventivos fica com o acompanhamento de seu estado de saúde em dia, aprende a utilizar o Plano de Saúde e sua rede de prestadores da forma correta, tem a

isenção de coparticipação dos procedimentos previstos no pacote e, ainda, ganha descontos nas atuais coparticipações sobre eventos médico-hospitalares do Plano. É uma forma que vemos de reconhecer o esforço daquele que se preocupa com a própria saúde", destacou a coordenadora de Planos de Saúde da Sistel, Bernardete Teixeira.

“Quem anda em dia com a sua saúde evita problemas mais sérios no futuro. Nosso principal objetivo é passar para os nossos assistidos a importância da prevenção”

A descoberta de doenças em fase inicial proporciona ao paciente um resultado mais eficaz no tratamento e essa descoberta ocorre, na maioria das vezes, durante a realização dos exames preventivos. O assistido Carlos Macedo de Oliveira, morador de Curitiba (PR), é um bom exemplo da importância do diagnóstico precoce. Foi por meio da realização do Pacote de Exames Preventivos que ele descobriu um câncer. "Graças a Deus, o tumor estava no estágio inicial e o tratamento se tornou mais eficaz nesse caso. Hoje, continuo fazendo a quimioterapia e a radioterapia, mas estou feliz por ter descoberto essa doença no início", relatou.

Isenção - Segundo a coordenadora de Planos de Saúde da Sistel, Bernardete Teixeira, algu-

mas dúvidas ainda são persistentes com relação ao procedimento de realização do Pacote. "É o caso da isenção dos exames feitos e também do desconto no reajuste da coparticipação. Inicialmente, todos os procedimentos são cobrados. Somente após o processamento de todos os procedimentos que compõem o Pacote Preventivo é que o mesmo é concluído e, posteriormente, realizamos a isenção e a devolução dos valores cobrados". Sobre o desconto incidente na coparticipação, Bernardete explicou que, quando do reajuste, são verificados os usuários que completaram o Pacote Preventivo e para estes é aplicado o desconto.

Lembrando que a isenção dos exames e o desconto no pagamento da coparticipação só são efetivados se todos os exames e consultas forem realizados. Além do titular, os beneficiários acima de 40 anos ativos no PAMA e em seu PCE também precisam realizar todos os exames do Pacote.

Cartão Saúde - Mais uma novidade. Os assistidos vinculados ao PAMA e ao seu PCE da Sistel receberão o Cartão Bradesco Saúde, que terá validade por dois anos. Dessa forma, no próximo ano, em 2011, o cartão para utilização dos serviços de saúde não deverá ser jogado fora e muito menos quebrado. Apenas em 2012 será enviada uma nova via. Cada cartão é pessoal e intransferível.

Bernardete ressaltou que é importante que o assistido, ao receber o seu cartão, confira todos os dados antes da utilização. Ela lembrou, ainda, que apenas os usuários ativos no mês de junho receberão o cartão. "Quem estiver suspenso do plano de assistência médica, somente após a regularização, receberá o cartão. Os serviços de saúde também não poderão ser utilizados. Caso isso aconteça, será cobrado o valor integral da despesa médico-hospitalar", orientou.

Assistidos avaliam Programa Lado a Lado

A Sistel lançou recentemente mais um programa de sucesso, o Lado a Lado, que foca no acompanhamento do assistido e de seus beneficiários, bem como no suporte aos familiares, desde a fase de pré-internação até o pós-alta. Apenas no primeiro mês de funcionamento – no período entre 17 de abril e 16 de maio –, foram acompanhados 326 usuários e, aproximadamente, 1,2 mil ligações efetuadas para orientações.

A coordenadora de Apoio em Saúde, Renata Patrícia dos Reis, responsável pela equipe multidisciplinar que faz o atendimento aos assistidos, explicou que, ao marcar sua internação, o assistido recebe uma primeira ligação. “Nela, identificaremos que tipo de procedimento irá fazer. Denominamos essa fase de acolhimento. Em um segundo momento, passamos as primeiras orientações e tentamos tranquilizar tanto o assistido quanto a família”, acentuou.

No hospital, o atendimento busca passar orientações para o grupo familiar. “A família geralmente fica muito fragilizada nes-

te momento. Por isso, tentamos acalmá-la. Também levantamos, nessa fase, todas as necessidades do assistido, se está tendo algum problema com o hospital e se o procedimento para o qual foi internado ocorreu bem. A assistência ao paciente e sua família é feita de forma individualizada e humanizada”, salientou a coordenadora.

“A assistência ao paciente e sua família é feita de forma individualizada e humanizada”

Para Renata, a fase do pós-alta é a mais delicada. Isso porque o internado sai do hospital com várias dúvidas sobre os cuidados que deve ter e também como deve tomar os medicamentos. “A ambientação da alta consiste na solução de dúvidas como finalidade dos medicamentos receitados, se necessita fazer curativos e como deve ser feito. Informamos ainda

tudo o que foi feito durante a internação. Isso só é possível porque nos mantemos informados pelo corpo clínico que o atendeu. Orientamos o assistido desde a forma de tomar um remédio até o repouso que terá de ter, inclusive para evitar uma reinternação. Depois de todos esses passos, colocamos à disposição do paciente um serviço de 0800 para tirar dúvidas”, disse Renata dos Reis. “Todo o atendimento é feito por uma equipe composta por médicos e enfermeiros”, acrescentou.

Com mais de 15 anos de profissão, Renata afirmou que, em grande parte de sua carreira, trabalhou em pronto-socorro e atuava na saúde curativa. “Na minha opinião, era importante curar o doente. Hoje, aprendi que existe uma alternativa que é a prevenção. Não podemos deixar que a nossa saúde chegue a um estado debilitado e irreversível. Sem contar que a relação que eu tinha com meus pacientes era muito menos envolvente. Quando a doença está instalada, você procura curá-la, o paciente se recupera e vai embora. Hoje, fidelizamos nossos assistidos. Somos referência para as dúvidas mais simples deles”, contou.

Depoimentos – A Revista Sistel conversou com alguns assistidos para saber a opinião deles sobre o Programa Lado a Lado.

A assistida Neide Severina Silva da Costa conta que, quando recebeu alta médica da última cirurgia que fez, teve toda a orientação da equipe do Lado a Lado. “Já passei por outras cirurgias antes, mas foi a melhor experiência que já tive. Me senti mais segura com o acompanhamento do Lado a Lado. Além de tudo, não tive que ficar preocupada se ia esquecer alguma orientação do médico. Inclusive, devo retornar ao médico e já sei que se eu tiver mais alguma dúvida, posso ligar no 0800 do programa”, ressaltou.

A beneficiária Jaice Neris dos Santos, mãe de Julie Anne Neris Lino dos Santos, que também passou por uma internação, disse estar satisfeita com o atendimento dos profissionais do Lado a Lado. “Depois que a minha filha teve alta (Julie Anne), começou a passar muito mal. Se o programa não existisse, com certeza eu teria corrido com ela para o hospital, mas lembrei-me do telefone do programa e resolvi ligar. Foi ótimo! Os enfermeiros me passaram para a médica que me deu as orientações certas para socorrer minha filha. Sinceramente, na minha opinião, este programa é excelente”, avaliou.



“Influenciamos também a mudança de hábito de nossos assistidos. Muitos que não faziam caminhada, hoje já passaram a fazer”

Programa Viver Melhor da Sistel é reconhecido internacionalmente

A busca pela melhoria da qualidade de vida de seus assistidos e seu grupo familiar faz da Sistel uma entidade que vai além da gestão de planos de previdência privada. Ela se preocupa com o cotidiano dos usuários de seus serviços e promove o acompanhamento deles e de suas famílias. É dessa forma que funcionam os programas implantados pela Fundação. Com isso, o resultado obtido a partir do sucesso de suas ações não poderia ser diferente. Recentemente, o Programa Viver Melhor, que faz o monitoramento de 1,7 mil portadores de doenças crônicas, recebeu de representantes do The Forum 10 and Integrated Care Summit – um fórum integrado de cuidados com a saúde –, o reco-

nhecimento pelo trabalho desenvolvido na área da saúde.

O evento realizado anualmente reúne profissionais e gestores de saúde interessados em discutir assuntos que possam melhorar a vida da população. O Fórum é um dos maiores eventos de gerenciamento da saúde populacional do mundo. Neste ano, está marcado para ocorrer em outubro, em Washington (EUA). Os participantes do encontro têm a oportunidade de se atualizarem sobre as últimas novidades a respeito da gestão de saúde da população, do bem-estar e da prevenção.

A gerente de Planos de Saúde da Sistel, Adriana Meirelles, disse que o fato de os representantes do Fórum terem reconhecido no Viver Melhor uma forma inovadora de

tratar a saúde é um grande orgulho para toda a Sistel. “Não temos conhecimento de que outras empresas brasileiras tenham recebido essa homenagem. Isso mostra que as nossas atitudes são de vanguarda”, enfatizou.

O programa Viver Melhor trabalha com o monitoramento de assistidos, vítimas de casos crônicos, como diabéticos, hipertensos, além de portadores de doenças respiratórias e cardiológicas. O acompanhamento é feito por uma equipe multidisciplinar de nutricionistas, enfermeiros, psicólogos e médicos. “Não fazemos apenas esse monitoramento, influenciamos também a mudança de hábito de nossos assistidos. Muitos que não faziam caminhada, hoje já passaram a fazer”, ilustrou. ■



Quando a vida tem um **recomeço**

Os tempos são outros. Podem acreditar. Já foi a época em que se aposentar era sinônimo de pendurar a chuteira de vez.

A ideia de ficar apenas de bermuda e de chinelo já está ultrapassada.

Afinal de contas, está provado que o cérebro precisa de atividade constante e de ser exercitado.

Doenças como o mal de Alzheimer são cada vez mais comuns. Quanto mais se sua a camisa, ou seja, “ocupa a mente”, maior é a probabilidade de se manter saudável

Com o aumento da expectativa de vida, o planejamento de parar as atividades tem de ser revisto. De acordo com estudos do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), nas últimas duas décadas, a expectativa de vida do brasileiro pulou de 63,9 para 71,3 anos. Essa mesma pesquisa identificou, ainda, que a mulher vive, em média, sete anos a mais que os homens.

Seguindo o caminho do recomeço, o descendente de japonês e ex-funcionário da antiga empresa de Telecomunicações de São Paulo (Telesp), Emílio Yosimi Takita, 62 anos, resolveu, aos 36, mudar o sentido de sua vida e escrever uma história diferente daquela que tinha vivido até o momento. Takita, casado e pai de três filhos, vivia atrás de uma mesa e sua vida se resumia a receber ordens. “Eu era um verdadeiro burocrata. Um robô que seguia ordens. Hoje, considero minha vida muito melhor do que antes. Atualmente, tudo depende de mim, da minha expressão e do meu processo de criação”, revelou.

Afastado da empresa em 1986, quando foi indicado a fazer terapia ocupacional, o aposentado descobriu que a arte seria seu segundo ofício. Naquela época Takita já tinha noção de desenhos e de produzir colagens. Foi por aí que ele começou e não parou mais. Revelou-se pintor de telas, escultor e atualmente produz também biografias. O que antes era apenas uma forma de descontração passou a ser uma atividade levada a sério que já lhe rendeu bons

frutos. “Tenho mais de 3 mil quadros pintados, diversos trabalhos de colagens e, se me perguntarem quantas exposições realizei, já perdi a conta”, reconheceu Emílio.

Orgulhoso do resultado do seu trabalho, o ex-funcionário da Telesp, que virou artista, destacou os locais em que podem ser encontradas as suas obras. “Tenho vários quadros expostos em hospitais do Japão e do Brasil. Um deles é o Hospital Beneficência Portuguesa, além da

Assembleia Legislativa, ambos em São Paulo. Faço também exposições itinerantes. Há alguns dias tinha trabalhos expostos no projeto Encontros, realizado no metrô de São Paulo com a mostra Sonhos”, disse.

Inspiração: um mosaico de toda a vida.

O artista japonês aprendeu a fazer da sua experiência de vida a inspiração para seus trabalhos. Para ele, todos os acontecimentos se transformam em um verdadeiro mosaico de formas e emoções refletidas em seus trabalhos. Ele lembrou que, inclusive, sua descendência é a principal fonte de referência. “Todos os meus trabalhos, mesmo aqueles abstratos, quem os vê sabe que foi feito por um japonês. Não renego minhas origens”, enfatizou.

Emílio Takita comentou ainda que cada momento de sua vida o leva a produzir um estilo diferenciado.

“Tem época que estou mais otimista. A alegria é refletida em tudo que faço. Em outras situações, em que estou mais pessimista, o sentimento também se reflete em meus trabalhos. Atualmente, talvez esteja em um desses momentos pessimistas. As limitações começam a aparecer e, por isso, comecei a focar em biografias e esculturas”, disse.

O artista plástico lembrou-se ainda de seus primeiros trabalhos. “A minha primeira exposição como artista aconteceu na própria Telesp, quando estava afastado. Mas o que mais me marcou – acho que foi porque me consagrou como pintor – foi quando consegui expor cerca de 70 quadros no Centro Cultural de São Paulo. O processo para expor lá é muito difícil. Além disso, tem outra coisa, quando a gente começa a produzir ninguém quer os nossos trabalhos; depois, a coisa muda de figura”, salientou.

“Minhas colagens remetem às minhas origens. Apesar de focar no abstrato, quem vê meus trabalhos nota a presença marcante da influência oriental. Esse lado está gravado na minha mente”



Se você tem uma história de sucesso para contar, envie para o e-mail: trajetoriasucesso@sistel.com.br
Quem sabe, você não será tema de nossa próxima publicação? Participe!



Documentação em dia,

A prática de manter os dados atualizados na Sistel, evita preocupações futuras

Dialogo e documentação em dia são sinônimos de tranquilidade para a família. Compartilhar informações, principalmente sobre o tipo de plano de previdência, saúde e seguro de vida do titular, tranquiliza a família por minimizar o tempo de descontinuidade do plano de saúde e permitir a concessão mais rápida dos benefícios de pensão por morte, pecúlio e seguro de vida. Alguns assuntos, apesar de incômodos, precisam fazer parte das conversas familiares para que sejam evitadas preocupações futuras, geralmente presentes em momentos delicados. Estar atento quanto à atualização do cadastro junto à Sistel, por exemplo, garante maior tranquilidade aos dependentes econômicos no caso de morte do titular.

Diversos problemas enfrentados pela família com a perda do ente querido podem ser amenizados. Para isso, é importante que o titular compartilhe com sua família as informações relativas ao seu plano de benefícios, plano de assistência médica, pecúlio por morte e seguro de vida.

Na avaliação do diretor de Seguridade da Sistel, Claudio Munhoz, é fundamental que o assistido esclareça sua cônica ou companheira sobre a sua situação junto à Sistel. "Se o participante está inscrito no Plano de Assistência Médica ao Aposentado (PAMA), por exemplo, é preciso saber se faz parte também do Programa de Coberturas Especiais (PCE). Caso a beneficiária ou o beneficiário, ao dar entrada na documentação de pensão por morte, não estiver ciente disso, e optar apenas pelo PAMA, terá a descontinuidade de alguns serviços e, principalmente, a alteração na forma de cobertura e pagamento de sua assistência médica", adverte Munhoz.

Todos devem ler atentamente o regulamento do seu plano, disponível no Portal Sistel [www.sistel.com.br]. O assistido deve procurar se organizar. Se tudo estiver atualizado junto à Sistel, o número de documentos a ser apresentado, no caso de falecimento do titular, será menor e o prazo para concessão do benefício também", afirma o diretor.

tranquilidade para a família

Campanha de Atualização Cadastral

Com a intenção de manter o titular do plano informado sobre a necessidade da regularização de seu cadastro, a Sistel lançou, recentemente, a Campanha de Atualização Cadastral. Pelo Portal Sistel (www.sistel.com.br), é possível atualizar os dados cadastrais do titular, como nome completo,

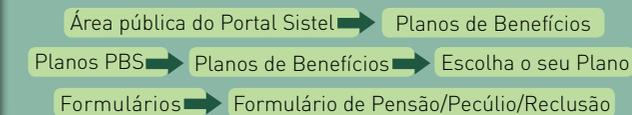
endereço residencial, telefone residencial, celular, além do *e-mail*. Basta acessar a área restrita do Portal Sistel, com matrícula e senha e clicar em "Alterar meus Dados". "É muito importante manter os dados cadastrais atualizados, para que a Fundação possa mantê-lo informado, sobre acontecimentos e novidades", complementa o Diretor de Seguridade da Sistel.

Para conferir os benefícios oferecidos pelo seu plano de previdência, acesse ao regulamento disponível no Portal Sistel.

www.sistel.com.br,
menu Planos de Benefícios.

Para requerer pensão por morte, pecúlio por morte e assistência médica – PAMA e seu PCE (verifique o regulamento do seu plano), o(a) beneficiário(a) deve acessar ao formulário "Solicitação de Benefícios" no caminho exemplificado ao lado. É importante que sejam conferidos no formulário todos os documentos necessários para solicitar esses benefícios:

- PLANOS PBS (PBS-A; PBS-CPqD; PBS-Telebrás; PBS-Sistel; PBS-Telemig Celular; PBS-Tele Norte Celular)



- PLANOS PREV (CPqD PREV; CEL PREV; Telebrás PREV)



São João

o Nordeste é pura tradição

Durante todo o mês de junho, em que são comemorados os dias de Santo Antônio, São João e São Pedro, o povo nordestino vive os momentos mais importantes e esperados do ano. São fogueiras, que iluminam o palco para as tradicionais e famosas danças de quadrilha, comidas típicas, músicas dos festeiros que andam pelas ruas a encantar os moradores, muita alegria e animação. É o São João do Nordeste, a mais importante e tradicional festa da região

Segundo historiadores, a festividade foi trazida para o Brasil pelos portugueses e, pouco a pouco, se incorporou aos costumes dos povos indígenas e negros. A influência brasileira no festejo pode ser percebida na comida. A maioria dos alimentos é feita à base de milho, já que o mês de junho é a época da colheita. São bolos, doces e salgados, mas também é possível encontrar arroz doce, bolo de amendoim, broa de fubá, cocada, pé de moleque, quentão, batata doce, canjica, salsichão e muito mais.

Para a aposentada Jandira Siqueira e Silva, 71 anos, que aos quatro se mudou de São José da Laje (AL) para Caruaru, no Agreste Pernambucano, o São João é o tempo mais querido do nordestino, porque representa fartura. “Mesmo na seca eles plantam aquele milhinho para poder fazer as comidas típicas”. Mas a fartura a que se refere dona Jandira não é vista apenas na comida. A festa movimentou as cidades e, conseqüentemente, a economia. “Milhares de pessoas passam

por Caruaru nesse período. Só para se ter uma ideia, nós estamos no começo do mês e certamente você já não encontra mais vagas nos hotéis da cidade”, afirmou Jandira que há 35 anos deixou Caruaru e, atualmente, reside em Paulista (PE).

Bacamarteiro
Tradição homenageia os soldados nordestinos que lutaram na Guerra do Paraguai.

Foto: Arquivo pessoal

Saudosista, Jandira, que atualmente mora na região metropolitana de Recife, se emociona ao lembrar-se de quando era criança e ajudava a enfeitar as ruas com bandeirinhas coloridas para esperar o começo das festas. “A cidade toda se preparava. À noite, tinha uma mesa enorme, com pratos de comidas típicas feitos pelos moradores. A gente brincava de quadrilha até amanhecer”. Segundo ela, nessa época, o festejo era menor e mais familiar

Mas o crescimento da festa não a assusta. Pelo contrário, ela também se orgulha em contar que a cidade de Caruaru ficou conhecida por apresentar, durante as comemorações juninas, os ‘maiores do mundo’. “Com a repercussão dos festejos juninos, muitas atrações foram aparecendo e ganhando prêmios como o maior cuscuz, a maior pamonha, a maior pipoca, o bolo de milho gigante. Tudo é feito com fartura. São mais de 400 atrações em toda a cidade durante este mês. Toda noite tem festa. É muita alegria”.

A quadrilha é outra atração de destaque. De origem francesa, a dança que fazia parte das celebrações dos casamentos da aristocracia europeia também sofreu modificações quando chegou ao Brasil. Segundo Jandira, todas as cidades nordestinas fazem apresentações da tradicional dança durante todo o mês. “Em Recife, por exemplo, nós temos um festival de quadrilhas, que é a coisa mais linda do mundo. É como se fosse uma escola de samba. Eles se preparam o ano todo”.

Há quem diga que a brincadeira é levada a sério. Ninguém admite, mas as cidades de Caruaru (PE) e Campina Grande (PB) travam uma verdadeira rixa pelo título de melhor São João do mundo. A apo-

sentada Jandira Silva reconhece a disputa, sobre quem realmente leva a melhor, entretanto, ela prefere apenas ver de longe e não arrisca nenhum palpite. “Cada um quer ser melhor que o outro. O caruaruense, por exemplo, é bairrista e não aceita perder. É uma briga boa. Esse embate já virou tradição”, afirmou.

Outro personagem comum nas festas juninas do Nordeste é o bacamarteiro. Fazendo muito barulho, sempre acompanhado por tocadores de instrumentos e de sua bacamarte – arma de fogo –, esses atiradores andam em grupos, levando muita alegria pelos lugares por onde passam e disparando tiros a cada parada. Essa tradicional apresentação é uma homenagem dos festeiros aos soldados nordestinos que lutaram na Guerra do Paraguai. “Em Caruaru, eu morava na mesma rua que o capitão dos bacamarteiros. Na véspera do dia de Santo Antônio, eles saíam pelas ruas da cidade, tocavam, dançavam e atiravam. Depois, subiam para o monte Bom Jesus e passavam uma parte da manhã lá em cima atirando também. Quando desciam, repetiam o ritual que terminava na casa de um senhor que preparava uma enorme mesa de café para todos. Era uma coisa muito linda”, relembra dona Jandira. ■



Jandira Siqueira:
“O São João é o mais querido do nordestino, porque representa a fartura”.



Maior Cuscuz do Mundo:
Festa de Caruaru é conhecida pelos “maiores do mundo”. A maior pamonha do mundo, o maior cuscuz e o bolo de milho gigante são marcas da festa.



Mingau:
Pratos típicos da região como o mingau e a canjica representam a fartura da festa do São João nordestino.



Luiz Gonzada:
Estátua do pernambucano enfeita a entrada do Centro Luiz Gonzada de Tradições Nordestinas, em São Cristóvão.

Você pode ajudar a reduzir o aquecimento global

Saiba como fazer a sua parte para evitar o aumento da temperatura no planeta, começando por uma simples troca de lâmpada

As catástrofes naturais têm se mostrado cada vez mais constantes e desastrosas. Tem sido comum presenciarmos grandes avalanches, terremotos e enchentes. Por todo o mundo, esses fenômenos têm feito inúmeras vítimas. Muitos questionam sobre o que está acontecendo com o planeta. O chamado aquecimento global é assunto de destaque nos noticiários de TVs, rádios e jornais.

Pesquisadores do clima mundial afirmam que esse aumento de temperatura decorre da emissão em grande proporção de gases poluentes, principalmente derivados da queima de combustíveis fósseis (gasolina, diesel, etc.) na atmosfera. Os gases formam uma camada de difícil dispersão, causando o famoso efeito estufa. Esse fenômeno ocorre porque os gases absorvem grande parte da radiação infravermelha emitida pela Terra, dificultando a dispersão do calor.

O resultado é o aumento da temperatura média dos oceanos e do ar perto da superfície terrestre. Entre as consequências está o derretimento das geleiras e a elevação do nível do mar. Isso sem falar nos impactos que a população não consegue perceber facilmente, como a morte dos corais devido ao aquecimento das águas.

O Painel Intergovernamental sobre Mudanças Climáticas (IPCC), estabelecido pela ONU e pela Organização Meteorológica Mundial em 1988, aponta que grande parte do aquecimento observado durante os últimos 50 anos aconteceu em decorrência da ação humana.



Desligue os aparelhos eletrônicos

Simplesmente, desligar sua televisão, DVD player, som e computador, quando não estão sendo utilizados, reduzirá a emissão de toneladas de dióxido de carbono por ano.

Use menos água quente

Aquecer a água demanda muita energia. Instale um chuveiro de baixa pressão e você deixará de emitir 180 quilos de dióxido de carbono por ano.

Plante uma árvore

Uma única árvore absorverá 1 tonelada de dióxido de carbono durante sua vida.

Confira os pneus

Manter seus pneus calibrados corretamente pode diminuir em mais de 3% o consumo de gasolina/álcool. Cada litro de combustível economizado reduz 2,5 quilos de emissão de dióxido de carbono na atmosfera.

Que tal ajudar a reduzir a temperatura do planeta?

Coma menos carne

A produção de uma caloria de proteína animal queima dez vezes mais combustíveis fósseis e emite dez vezes mais gás carbônico que a produção de uma caloria de proteína vegetal. O Brasil ocupa o quarto lugar com maior responsabilidade pelo efeito estufa por conta das queimadas das pastagens.

Dirija menos

Ande, vá de bicicleta, faça revezamento de carros e use o sistema de transportes coletivo com mais frequência. Você deixará de emitir 1 quilo de dióxido de carbono por 3,5 km que deixar de dirigir.

Troque uma lâmpada

Substituir uma lâmpada comum por uma lâmpada fluorescente evitará a emissão de 80 quilos de dióxido de carbono por ano.

Recicle

Você pode reduzir 600 quilos na emissão de dióxido de carbono por ano, se reciclar o lixo produzido em sua casa.

Fonte: Overmundo – site colaborativo voltado para a cultura brasileira e a cultura produzida por brasileiros em todo o mundo.

Pesquisa

Aqui, no Brasil, uma pesquisa realizada pelo Instituto Datafolha, em abril deste ano, revelou que nove em cada dez pessoas têm consciência do fenômeno do aquecimento global. Segundo o mesmo estudo, o número de brasileiros que se consideram bem informados sobre o tema saltou de 20%, em 2009, para 34% em 2010. Na opinião de especialistas, esse conhecimento pode significar um passo importante para uma mudança de atitude em relação ao tema.

Outra pesquisa realizada em 2007 pela empresa brasileira Market Analysis, em 18 países, revelou que os brasileiros estão entre os mais preocupados do mundo com relação às mudanças climáticas. No entanto, 46% achavam que um indivíduo pode fazer muito pouco diante de um problema tão grave. Mas, se cada um de nós assumir o compromisso de fazer a sua parte, por que não vislumbrar um futuro livre do fantasma do aquecimento global? Na ilustração ao lado, existem algumas sugestões para você dar a sua contribuição.

Seja consciente, faça sua parte!

Desde 2007, a Sistel promove ações de Responsabilidade Socioambiental e adere aos Princípios para Investimento Responsável (PRI, sigla em inglês). Com isso, o objetivo é fornecer diretrizes para incorporar variáveis socioambientais e de governança às decisões de investimento. A ideia da Sistel é reduzir os impactos negativos ao meio ambiente. Neste sentido, a Fundação disponibilizou, na área restrita do Portal, a campanha de Responsabilidade Socioambiental, com o objetivo de incentivar os participantes e assistidos a colaborar pelo desenvolvimento sustentável do planeta, ao optar por não receber determinados materiais impressos em sua residência.

No intuito de evitar o desperdício de papel, a campanha disponibilizou, para assistidos e participantes, a opção de acessar eletronicamente: o Demonstrativo de Imposto de Renda – IR (2009) e o Contracheque (Demonstrativo de Pagamento de Benefício). Desde o início da campanha até o mês de maio, 129 pessoas optaram por acessar eletronicamente o Contracheque e 122 pessoas optaram pelo acesso eletrônico do Demonstrativo de Imposto de Renda – IR/ (2009). Pratique essa ideia você também! Se cada um fizer a sua parte, colaboramos para uma sociedade mais justa e ambientalmente equilibrada. ■

Dicas culturais da Sistel

LEITURA

Foto: divulgação



20 lições essenciais para a aposentadoria

Nada mais antigo do que relacionar aposentadoria com 'vestir o pijama'. No livro das autoras Mara Luquet e Andrea Assef, a conquista do aumento da expectativa de vida pela humanidade impõe uma série de desafios e o maior deles é conseguir manter-se independente por um tempo muito maior do que se pensava a princípio. Mas, para que esta história tenha um final feliz, é fundamental ter planejamento.

Preço médio: R\$ 15



Foto: divulgação

CINEMA

Quincas Berro D'água

Estreia, nos cinemas, o filme "Quincas Berro D'água", baseado no romance "A morte e a morte de Quincas Berro D'água", de Jorge Amado. Rei dos botecos, bordéis e gafieiras da Bahia, o ex-funcionário público Quincas é encontrado morto em sua cama. Inconformados com a sua morte, seus melhores amigos roubam o corpo e o levam para uma última noite, regada à festa e muita bebida. Em meio a mil confusões, ele vive a sua segunda e definitiva morte, desta vez como sempre sonhou.

INTERNET

BIBLIOTECA NACIONAL

Viajar pela história sem sair de casa. Conhecer obras de mestres como o pintor e desenhista francês Debret, e até mesmo ouvir Villa Lobos. Tudo isso pode ser feito em qualquer lugar, 24 horas por dia, por meio do *site* da Fundação Biblioteca Nacional, onde o público tem à sua disposição um precioso acervo em forma digital. Entre os



destaques está a Bíblia de Mogúncia, uma das obras impressas mais antigas do mundo. O acesso ao conteúdo digital faz parte do Programa Biblioteca Nacional sem Fronteiras, que visa democratizar o acesso aos acervos da instituição. É composta por coleções digitais temáticas, refletindo o conteúdo de todas as áreas da biblioteca. Para ter acesso à coleção de obras digitalizadas, basta acessar o *site* www.bn.br, e, em seguida, clicar no link: "Biblioteca Digital".

INTERAÇÃO



Caro (a) leitor (a),

Este espaço é destinado à sua participação. Fique à vontade para sugerir temas a serem abordados nas próximas edições ou para comentar as matérias publicadas. Ajude-nos a produzir uma revista mais próxima de seus interesses e expectativas. As sugestões podem ser enviadas para o *e-mail* revistasistel@sistel.com.br.

Manter contato é uma forma de dizer que nos importamos com nossos participantes e assistidos.



A Sistel está sempre em contato com seus participantes e assistidos. Por meio de nosso Portal na internet, da Central de Relacionamento, do Fale Conosco e do Programa Sistel Presente, que percorre todo o Brasil, a Sistel quer permanecer ao seu lado. Onde você estiver, conte com a gente. Nosso relacionamento é motivo de orgulho e um grande compromisso.

SISTEL. SEMPRE AO SEU LADO.

Fale com a Sistel

Portal Sistel: www.sistel.com.br

Fale Conosco (disponível na área restrita do Portal Sistel)

Central de Relacionamento (segunda a sexta, das 7h às 19h): 0800 887 7005



NÓS DA ICATU SEGUROS TEMOS ORGULHO DE CUIDAR DE VOCÊ.

O Seguro de Vida dos assistidos e participantes da Fundação Sistel é garantido há 10 anos pela Icatu Seguros, uma empresa cada vez mais reconhecida pelo seu desempenho, ética e inovação. Estamos felizes por você fazer parte desta história.

Icatu
SEGUROS

ESPECIALISTA NO QUE TEM VALOR PRA VOCÊ.
icatusseguros.com.br

SEGUROS DE VIDA | PREVIDÊNCIA | CAPITALIZAÇÃO | ADM. DE BENEFÍCIOS | ADM. DE RECURSOS
4002 0040 capitais e regiões met. e 0800 285 3000 demais localidades