

# REVISTA

# Sistel

REVISTA DA FUNDAÇÃO SISTEL DE SEGURIDADE SOCIAL  
ANO III • Nº 06 • SETEMBRO/OUTUBRO 2011



## Seu futuro bem planejado

EducaPREV Sistel, conheça o programa de educação previdenciária, financeira e assistencial

### Saúde

Alto nível de satisfação dos assistidos

### Visão de Futuro

O que é preciso observar para se contratar um empréstimo

### Cultura

Dicas de entretenimento para a terceira idade

# 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

Nada mais propício do que aproveitar o momento de crescimento econômico brasileiro para disseminar a cultura da educação previdenciária e financeira. É exatamente com este tema que abrimos a sexta edição da Revista Sistel. A matéria de capa destaca o Programa de Educação Previdenciária, Financeira e Assistencial – EducaPREV Sistel e as diversas ações que ele tem desenvolvido para conscientizar participantes, assistidos e colaboradores sobre a importância de se planejar a fim de ter um futuro mais seguro. Dentro deste contexto, você também vai conferir as atividades realizadas na I Semana de Educação Previdenciária, Financeira, Assistencial e de Qualidade de Vida, promovida pela Fundação.

Também como parte do EducaPREV, mostraremos os detalhes do Sistel Presente Expresso, que em 2011, juntamente com o Sistel Presente, vai levar informações e atendimento personalizado para os assistidos de 23 capitais brasileiras.

Outra novidade é que, pela primeira vez, a Sistel está realizando campanha de recadastramento para os participantes e seus beneficiários de todos os planos de previdência. O objetivo é manter os dados atualizados para assegurar o equilíbrio financeiro dos planos e possibilitar uma comunicação mais efetiva, inclusive via *e-mail* e mensagens por celular.

Já para quem está pensando em tomar crédito emprestado para sair do aperto financeiro, a dica é ler as orientações de um especialista no assunto e ficar por dentro das vantagens do Empréstimo Sistel.

A matéria sobre saúde comprova que, além de estar atenta ao equilíbrio financeiro dos planos, a Sistel também é uma aliada quando a proposta é melhorar a qualidade de vida dos usuários do PAMA e PAMA PCE. Uma pesquisa realizada com os assistidos que participam dos programas de saúde da Fundação revela que 95% atestam a eficácia das ações.

Com a matéria “Consumo consciente de água”, a editoria Responsabilidade Social incentiva o uso racional deste bem tão valioso. Em Trajetória de Sucesso, contamos a história do aposentado e escritor Artur Barreto, que soube se reinventar diante dos vários desafios da vida. O Conexão Brasil traz a história da maior metrópole da América Latina, São Paulo, e do aposentado Mário Jorge Veiros – importante incentivador de ações em favor de pessoas que necessitam de transplante de medula óssea. Veja também as dicas que separamos especialmente para você na editoria Cultura.

Aproveite o que preparamos e se quiser sugerir temas para as próximas publicações, é só enviar um *e-mail* para [revistasistel@sistel.com.br](mailto:revistasistel@sistel.com.br)

Boa leitura!

**Wilson Carlos Duarte Delfino**  
Diretor Presidente da Sistel



Revista da Fundação  
Sistel de Seguridade Social  
Ano III • nº 6 • setembro/  
outubro 2011

Publicação desenvolvida pela  
**Gerência de Seguridade e  
Relacionamento com o Participante**

**EDITORA RESPONSÁVEL:**  
Cynthia Ferreira França

**EXECUTIVA DE PRODUÇÃO:**  
Tatiana de Araújo Reis  
[revistasistel@sistel.com.br](mailto:revistasistel@sistel.com.br)

**DIRETOR PRESIDENTE:**  
Wilson Carlos Duarte Delfino

**DIRETOR DE SEGURIDADE:**  
Claudio Salgueiro Garcia 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, ANÚNCIOS  
SISTEL, DIAGRAMAÇÃO  
E ARTE-FINAL:**  
i-Comunicação Integrada

**FOTOGRAFIA:**  
Arquivo Sistel, Thinkstockphotos,  
arquivo pessoal de Mário Jorge

**ILUSTRAÇÃO:**  
Diego Pizzini

**TIRAGEM:**  
30.000 exemplares

**IMPRESSÃO:**  
Fórmula Gráfica e Editora S.A.

**DISTRIBUIÇÃO:**  
Gratuita

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



# A SISTEL OUVIU VOCÊ, E COM A SUA AJUDA ESTÁ APRIMORANDO O **PACOTE DE EXAMES PREVENTIVOS**

A Sistel está aprimorando a operacionalização do PACOTE DE EXAMES PREVENTIVOS, em decorrência de sugestões e reclamações recebidas pelos usuários do PAMA e seu PCE. Por meio da participação e colaboração do público, foi possível identificar os problemas e melhorar ainda mais a qualidade dos serviços prestados. Dessa forma, o Pacote de Exames Preventivos trará maiores esclarecimentos e mais facilidade na realização dos exames. No início de novembro, a Sistel encaminhará novas orientações sobre a realização do PACOTE DE EXAMES PREVENTIVOS. Aguarde!

**PACOTE DE EXAMES PREVENTIVOS:  
SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA PARA VOCÊ!**



Fale conosco: [www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br)  
Central de Relacionamento: 0800 887 7005



## 06 RESPONSABILIDADE SOCIAL

Medidas simples que ajudam a racionalizar o uso da água



## 15 SISTEL SAÚDE

Alto nível de satisfação dos assistidos da Fundação atesta a qualidade dos Programas de Saúde da Sistel

## 10 SISTEL E VOCÊ

Sistel lança programa que aborda a importância de desenvolver ações voltadas à educação previdenciária, financeira e assistencial

## 08 VISÃO DE FUTURO

Informações importantes na hora de contratar um empréstimo

## 19 SEGURIDADE SISTEL

Campanha de recadastramento assegura o equilíbrio dos planos e possibilita uma comunicação mais efetiva com participantes e beneficiários

## 22 CONEXÃO BRASIL

São Paulo, a maior metrópole da América Latina, é palco do trabalho solidário do aposentado Mário Jorge Veiros

## 24 TRAJETÓRIA DE SUCESSO

Aposte em seus sonhos. O aposentado Artur Barreto mostra que encontrar a felicidade é uma questão de perseverança

## 26 CULTURA

Congresso, concurso, literatura e cinema em nossas dicas culturais



# Consumo Consciente da Água

“A água faz parte do patrimônio do planeta. Cada continente, cada povo, cada nação, cada região, cada cidade, cada cidadão é plenamente responsável aos olhos de todos”

(Art. 1º da Declaração Universal dos Direitos da Água, Unesco, 1992)

**A** água é essencial para todos os seres vivos do planeta. Porém ela não é um recurso ilimitado e está cada vez mais escassa para atender às necessidades dos grandes centros urbanos. Isso se deve ao crescimento populacional e ao aumento do uso de equipamentos como lavadoras, lava-louças, jatos d'água etc.

Por outro lado, por mais que essa realidade seja mostrada nos jornais e televisão, nem todo mundo se conscientiza da gravidade do problema. Muitos desrespeitam a natureza, poluindo rios e nascentes, permitindo o desmatamento de florestas nativas de forma descontrolada e, principalmente, utilizando indevidamente nossos recursos hídricos.

O problema da falta de água é um quadro de preocupação mundial. Muitas empresas, governamentais ou privadas, vêm adotando políticas de incentivo ao uso racional da água. Exemplo disso é a Sabesp – Companhia de Saneamento Básico de São Paulo ([www.sabesp.com.br](http://www.sabesp.com.br)) –, que criou o Programa de Uso Racional da Água (PURA) com a finalidade de combater o desperdício. O Programa é bastante didático e completo, focando vários aspectos do problema, dando dicas e recomendando o uso de dispositivos economizadores de água, como torneiras com fechamento automático, reguladores de vazão de descargas e outros, que

estão sendo adotados por empresas, hospitais, restaurantes e até mesmo residências, resultando em importante redução no consumo de água.

É importante saber que racionalizar o uso da água não significa ficar sem ela, e sim evitar seu desperdício, considerando-a uma prioridade social e ambiental, para que a água tratada e saudável nunca falte em nossas torneiras. Algumas medidas simples podem colaborar para que as futuras gerações não sofram, de forma irreversível, a falta da água. Estudos mostram que hábitos de higiene pessoal chegam a atingir 65% a 75% do total de água utilizada nas residências, o que exige uma postura mais consciente dos usuários. Diminuir o tempo do banho, fechar a torneira ao escovar dentes ou ao fazer a barba, preferir caixas de descarga nos vasos sanitários em vez de válvulas são medidas eficazes e simples, que nem todo mundo adota por distração ou descaso. Mas esses pequenos gestos resultam em uma economia significativa de água, que se reflete no seu bolso. E se realizados com consciência pela maioria da população, tornarão possível que as próximas gerações não venham a sofrer a falta desse bem tão necessário para a vida e o bem-estar de todos.

**Estudos mostram que hábitos de higiene pessoal chegam a atingir 65% a 75% do total de água utilizada nas residências, o que exige uma postura mais consciente dos usuários. Diminuir o tempo do banho, fechar a torneira ao escovar dentes ou ao fazer a barba, preferir caixas de descarga nos vasos sanitários em vez de válvulas são medidas eficazes**

## **LEMBRE-SE**

**Algumas medidas simples em prol do consumo consciente de água podem gerar grandes resultados. Que tal começar seguindo as dicas abaixo?**

- Evitar vazamentos;
- Regar as plantas pela manhã ou no final da tarde;
- Lavar o carro sem usar mangueira e sim um balde;
- Não lavar calçadas com água corrente, apenas varrer e, caso necessário, reaproveitar a água da lavanderia;
- Usar a máquina de lavar com a carga máxima e evitar o excesso de sabão que aumenta com o número de enxágues;
- Jamais usar água para varrer a calçada;
- Ter cuidado com os vazamentos nos vasos sanitários, eles representam 100 litros de água por dia;
- Deixar os talheres e pratos de molho dentro da pia antes de lavá-los e fechar a torneira enquanto os ensaboa.

\*Fonte: Universidade Estadual Paulista (Unesp)

**Marco Antônio de Mello**  
Coordenador Financeiro da Sistel

# Assistidos e participantes podem contar com as vantagens do Empréstimo Sistel

Qual o valor do seu sonho? Há quem deseje comprar um eletrodoméstico, um carro, uma casa, fazer uma viagem ou simplesmente quitar dívidas. Independentemente do tamanho do sonho, quem precisa provavelmente já recorreu a empréstimos facilitados. O que é preciso observar antes de contratar um empréstimo? Como saber se de fato você está fazendo a escolha certa? De acordo com o coordenador financeiro da Sistel, Marco Antônio de Mello, o mais importante é avaliar a real necessidade de fazer o empréstimo. É questão de consumo consciente. É difícil resistir aos apelos das propagandas e do consumismo que estimulam o impulso da compra e a satisfação imediata. Superada essa fase e constatada a verdadeira necessidade do empréstimo, avalie também as condições oferecidas no contrato, o valor da taxa de juros que você vai pagar por mês e, principalmente, verifique se o tamanho da prestação cabe no seu orçamento, sem gerar endividamentos futuros. Acompanhe outras dicas dadas por ele.

**REVISTA SISTEL** ▶ **Quais são as vantagens do Empréstimo Sistel?**

**MARCO ANTÔNIO** ▶ Já tem cadastro pré-aprovado, não precisa de avalista, não há consulta ao Serviço de Proteção ao Crédito e as taxas de juros são inferiores às do mercado. A taxa de juros do Empréstimo Sistel fica em torno de 1,06% ao mês, enquanto que a cobrada pelo mercado pode chegar a até 5%.

**RS** ▶ **Qual é o valor que assistidos e participantes podem pegar emprestado?**

**MARCO** ▶ Isso depende da margem consignável de cada um, limitada ao valor máximo de concessão de R\$ 100.000,00 (cem mil reais). A margem consignável define o valor máximo da prestação que poderá ser descontada na sua folha de pagamento ou de benefício. Para os assistidos a margem consignável é de 50% do seu Benefício Sistel menos os descontos existentes.

Para os participantes ativos e autopatrocinados, o limite de empréstimo é também apurado com base na margem consignável, no valor da sua reserva de poupança líquida, limitado ao valor máximo de R\$ 100.000,00 (cem mil reais), o que for menor.

Lembrando que a apuração da margem consignável para o participante autopatrocinado é de 30% do seu salário de participação.

Para o participante ativo, a margem consignável é apurada da seguinte forma: salário nominal menos os descontos obrigatórios (INSS, IRRF, Pensão Alimentícia, Contribuição para o Plano e Contribuição Sindical). Deste resultado calcula 40% e deduz os descontos facultativos (demais descontos).

## Fique atento

O percentual do seu benefício ou salário comprometido com o pagamento mensal do empréstimo é fixo até a quitação total do débito. Assim, quando você tiver um aumento do benefício ou salário, o mesmo percentual vai ser descontado do novo valor que receberá por mês. Desta forma, o valor da prestação sofrerá um aumento na mesma proporção do seu benefício ou salário, com isto, o empréstimo pode ser pago em um período inferior ao contratado.

**RS ▶ Se eu já tenho um empréstimo, posso solicitar outro?**

**MARCO ▶** Sim, você pode, depois de pagar no mínimo quatro prestações do empréstimo já concedido. Neste caso, o valor do saldo devedor do empréstimo será incorporado ao novo crédito que está sendo solicitado. Lembrando que este novo empréstimo será calculado com as taxas anteriormente informadas.

**RS ▶ O que preciso fazer para obter esse crédito com a Fundação?**

**MARCO ▶** Acompanhe o passo a passo:

**1º Passo:** Você deverá acessar o Portal Sistel no endereço [www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br). Em seguida, informe sua matrícula e senha para acesso à área restrita. Clique no menu Empréstimo. Logo depois, selecione Contrato de Abertura de Crédito.

**2º Passo:** O formulário será apresentado na tela com os seus dados pessoais. Avance para a próxima página para fazer o download do formulário.

**3º Passo:** Agora, clique na mensagem Clique Aqui para imprimir o documento. Após a impressão, leia o

documento com atenção, data e assine na primeira via no campo Autorização de Desconto Mensal e na última via, após as cláusulas, no campo Assinatura do Participante. Depois de assinar, envie pelos Correios para a Sistel no endereço: SEPS/EQ 702/902 – Conjunto B – Bloco A – CEP: 70.390-025 – Brasília, DF.

**4º Passo:** Voltando à página inicial da área restrita do Portal Sistel, você vai escolher a opção Empréstimo e, desta vez, clicar em Simulação/Concessão.

**5º Passo:** Você terá a oportunidade de simular as condições do seu empréstimo. Em Tipo de Empréstimo, mantenha a opção Simples INPC, escolha logo abaixo a data do crédito, ou seja, o dia em que o dinheiro será creditado em sua conta. Em seguida, clique em Simular Empréstimo.

**6º Passo:** Nesta outra tela, você terá todas as informações da simulação do seu empréstimo, do seu limite máximo permitido, que será apresentado na linha abaixo dos campos: Valor Líquido, Valor de Taxa (Seguro), Valor do Imposto (IOF), Qtd Prestações e Valor Máximo.

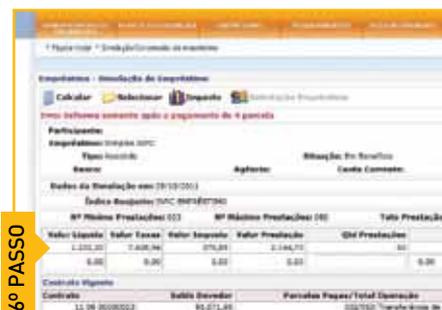
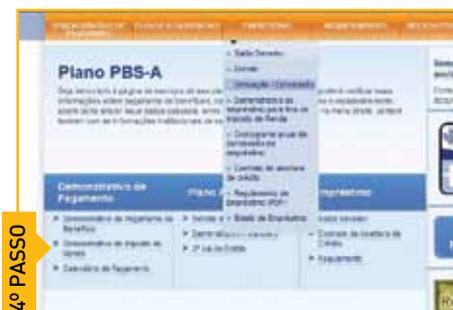
Caso tenha interesse em fazer outra simulação com a quantidade de prestações e valor inferior ao apresentado, na linha abaixo deverá incluir o prazo e/ou valor desejado, sempre inferior ao valor demonstrado na linha acima. Em seguida, clique em Calcular para verificar os novos valores.

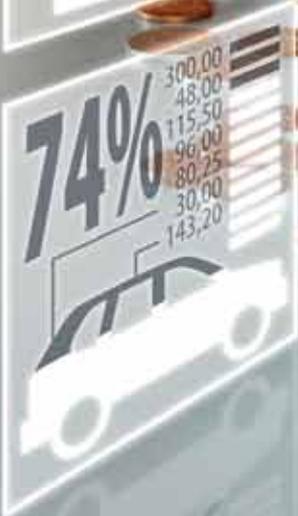
### Observação importante

Quando o contrato que você enviou pelos Correios chegar à Sistel, ela liberará em até 24 horas a opção Solicitação de Empréstimo. Depois de escolher a melhor opção do empréstimo por meio das simulações, clique em Solicitação de Empréstimo para continuar o processo. O dinheiro estará na conta na data que você definiu no contrato. Se houver qualquer problema com a documentação enviada à Sistel, como impressão errada, falta de assinatura em uma das páginas etc., a Central de Relacionamento entrará em contato para informar o que houve de errado com o contrato para que você providencie o envio de outro com as devidas correções.

## Passo a Passo

ABAIXO, SEGUEM AS ETAPAS QUE VOCÊ DEVE PERCORRER NO PORTAL SISTEL PARA OBTER O CRÉDITO FACILITADO. CADA PASSO CORRESPONDE A UMA NOVA TELA QUE SERÁ VISUALIZADA EM SEU COMPUTADOR:







# Planeje o seu futuro

Sistel lança programa EducaPREV e promove evento para disseminar a cultura da educação previdenciária, financeira e assistencial entre assistidos e colaboradores

**N**esse último ano, você fez algum investimento, economizou recursos ou adquiriu um plano de previdência complementar? Se a sua resposta foi sim, está no caminho certo para ter um futuro mais tranquilo, sem sobresaltos. Agora, se você não se preocupa em poupar e acredita que o que ganha é a referência para o que pode ser gasto no mês, corre sério risco de ficar desamparado daqui a alguns anos.

De acordo com a maioria dos especialistas em finanças, as pessoas precisam entender que, mais do que acreditar no futuro, o importante é planejá-lo. A premissa "a educação financeira e previdenciária começa cedo e se mantém ao longo da vida" deve ser observada permanentemente.

Tanto que instituições públicas e privadas estão, cada vez mais, se conscientizando da importância de desenvolver ações voltadas para a educação financeira e previdenciária, tendência mundial. Atualmente, existem pelo menos 60 países com programas concretos que levam orientações para crianças, jovens e adultos. É quase consenso o fato de que o problema do desequilíbrio financeiro das famílias se inicia com a falta de informação e conhecimento e a consequente ausência de um planejamento adequado.

Pensando nessa lacuna, a Sistel incentiva, há alguns anos, os seus colaboradores, participantes e assistidos a aprenderem sobre educação previdenciária e financeira, seja por meio do Sistel Presente ou por outras ações. Desde 2009, a Fundação deu um passo à frente ao criar o seu Programa de Educação Previdenciária, Financeira e Assistencial – EducaPREV Sistel.

"É fundamental despertar sobre a importância de olhar para o futuro. E hoje em dia é mais do que necessário que todos desenvolvam uma conduta preventiva relacionada com previdência,

finanças e assistência à saúde. O nosso programa quer isso: elevar o padrão da qualidade de vida dos nossos participantes, assistidos e colaboradores", ponderou o diretor presidente da Sistel, Wilson Delfino, durante a I Semana de Educação Previdenciária, Financeira, Assistencial e de Qualidade de Vida, realizada pela Entidade no início de agosto.

Lançado oficialmente em março deste ano, o EducaPREV definiu as diretrizes a serem seguidas pela Fundação. Tudo de acordo com a Instrução Normativa nº 32, de 4/9/2009, que estabelece regras para as Entidades Fechadas de Previdência Complementar criarem seus próprios programas de educação previdenciária e financeira.

Por se tratar de um programa complexo, a Sistel formou um grupo de trabalho com a participação de representantes de diferentes áreas. A proposta do plano de ação foi encaminhada para a Diretoria Executiva da Entidade, que aprovou o projeto e seu encaminhamento à Superintendência Nacional de Previdência Complementar – Previc, para que pudesse avaliá-lo. O aval da Previc foi confirmado em março deste ano e várias ações têm sido desenvolvidas desde então pela Sistel.

"É importante que todos os nossos colaboradores consigam compreender o programa para que sejam disseminadores do conhecimento, não só para nossos assistidos e participantes, mas também para suas próprias famílias. O objetivo é formar cidadãos conscientes", explicou Tatiana Araújo. Ainda segundo a analista de seguridade, o objetivo do EducaPREV é envolver todos os colaboradores da entidade. "Desta forma, todos ajudaram a escolher o nome do Programa de Educação Previdenciária e Financeira por meio de uma enquete disponibilizada na intranet", finalizou.

## Semana do EducaPREV Sistel

Entre os dias 1º e 5 de agosto, a Sistel promoveu, no auditório do Edifício General Alencastro, em Brasília, a I Semana de Educação Previdenciária, Financeira, Assistencial e de Qualidade de Vida.

Durante os cinco dias, colaboradores e convidados foram agraciados com uma programação de qualidade, participando de palestras sobre finanças pessoais, educação previdenciária e previdência complementar.

“Procuramos mais uma vez oportunizar um momento de reflexão para despertar em nossos colaboradores a consciência de ter uma atitude preventiva para a qualidade de vida futura”, disse o diretor presidente Wilson Delfino durante a abertura do evento.

Logo no primeiro dia, o diretor de Assuntos Atuariais, Contábeis e Econômicos da Previc, Edevaldo Fernandes, falou sobre a visão do órgão a respeito dos projetos de educação financeira e previdenciária. Para ele, é necessário que as ações nessas áreas sejam integradas. “Não adianta ter uma boa educação previdenciária ou financeira se as pessoas não tiverem qualidade de vida”, afirmou.

Em uma outra palestra, foi a vez da coordenadora de Educação Previdenciária do Ministério da Previdência Social, Renata Melo, explicar a importância de informar e conscientizar a sociedade sobre seus direitos e deveres. “Quando as pessoas conhecem os seus direitos, vislumbram que podem crescer e sempre olham para o futuro.”

“

**Procuramos mais uma vez oportunizar um momento de reflexão para despertar em nossos colaboradores a consciência de ter uma atitude preventiva para qualidade de vida futura**”

Já no terceiro dia, o diretor-geral da Rodarte Nogueira Consultoria, João Roberto Rodarte, proferiu a palestra Previdência Privada, um Olhar para o Futuro. Ele abordou os pilares do sistema previdenciário brasileiro, suas tendências, perspectivas e desafios. “É essencial



desenvolver a consciência previdenciária nos jovens talentos, suscitando a ideia de que é de suma importância o investimento no futuro”, advertiu.

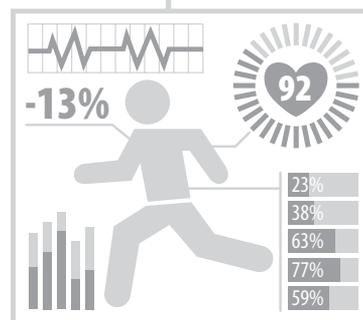
No penúltimo dia, os colaboradores participaram de um bate-papo com o sócio-fundador da Mais Ativos, Álvaro Modernell. O especialista deu dicas valiosas sobre educação financeira, abordando temas como poupança, previdência, investimentos, combate ao endividamento, e ressaltou: “De nada adianta ganhar dinheiro e não ser feliz. É preciso viver melhor.”

A palestra de encerramento da Semana foi realizada pela gerontóloga Cláudia Veloso, com o tema Eu, Olhando para o Futuro. Na ocasião, ela destacou o envelhecimento como um processo natural e dinâmico que não pode ser confundido com doença. Segundo a médica, é necessário que cada pessoa seja sujeito da própria história, responsável por sua qualidade de vida, praticando exercícios físicos e prevenindo as doenças crônicas desde a infância. “Saúde é como uma poupança que no futuro vai depender de tudo que você fez com ela ao longo da vida”, encerrou.

Todos os palestrantes convidados para o evento destacaram a importância de planejar o futuro. E você, o que está esperando? Mãos à obra!



Arquivo Sistel



“  
**De nada adianta ganhar dinheiro e não ser feliz. É preciso viver melhor**  
”

### Sistel Presente Expresso: Democratizando a Informação

Desde o início deste ano, os participantes e assistidos da Sistel têm mais um serviço à disposição, o Sistel Presente Expresso, que faz parte do EducaPREV. Desenvolvido com a mesma metodologia do Sistel Presente, em pouco tempo, a versão expressa do evento tem conquistado assistidos de todo o Brasil, pois permite que o atendimento personalizado seja realizado pelos colaboradores da entidade de forma dinâmica e objetiva. A previsão é que até dezembro deste ano o programa passe por 23 capitais do País.

No Sistel Presente, o participante e o assistido resolvem problemas e recebem informações sobre como organizar suas finanças, cuidar da sua saúde ou como “entrar” no mundo digital ao fazer um endereço de *e-mail*, por exemplo. Também tiram dúvidas no atendimento pessoal e ainda participam de atendimento com nutricionista e assistente social, podendo realizar exames básicos de saúde (aferação de pressão, medição da glicemia e da circunferência abdominal).

A diferença mais marcante entre o Sistel Presente e a sua versão expressa é que não existem palestras, nem reuniões de aprendizado, permitindo, assim, a visita da Fundação em cidades menores. “Os assistidos podem tirar dúvidas específicas. O atendimento, em média, dura 20 minutos. O importante é atender o cliente Sistel com qualidade”, afirma a técnica de seguridade da Sistel Natália Cristina.



**Acima: Álvaro Modernell, sócio-fundador da Mais Ativos, trazendo dicas sobre educação financeira.**

**Ao lado: Wilson Delfino, diretor presidente da Fundação Sistel, durante o lançamento do EducaPREV.**

Arquivo Sistel

## COMO AGENDAR O ATENDIMENTO NO SISTEL PRESENTE EXPRESSO?

- 1 Acesse o Portal Sistel ([www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br)) e entre na área restrita com matrícula e senha:



- 2 A tela inicial da área restrita mostrará o evento Sistel Presente Expresso com informação sobre data e local do evento. Clicando no botão "Clique Aqui" aparecerá a tela de agendamento:



- 3 Na tela de agendamento, aparecerão as opções de eventos que o programa oferece e os horários disponíveis. Após a escolha de seu horário de participação, aparecerá uma tela para confirmação de dados:



- 4 Os participantes que tiverem o seu correio eletrônico e celular cadastrados receberão e-mail e sms notificando suas ações na agenda.

Em caso de agenda completa, o participante pode se cadastrar para receber em seu e-mail um aviso de disponibilidade de horário de participação naquele evento. Se alguém desistir, automaticamente receberá um e-mail para a lista de espera.

## CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO SISTEL: UMA FERRAMENTA EDUCATIVA

- **COMO FAÇO PARA OBTER O MEU CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO SISTEL?**

O seu cartão de identificação está disponível para impressão no Portal Sistel ([www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br)), dentro da área restrita, que você terá acesso com o seu número de matrícula e senha.

- **PARA QUE SERVE O MEU CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO SISTEL?**

No seu cartão, você encontrará seu nome, seu plano de benefício previdenciário e matrícula Sistel. No verso dele, constam os canais de relacionamento com a Fundação (Central de Relacionamento, Portal Sistel e Fale Conosco) e também o código de barras, que facilita o seu acesso ao evento Sistel Presente.

- **QUAL A DIFERENÇA ENTRE PLANO PREVIDENCIÁRIO E PLANO ASSISTENCIAL?**

O Plano Previdenciário é o que paga mensalmente o seu benefício de aposentadoria ou pensão, no caso dos assistidos do plano. O Plano Assistencial é o que oferece assistência médica, podendo ser o PAMA ou PAMA PCE.

- **SE EU TENHO PLANO PBS, A QUAL ASSISTÊNCIA MÉDICA TENHO DIREITO?**

A opção pelo plano assistencial é feita no momento da aposentadoria. Todos os participantes do PBS têm direito ao Plano Assistencial. Quando preenche o formulário de aposentadoria, o participante se inscreve no Plano Assistencial.



Ilustração: Diego Pizzini



# Programas de saúde melhoram qualidade de vida

## Pesquisa mostra alto nível de satisfação dos assistidos

Mais do que uma empresa de gestão de planos de previdência privada, a Sistel tem se firmado ao longo dos anos como uma parceira dos seus assistidos na promoção de uma vida melhor. Além de trabalhar pela segurança financeira durante a aposentadoria, oferece cuidado especial por meio dos programas de saúde desenvolvidos pela Fundação.

Os resultados positivos foram comprovados na Pesquisa de Opinião realizada entre os atendidos por dois dos programas: o Viver Melhor e o Lado a Lado.

Dentre os entrevistados, 95% constataram a melhoria na qualidade de vida e disseram que estão satisfeitos com as informações que recebem das equipes de atendimento. A grande maioria também confirmou que as orientações e dicas ajudaram a melhorar a saúde e até a superar momentos de crise.

Os avanços na vida dos assistidos e de seus familiares, a mudança de postura por meio da criação de uma cultura preventiva e hábitos mais saudáveis, a possibilidade do diagnóstico precoce, em muitos casos decisivo na cura das doenças, também têm sido registrados nos depoimentos recebidos pela Fundação, vindos, inclusive, dos usuários dos outros quatro programas de saúde da Sistel: Dedicção Total, Futuro Saudável, Pacote de Exames Preventivos e Sinal de Saúde.

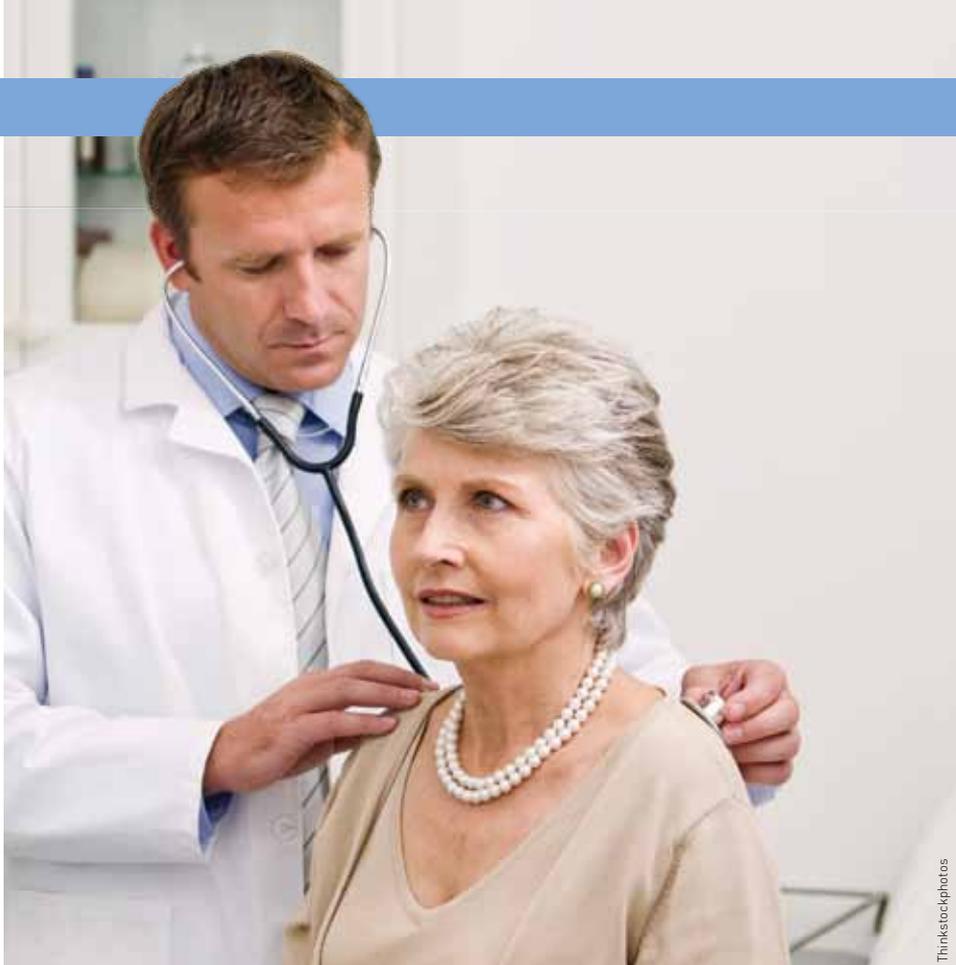
## Pacote de Exames Preventivos

A importância dos programas de saúde da Sistel é atestada por Aloísio Cabral Marques, de Cabo Frio. Ele recebeu as instruções do programa e resolveu fazer os exames propostos junto com sua família. Um deles foi de análise de sangue oculto nas fezes, procedimento que deve ser realizado pelo menos uma vez por ano, principalmente em pessoas com mais de 50 anos, devido ao risco de desenvolvimento de câncer de cólon (intestino grosso). Normalmente, essa doença só apresenta os sintomas quando se encontra em estágio avançado, mas no exame da sua esposa foi detectado um adenocarcinoma no cólon.

Em mensagem encaminhada à Sistel, ele disse que graças ao Pacote de Exames Preventivos foi possível identificar precocemente o tumor e removê-lo. "Sem o exame, ele só seria descoberto tarde demais. Agradeço de coração", disse.

Aloísio constata também que, muitas vezes, as pessoas não realizam exames de rotina. E confessa: "Eu mesmo não tinha essa consciência, nem dava a devida importância". Destaca, ainda, que é importante fazer todos os exames sugeridos, mesmo quando não há sintomas: "Pelo menos, a gente descobre que não tem nada". Aproveita para elogiar a Sistel e a equipe do Hospital São Vicente de Paulo, do Rio de Janeiro, onde foi realizada a cirurgia de sua esposa. "Agora ela está em ótima condição de saúde graças a Deus e à Sistel", afirma.

O programa tem a finalidade de conscientizar os usuários do Plano de Assistência Médica ao Aposentado (PAMA) e do seu Programa de Coberturas Especiais (PCE) quanto à necessidade de prevenir doenças. Foi desenvolvido para estimular as pessoas a não deixarem de fazer exames anualmente. Em suas residências, os atendidos pelo PAMA e seu PCE recebem as informações necessárias, incluindo guias médicas para a realização de exames preventivos e consultas. Com isso, podem antecipar a descoberta de doenças como câncer de mama, próstata, útero, intestino ou outras relacionadas à hipertensão



Thinkstockphotos

e diabetes, fazendo com que o tratamento tenha melhor resultado, exatamente como o que aconteceu com a esposa de Aloísio.

Essa consciência sobre o melhor uso do plano de saúde, aliada a cuidados preventivos, é uma das propostas da Fundação. Como explica Adriana Meirelles, gerente de Planos de Saúde da Sistel, o objetivo é promover uma educação para a qualidade de vida dos usuários e também para o bom

uso do plano. Ela esclarece que a partir de indicadores médicos percebiam-se que o nível de despesas era elevado demais para determinados tipos de doenças e que, normalmente, os usuários faziam poucos exames. O Pacote de Exames Preventivos tem proporcionado a realização de exames periódicos e, assim, a descoberta de patologias antes que elas se tornem mais graves, o que, por consequência, reduz os custos do plano.

## PESQUISA DE SATISFAÇÃO • VIVER MELHOR



## Lado a Lado

Dois usuários de outro programa, o Lado a Lado, também confirmam os benefícios recebidos. Eles enviaram mensagens mostrando o quanto essas iniciativas são importantes. Lúcia da Consolação Gomes Ferreira agradeceu o apoio que recebeu no momento mais difícil de sua vida e sente muito carinho pelo enfermeiro que a orientou, pois a estimulou a ter pensamentos positivos. Albano Fartes de Almeida afirmou que só tem a agradecer, pois teve apoio no momento em que se sentiu mais fragilizado.

Lançado em abril de 2010, este programa é voltado para um maior acompanhamento das internações hospitalares, reduzindo o risco de reinternações, dando suporte e promovendo a segurança do assistido, seus familiares e cuidadores. Em 2010, foram realizados 3.248 procedimentos de internação com o apoio do programa. Com o Lado a Lado, os pacientes são acompanhados desde a liberação da senha para internação até 30 dias depois da alta. A equipe multidisciplinar tira dúvidas e orienta sobre cuidados pré e pós-operatórios. Assim, o usuário tem uma recuperação bem mais rápida.

Com esse tipo de atendimento, é possível reduzir também o número de reinternações e os custos operacionais dos planos, o que é bom para todos os usuários. Segundo Adriana,

os dados ainda estão sendo monitorados, mas é possível ter uma indicação preliminar de que o índice de internação caiu 27,59%.

Confirmando a conscientização sobre os benefícios dos programas e a formação de uma cultura de bom uso do plano, Maria Amélia Borges de Azevedo, que também participou do Lado a Lado, diz que achou importante a orientação fornecida, "pois no momento de desespero é muito válida". Ela destacou a importância de a prevenção ser trabalhada "para não recorrer ao hospital por qualquer motivo".

## Viver Melhor

O primeiro programa criado pela Sistel, em 2005, foi o Viver Melhor. Para se ter uma ideia dos avanços, até 2009 a iniciativa atendeu 1,7 mil pessoas. Já em 2010, foram quase 2 mil, e para este ano a previsão é de cerca de 2,6 mil atendimentos. Nele são desenvolvidas ações de prevenção para pacientes crônicos que têm diabetes, hipertensão, cardiopatias, doenças pulmonares e respiratórias, depressão e problemas renais, entre outros.

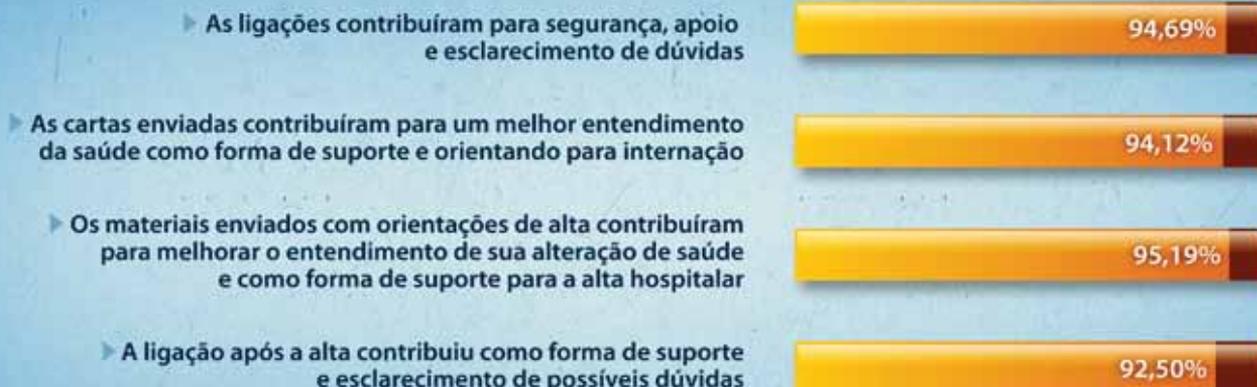
Conscientizar o usuário sobre seu estado de saúde orientando sobre os cuidados necessários para uma vida com mais qualidade, evitando novos procedimentos e internações é a principal meta do programa.

**“ A equipe multidisciplinar tira dúvidas e orienta sobre cuidados pré e pós-operatórios. Assim, o usuário tem uma recuperação bem mais rápida ”**

A partir do monitoramento de dados de atendimentos do Viver Melhor, foi constatado que em uma população de 1.499 usuários houve redução nos custos brutos de 35% e de 29% nos líquidos. A frequência de internações foi reduzida em 51,36%. Em contrapartida, aumentaram as consultas e exames, que são fundamentais para o controle de doenças.

No Viver Melhor, todas as informações são passadas por profissionais de saúde altamente treinados e capacitados para fornecer aos pacientes orientações por telefone. Eles monitoram as condições de saúde e os ajudam a melhorar seus cuidados, orientando e conscientizando os assistidos a respeito de suas restrições

### PESQUISA DE SATISFAÇÃO • LADO A LADO





## Dedicação Total

Os resultados positivos do Viver Melhor, que atende usuários com doenças crônicas, levaram a Sistel a perceber a necessidade de monitorar de perto os casos crônicos avançados. Assim surgiu o Dedicção Total, em setembro de 2010, na forma de projeto-piloto. O foco deste programa é o acompanhamento mais próximo dos assistidos em condições graves, com suporte aos familiares e cuidadores. Busca, ainda, otimizar os serviços e recursos utilizados para a prevenção de riscos futuros, recuperação e estabilização do quadro de saúde dos assistidos.

## Futuro Saudável

Avaliando os dados dos programas consolidados, a Fundação vem implementando outras ações para melhorar os atendimentos mais específicos. Assim, foi percebida a necessidade de desenvolver o programa Futuro Saudável, reservado aos assistidos cuja doença está em estágio inicial. Lançado no final de 2010, a iniciativa identifica os usuários a partir do questionário de Avaliação de Saúde, disponível no Portal da Sistel, distribuído no evento Sistel Presente.

É um dos programas mais recentes, ainda em fase de consolidação, e que procura despertar as pessoas para uma conscientização sobre sua patologia. “É destinado àquelas pessoas que têm vontade de mudar seus hábitos, mas não possuem consciência real da sua doença. A Sistel faz o contato e deixa as portas abertas para o usuário aderir aos programas de monitoramento”, explica Adriana.

## Sinal de Saúde

Trata-se de um informativo que a Sistel distribui aos seus assistidos com o intuito de informar e trazer dicas a respeito de diversas doenças. A partir de indicadores, é possível perceber que algumas patologias têm

despesas mais altas. “Este é o gancho para explicarmos aos usuários o quanto é importante se cuidar para não fazer parte dessas estatísticas”, diz Adriana. São fornecidas informações sobre a importância da prevenção e sobre o uso correto do plano. “Caso utilize de forma errada, a conta vai ficar mais cara para todos. É um projeto de educação e conscientização tanto para a saúde das pessoas, quanto para a saúde financeira do plano”, explica.

Com os programas de saúde, a Sistel propõe a prevenção e a educação, buscando formar no usuário a cultura para uma vida mais saudável. São essas ações que melhoram a qualidade de vida da população assistida e, conseqüentemente, o resultado do plano.

## Nota de Saúde

### NOVIDADE: PLANO ODONTOLÓGICO

Assistidos da Sistel, em função de convênio assinado entre a Sistel e a administradora de benefícios Qualicorp, poderão contar com mais um benefício: o Plano Dental. Aprovado pelo Conselho Deliberativo no final de julho, o plano odontológico atende à antiga reivindicação dos usuários. O atendimento desse antigo pleito em condições altamente competitivas somente foi possível porque os assistidos que desejarem não aderirão a um plano individual, mas sim coletivo e, por essa razão, de menor custo.

A Sistel vai atuar como facilitadora para quem desejar aderir à nova opção de atendimento. Caberá à Qualicorp administrar e contratar o Plano Odontológico e o atendimento será executado pela Odontoprev.

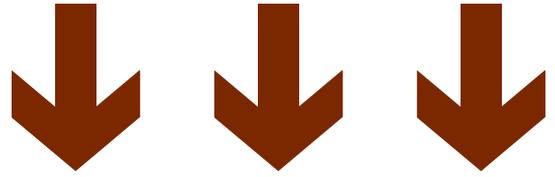
Em breve, a Qualicorp enviará para a sua residência o material explicativo, contendo detalhadamente as regras do plano e a proposta de adesão. Aguarde e confira as vantagens!

e necessidades. Nos casos crônicos, os contatos e orientações buscam, principalmente, acompanhar os assistidos para verificar se estão seguindo as instruções médicas. Perguntas como: “Já aferiu sua pressão hoje? Como está sua glicose? Tomou seu medicamento direitinho? Como está se sentindo?” ajudam os atendentes a identificar procedimentos que não estejam sendo feitos corretamente e orientar quanto à adoção de medidas adequadas para controlar seu problema de saúde.

# Sistel realiza campanha de recadastramento

Participantes ativos devem entrar  
no Portal e atualizar os seus dados





Pela primeira vez, a Sistel realiza campanha de recadastramento para os participantes e seus beneficiários de todos os planos de previdência. Seu objetivo é manter os dados atualizados para assegurar o equilíbrio financeiro dos planos e possibilitar uma comunicação mais efetiva, inclusive via *e-mail* e mensagens por celular.

São considerados participantes ativos aqueles que ainda estão trabalhando e contribuindo para o plano de previdência. Já os beneficiários são os dependentes inscritos pelos participantes, de acordo com o regulamento do plano.

A analista de seguridade da Sistel Raquel Lemos alerta que “os participantes que optaram pelo Benefício Proporcional Deferido – BPD (ou seja, perderam o vínculo com a empresa que patrocinava o plano e pagam somente a taxa de administração enquanto aguardam a idade de aposentadoria) e os que são autopatrocinados (perderam o vínculo com a patrocinadora, mas optaram por continuar contribuindo para a previdência privada) também devem atualizar os dados com a Fundação”.

O procedimento é simples e rápido. Basta acessar a área restrita do Portal [www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br). O formulário está disponível no *menu* Recadastramento.

## Acompanhe as etapas:

### Caso você não tenha a senha do Portal Sistel

↓ **1º Passo**  
Clique na opção Solicite sua Senha no canto superior direito da página.



↓ **2º Passo**  
Insira a matrícula Sistel e sua data de nascimento. A senha será encaminhada imediatamente ao *e-mail* cadastrado por você na Sistel.



## Com a senha em mãos

**1º Passo**  
Acesse a área restrita do Portal Sistel.

**2º Passo**  
No menu, clique na opção Recadastramento.

**3º Passo**  
O formulário vai aparecer com os seus dados e você deve atualizá-los.

**4º Passo**  
No canto direito inferior da página, confirme e suas informações serão atualizadas automaticamente na Sistel.

## Como cadastrar novos beneficiários no seu plano

O técnico de seguridade da Sistel Marcelo Leite Filho destaca que é muito importante o cadastro dos beneficiários do participante, de acordo com o regulamento do seu plano. "Uma vez não inscritos na Fundação, os beneficiários não poderão requerer, por exemplo, o benefício de pensão por morte em caso de falecimento do titular do plano", explica. Para que você possa inscrever beneficiários no seu plano, é necessário acessar o formulário de Atualização Cadastral. O procedimento é bem simples:

**1º Passo**  
Acesse a área restrita do Portal com matrícula e senha.

**3º Passo**  
Preencha corretamente todos os dados e clique em Avançar.

**2º Passo**  
No menu, clique em Requerimentos e, em seguida, em Atualização Cadastral.

**4º Passo**  
Imprima o requerimento e envie pelo correio para a Sistel.



## Aposentados e pensionistas seguem outras regras para o recadastramento anual

Se você é aposentado ou pensionista da Sistel, também precisa atualizar os seus dados cadastrais anualmente. Esse procedimento é necessário para que o seu benefício seja mantido ativo. No mês do seu aniversário, a Fundação vai encaminhar para a sua casa um formulário que deve ser preenchido e assinado. Em seguida, você deverá ir ao cartório reconhecer a firma da assinatura. Depois, é só anexar o comprovante do INSS e reencaminhar essa documentação pelo correio para a Fundação. Caso precise de outra via do formulário, ou ainda se quiser acompanhar a situação do seu recadastramento e saber se os documentos já foram recebidos pela Sistel, também pode fazer isso pela área restrita do Portal.

**Anote o endereço da Fundação Sistel de Seguridade Social**  
SEPS/EQ. 702/902  
Conjunto B  
Bloco A  
Brasília-DF  
CEP 70.390-025

**1º Passo** Coloque sua matrícula e senha.

**2º Passo** No menu, clique na opção Acompanhe o seu Recadastramento.

# São Paulo e suas várias facetas

Trabalho, cultura, lazer, entretenimento e solidariedade

**Q**uem pensa que o paulista vive somente para o trabalho está muito enganado. A cosmopolita e vibrante São Paulo tem o que há de melhor e mais moderno em turismo urbano. Atrações culturais e históricas são destaque – influência dos diversos grupos de imigrantes que ali se estabeleceram. E mais: rica gastronomia, importantes monumentos e museus.

A sua explosão econômica expandiu-se pelas cidades do interior do estado e muitas delas tornaram-se importantes polos agropecuário, industrial ou turístico. São alguns exemplos: a cidade de Barretos, famosa pelos seus rodeios, Campos do Jordão, pelo clima de serra, Atibaia, pela produção de rosas e morangos, e muitas outras.

Marília, cidade situada a oeste do estado, conhecida como a capital nacional do alimento, é uma cidade em pleno desenvolvimento, especializada no ramo alimentício. Tornou-se importante, pois foi lá que o trabalho social do assistido Mário Jorge Veiros ganhou projeção.

Desde 2004, Mário desenvolve um trabalho incansável em prol de pessoas que necessitam de transplante de medula óssea. Segundo ele, nasceu para fazer isso. “O meu grande compromisso é levar mensagens positivas adiante e ajudar as pessoas, me faz bem”, afirma. E como tudo começou? Para responder a essa pergunta, ele respira fundo, como se rememorasse toda a trajetória que percorreu, e diz, “sendo solidário com uma questão importante”.

A atividade desenvolvida pelo aposentado da Telesp (Telecomunicações de São Paulo), o “Mário Telesp”, como era conhecido na cidade, começou depois de assistir a uma reportagem na TV sobre um garoto de seis anos portador de leucemia que

necessitava de um transplante de medula óssea. Mário foi ao Hemocentro da cidade para fazer a sua doação, porém, à época, o laboratório da cidade não tinha um cadastro de doadores. Mas não desanimou. Foi até a Santa Casa de São Paulo, onde procurou ajuda. Orientado por uma médica, regressou a Marília e deu início ao cadastro de doadores de medula da cidade e, desde então, não parou mais.

Autodidata sobre o tema, passou a difundir o que aprendeu sozinho e por interesse próprio. Deu entrevistas para inúmeras emissoras de rádio, televisão, revistas e jornais. Atualmente, sua mensagem é divulgada por meio da palestra Medula Óssea, uma Esperança de Vida. “A repercussão em Marília foi muito grande, as pessoas me param na rua e falam das matérias que leram sobre mim nos jornais ou que viram na TV. Hoje, inclusive, meu apelido na cidade se tornou Mário Medula.”

O sucesso do assistido não parou por aí, tornou-se referência em assuntos relacionados a esse tipo de transplante. Além disso, é relações públicas voluntário do Hemocentro da FAMEMA – Faculdade de Medicina de Marília – e ministra uma série de palestras em escolas, faculdades e empresas na cidade e região. “Meu grande sonho é ministrar palestras pelo Brasil afora e mostrar que é fácil doar. Para se ter uma ideia da gravidade da questão, a compatibilidade de doação no Brasil é de 1 por 100 mil.”

Perguntado sobre o que o motiva a realizar o trabalho voluntário, ele se emociona, pausa por alguns minutos, e diz que a satisfação do público é o sentimento de dever cumprido. “As pessoas choram, sorriem, aplaudem, identificam-se com a causa e fazem com que eu me sinta tão à vontade como no quintal da minha casa.”



Para solicitar a palestra, basta ligar para (14) 8164-8800 ou entrar em contato pelo e-mail [mariojorge@famema.br](mailto:mariojorge@famema.br). Para saber mais sobre o trabalho social desenvolvido por "Mário Medula", acesse o blog: [www.umaesperancadevida.blogspot.com](http://www.umaesperancadevida.blogspot.com)

Arquivo pessoal

“

**A satisfação do público é o sentimento de dever cumprido. As pessoas choram, sorriem, aplaudem, identificam-se com a causa e fazem com que eu me sinta tão à vontade como no quintal da minha casa**

”

# Em Busca da Felicidade

Pai, marido, economista, consultor e escritor. Conheça as multifaces do aposentado que apostou em seu próprio talento

**A**o se aposentar em 1998 pela Telecomunicações do Pará (Telepará), a palavra descanso nem de longe passou pela cabeça do economista Artur Barreto de Almeida. Ao contrário, novos caminhos, oportunidades e desafios surgiram no horizonte do aposentado e ele soube aproveitar esse momento para tornar sua vida ainda mais relevante e produtiva.

Formado em economia pela Universidade Federal do Pará (UFPA) e amante da leitura e da escrita, foi repórter do extinto jornal O Economista. Posteriormente, em 1988, ingressou na Telepará como gerente da Divisão e Programação Financeira, sendo promovido, em seguida, a gerente do Departamento Financeiro. Depois, assumiu a gerência do Departamento de Renda e, por fim, tornou-se assistente da Diretoria Financeira, cargo em que permaneceu até a sua aposentadoria.

Um ano depois, devido ao fim de seu casamento, mudou-se de Belém, no Pará, para o município goiano de Caldas Novas. Visionário, ao chegar na cidade, observou que o comércio local ainda engatinhava, porém tinha propensão para o crescimento. Inquieto, estudou as características do município, prestou consultoria e assessoria empresarial, elaborou uma série de projetos para empresários locais e ajudou a melhorar a realidade econômica do lugar. "Esta, realmente, foi uma época muito produtiva em minha vida," afirma.

## Sábias palavras

Dividido pelo sentimento do término do relacionamento e pela necessidade de driblar a depressão emocional que o assombrava, ao mesmo tempo em que desejava seguir em frente, Artur colocou as ideias em ordem e se dedicou ao prazer de escrever. Ao longo de pouco mais de um ano, discorreu sobre diversos temas, entre eles: comportamento humano, sentimentos, princípios, valores sociais e até questões econômicas. “Quando escrevia, eu deixava meu coração me guiar, o resultado eu só conferia depois que os textos estavam prontos”, confidencia.

A dinâmica usada pelo economista aposentado resultou no livro *Sábias Palavras*. Mais do que uma simples publicação, a obra é uma homenagem à vida, à família e aos amigos, composta por 35 crônicas que, inclusive, deram nova perspectiva à vida do autor. Hoje, ele voltou a ser feliz e a alegria está estampada nas páginas e dedicatórias dos livros que escreve. Ele atribui o motivo da felicidade ao fato de ter se casado novamente e ter tido, com Matildes, sua atual esposa, um filho, Arthur Barreto de Almeida Filho, hoje com quatro anos.

Quando alguém lhe pergunta: “e agora, Artur, os desafios acabaram?” Ele, de bate-pronto, responde: “nem pensar, estou escrevendo mais um livro, continuo prestando consultorias e sempre estou em busca de novos desafios”.

Com essa vontade de fazer a diferença, o economista aposentado ajudou a potencializar o comércio de Paragominas, município do estado do Pará onde mora atualmente e, sobretudo, conseguiu tocar as pessoas por meio de seu livro. “Hoje, mais do que nunca, valores como honestidade, capacidade, sinceridade, fidelidade, caráter, bom-senso estão escassos e, por isso, valem ouro. Tenho esperança e fé de tornar outras pessoas melhores”, conclui.

As histórias do aposentado transformaram-se em verdadeiro exemplo de determinação e coragem para todos aqueles que precisam reinventar-se diante dos desafios da vida.

“ Me senti sozinho,  
tropeçando em meu caminho,  
à procura de um abrigo, uma  
ajuda, um lugar, um amigo ”

“ O amor é a coisa mais  
triste quando se desfaz ”

“ Sei tudo o que o  
amor é capaz de me dar,  
eu sei, já sofri, mas não  
deixo de amar ”

“ Se ficaram mágoas  
em mim, mãe, tira do meu  
coração e àqueles que eu fiz  
sofrer, peça perdão ”

Se você tem história de sucesso para contar, envie para o e-mail: [trajetoriadesucesso@sistel.com.br](mailto:trajetoriadesucesso@sistel.com.br). Quem sabe você não será tema de nossa próxima publicação? Participe!

Trechos do livro *Sábias Palavras*, de Artur Barreto

# DICAS CULTURAIS



## O MONGE QUE VENDEU SUA FERRARI

**Autor:** Robin Sharma  
**Preço médio:** R\$ 25,00

Julian Mantle é um importante advogado que persegue o sonho da liberdade financeira. Insatisfeito com sua rotina acelerada de trabalho, decide

abandonar tudo e peregrinar pela Índia. John, seu assistente, ao observar a atitude de seu chefe, pensa que ele enlouqueceu. No entanto, quando Julian retorna, mais esbelto e com o semblante alegre, quase irreconhecível, John fica impressionado. Ele percebe que seu mentor, um advogado ganancioso que ganhava todos os casos no tribunal, havia se transformado em um monge sábio e tranquilo. A partir das dúvidas de John, inicia-se um diálogo entre ele e o advogado que virou monge. Este é o fio condutor da história de "O monge que vendeu sua Ferrari", do escritor Robin Sharma, especialista em desenvolvimento pessoal e autor de vários *best-sellers* do gênero.



## MINHAS TARDES COM MARGUERITTE

**Atores:** Gérard Depardieu, Gisèle Casadesus, Sophie Guillemin, Maurane

O filme "Minhas tardes com Margueritte" narra a história de Germain (Gérard Depardieu), um cinquentão simples, de

pouca intimidade com as palavras, e Margueritte (Gisèle Casadesus), uma senhora amante da literatura. Germain, na infância, era chamado de burro na escola, e em casa recebia tratamento semelhante por parte da mãe, pois tinha dificuldade de ler, o que se transformou em um bloqueio intelectual. Quando adulto, sua vida se resumia a viver de subempregos, ser alvo de brincadeiras dos amigos e conviver com o desamor da mãe. Essa realidade muda quando Margueritte faz com que as páginas de um livro se abram novamente para ele e o reinterpreta ao universo das letras.

Thinkstockphotos



### VIAGEM

#### 10º Encontro Bancorbrás da Maior Idade

Portugal será o destino do 10º Encontro Bancorbrás da Maior Idade. Com saída prevista para maio de 2012, o passeio pelas terras lusitanas promete ser de muita diversão e descanso. Para isso, a Bancorbrás preparou um roteiro caprichado para o participante curtir cada momento e conhecer os principais pontos turísticos de Portugal. Acesse o site [www.bancorbras.com.br/site/viagens](http://www.bancorbras.com.br/site/viagens), clique em Maior Idade e, no lado esquerdo da página, confira todos os detalhes e saiba como participar.

### CONGRESSO

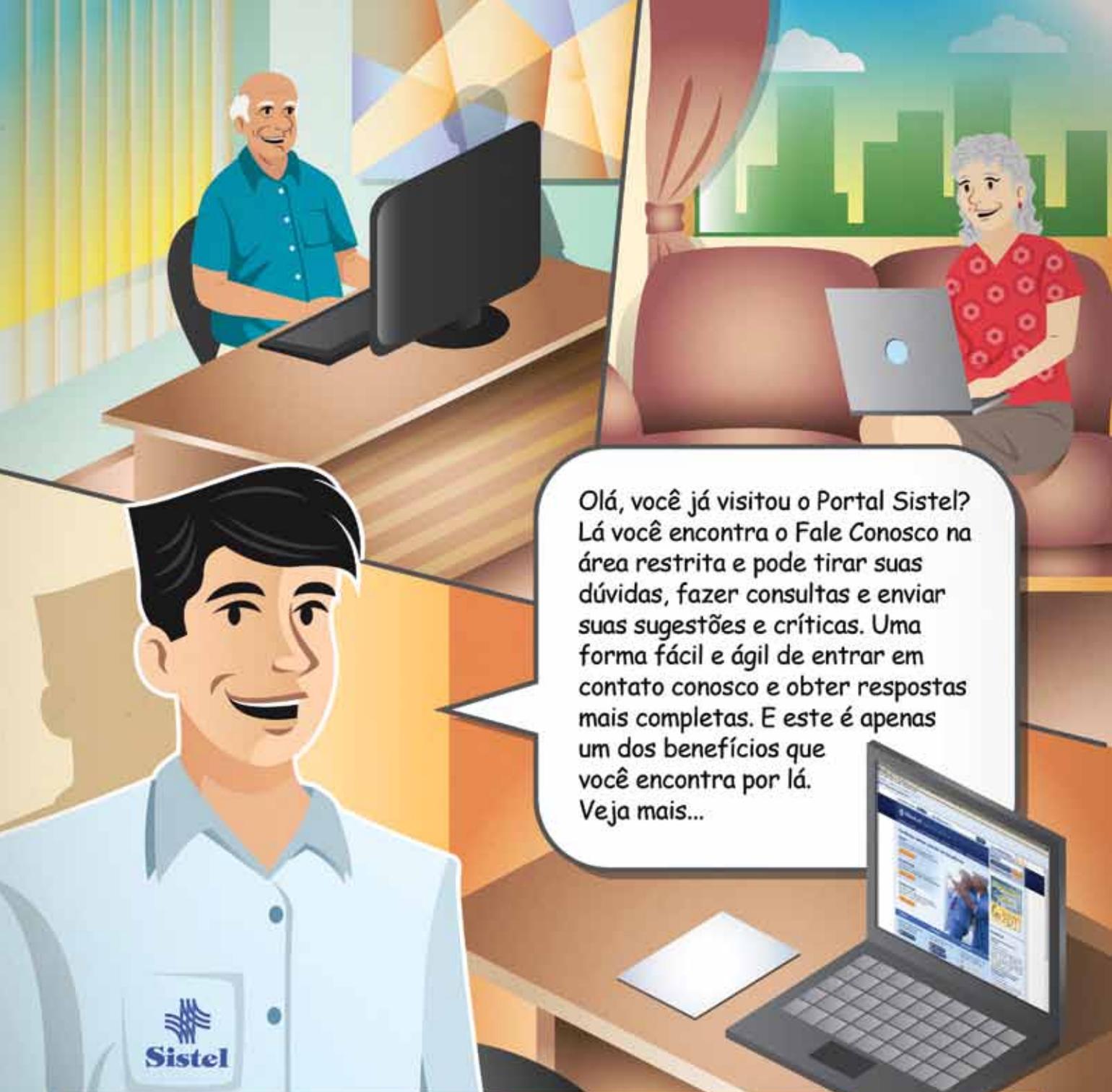
#### 20º Congresso Nacional dos Aposentados

Estão abertas as inscrições para o 20º Congresso Nacional dos Aposentados, Pensionistas e Idosos (CNAPI), marcado para acontecer em Caldas Novas/GO, de 20 a 23 de outubro. Durante o evento, será realizada a assembleia geral para votar a aprovação das contas da atual diretoria. Ainda durante o 20º CNAPI, serão eleitos e empossados os novos dirigentes da Confederação, com mandato até outubro de 2015. As noites do evento serão animadas pelo som da banda Wave Trio. Na noite de sábado, acontece o tradicional Concurso Miss e Mister 3ª Idade, com candidatos de todos os estados do País.

### INCLUSÃO

#### Talentos da Maturidade 2011

Com o intuito de reconhecer os talentos e promover a inclusão social de pessoas com 60 anos ou mais, o concurso Talentos da Maturidade, organizado pelo Grupo Santander, chega à sua 13ª edição. Em 2011, para divulgar a experiência, sabedoria, talento artístico e outras atribuições, o participante pode se inscrever em cinco categorias: Artes Plásticas, Fotografia, Literatura e Música Vocal. As inscrições, abertas desde o dia 21 de julho, podem ser feitas até o dia 30 de outubro nas agências do Santander, via Correios ou pelo site [www.talentosdamaturidade.com.br](http://www.talentosdamaturidade.com.br). Inspire-se e participe!



Olá, você já visitou o Portal Sistel? Lá você encontra o Fale Conosco na área restrita e pode tirar suas dúvidas, fazer consultas e enviar suas sugestões e críticas. Uma forma fácil e ágil de entrar em contato conosco e obter respostas mais completas. E este é apenas um dos benefícios que você encontra por lá. Veja mais...

Milhares de usuários utilizam essa ferramenta para obter informações sobre a Sistel. O que você está esperando? Acesse e conheça todas as vantagens do Portal Sistel:

- 1 Acompanhe seu recadastramento;**
- 2 Visualize o seu contracheque;**
- 3 Acesse e imprima a 2ª via do boleto do PAMA e do seu PCE;**
- 4 Visualize a rede credenciada de assistência médica;**
- 5 Realize simulações de contratação de empréstimo e peça o seu pelo Portal;**
- 6 Acesse o seu demonstrativo de imposto de renda.**



Portal Sistel: [www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br)  
Fale conosco: disponível na  
área restrita do Portal Sistel  
Central de Relacionamento:  
0800 887 7005

# O Sistel Presente está chegando à sua cidade.

O evento leva palestras, reuniões de aprendizado, nutricionista e o atendimento personalizado da Sistel. O Sistel Presente é uma atividade do EducaPREV Sistel, o Programa de Educação Previdenciária, Financeira e Assistencial. Participe do Sistel Presente, o ponto de encontro para uma vida melhor.

**CONFIRA A AGENDA E NÃO PERCA ESSE ENCONTRO.**

**MINAS GERAIS** dia 17/10/2011 • **PETRÓPOLIS** dia 24/10/2011 • **RIO DE JANEIRO** dia 26, 27 e 28/10/2011 • **SÃO PAULO** dia 7/11/2011

Portal Sistel: [www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br)  
Fale conosco: disponível na área restrita do Portal  
Central de Relacionamento: **0800 887 7005**

EducaPREV  
SISTEL

 **Sistel**  
Fundação Sistel de Seguridade Social