

**Nossas Filiadas** Acesse: [www.fetapergs.org.br/index.php/filiadas](http://www.fetapergs.org.br/index.php/filiadas) e confira se na sua cidade tem associação filiada

## FARROUPILHA



### Aniversário com missa almoço e shows

A Associação dos Aposentados e Pensionistas de Farroupilha (AOPENFAR) organizou um evento no município para comemorar o aniversário de 31 anos da entidade. Houve missa, almoço e shows. Estiveram presentes o presidente da FETAPERGS José Pedro Kuhn, o presidente da Associação de Aposentados e Pensionistas de São Sebastião do Caí (AAPCAI) João Sarmento, o 2º vice da FETAPERGS e vice-presidente da COBAP Carlos Olegário e o presidente da AOPENFAR Raymundo Corá e diretoria. *Conheça os benefícios da associação! Entre em contato pelo telefone: (054) 3261.3658*

## SÃO SEBASTIÃO DO CAÍ



### Associação promove Torneio de Pesca

A Associação dos Aposentados e Pensionistas de São Sebastião do Caí (AAPCAI) promoveu, em agosto, o 1º Torneio de Pesca para Aposentados e Pensionistas, no Camping do Vô Rasso, em Bom Princípio. Aproximadamente 50 pessoas enfrentaram o frio e a chuva para participar da pescaria. Os vencedores receberam prêmios. O presidente da entidade João Sarmento agradeceu a presença dos participantes e afirmou que o evento foi uma boa oportunidade de socialização para os aposentados e pensionistas. Segundo o presidente, durante o período da comemoração do Dia dos Pais, em 2019, haverá a segunda edição do torneio de pescaria. *Conheça os benefícios da associação! Entre em contato pelo telefone: (051) 3635.3490.*

## NOVA PRATA



### Festa dos 30 anos de fundação da associação

A Associação Cultural, Social e Esportiva dos Aposentados e Pensionistas de Nova Prata (APOSIN) organizou uma missa para comemorar os 30 anos de fundação da entidade. A celebração foi organizada no município de Protásio Alves, no dia 9 de agosto. A missa, orada no dialeto italiano, foi celebrada pelo pároco Luciano Cansan, com a apresentação de músicas sacras pelo Coral de Protásio Alves. Estiveram presentes no evento o prefeito José Spagnol e a primeira dama Vania Spagnol, o presidente da APOSIN Osmar Bristot e o presidente da FETAPERGS José Pedro Kuhn que em palestra após a missa abordou a função da Federação na defesa dos interesses dos aposentados gaúchos. *Conheça os benefícios da associação! Entre em contato pelo telefone: (054) 99917.2448.*

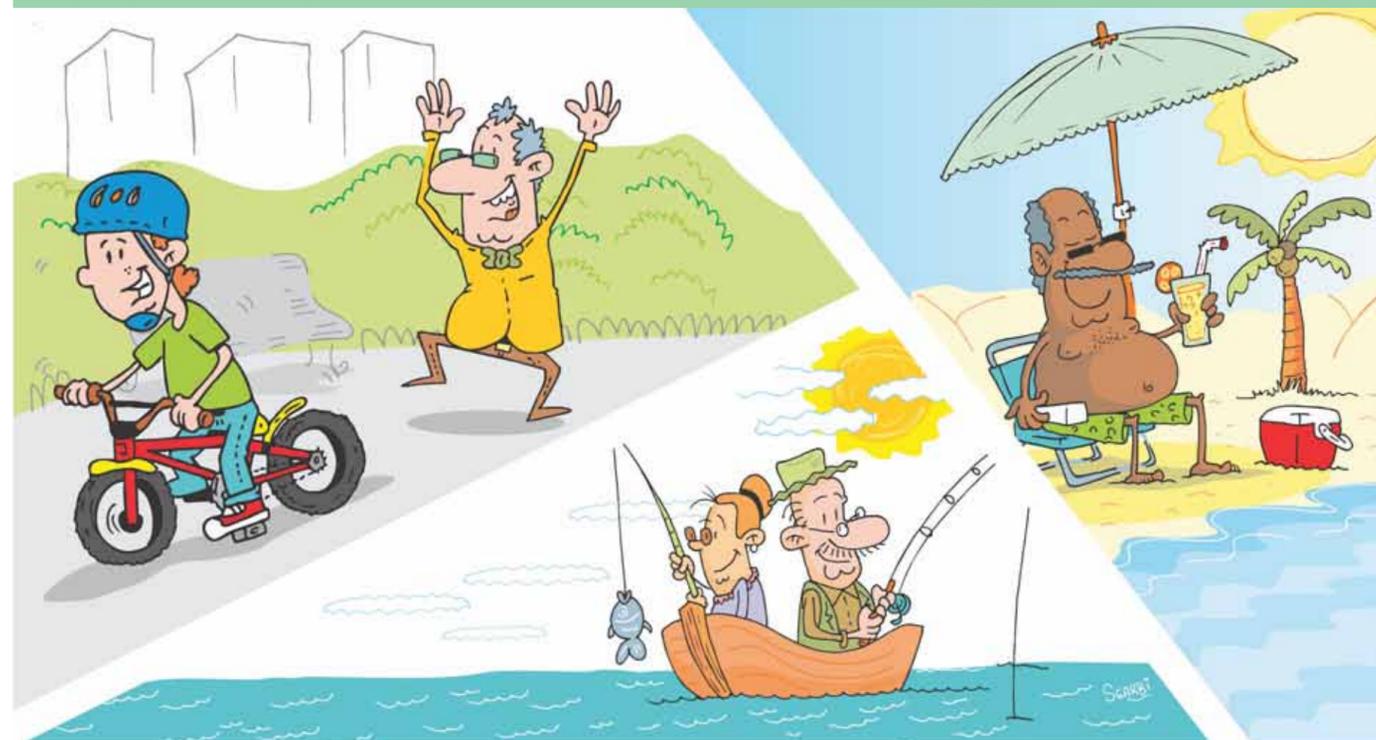
## SÃO BORJA



### Inauguração das instalações na sede

O presidente da FETAPERGS José Pedro Kuhn, o 2º vice da Federação e vice-presidente da COBAP Carlos Olegário e o diretor financeiro em exercício Germano Kelber estiveram no município de São Borja, no dia 04 de outubro, para participar da solenidade de inauguração das instalações da sede da Associação dos Trabalhadores Aposentados e Pensionistas de São Borja (ATAPESB). A sede própria da Atapesb tem cerca de 800 metros quadrados e foi construída pela atual gestão presidida por Élbio Cidade. Atualmente, já funcionam no local a administração, secretaria, fisioterapia e consultoria jurídica. Em breve, funcionará uma farmácia, consultório médico e odontológico, academia e salão de eventos para 300 pessoas. As obras do prédio ainda estão em andamento, mas devem ser concluídas nos próximos meses. *Conheça os benefícios da associação! Entre em contato pelo telefone: (055) 3430.3121.*

# CULTURA E LAZER NO VERÃO



**Confira as dicas preparadas pela Federação para você curtir um período de férias com saúde e qualidade - páginas 4 e 5**

O ano de 2018 está terminando.

O clima das festas de Natal e Ano Novo tornam as pessoas mais sensíveis para refletir, agradecer e para renovar o propósito de continuar multiplicando conhecimentos e dividindo experiências.

O momento é oportuno para agradecer a todos os aposentados e pensionistas que lutam diariamente em suas associações para tornar a nossa Federação mais unida e mais forte.

Que 2019 seja o ano da realização dos nossos sonhos e da solidificação do movimento dos aposentados, pensionistas e idosos.

Feliz Natal e um Ano Novo repleto de alegrias e conquistas.

Diretoria da FETAPERGS

## RETROSPECTIVA 2018



### MOBILIZAÇÕES. PRESENÇA E CONQUISTAS

Resumo das atividades e ações desenvolvidas pela Federação durante o ano. Página 6

## EDITORIAL

### Caras novas e velhas propostas



Com o término da festa da democracia, as Eleições de 2018, os nomes dos representantes do povo brasileiro pelos próximos quatro anos são conhecidos. Houve uma grande mudança no parlamento brasileiro. A taxa de renovação entre os eleitos para o Senado Federal chegou a 85%. Na Câmara dos Deputados, analistas afirmam que a taxa de renovação deve ficar acima de 50%. A última vez que a Câmara teve uma renovação tão grande foi em 1994, quando 54,2% novos parlamentares foram eleitos.

Os números demonstram a indignação dos brasileiros com a política tradicional brasileira. Grandes caciques não voltarão para o Congresso Nacional em 2019. A voz das urnas é soberana e inquestionável. Devemos respeitar a decisão do povo brasileiro e manter as nossas instituições e a democracia fortalecidas.

O presidente da República tem a tarefa de pacificar e unificar um País dividido em termos ideológicos e sociais. Deverá recuperar o Brasil de uma das maiores recessões econômicas da história, diminuir o desemprego e contribuir para o crescimento de uma sociedade mais justa e igualitária. Além disso, o presidente é pressionado para apresentar uma Reforma da Previdência ao Congresso Nacional e manter o equilíbrio das contas públicas.

Como entidade representativa das associações filiadas e de mais de dois milhões de aposentados e pensionistas gaúchos, a FETAPERGS defende uma reforma justa da Previdência, que combata os privilégios, as irregularidades, as renúncias fiscais e proteja as pessoas que possuem as maiores necessidades. O trabalhador que contribuiu com os cofres previdenciários por uma vida inteira merece usufruir de uma aposentadoria digna. Reconhece-se a necessidade de manter o equilíbrio das contas da Previdência Social com a manutenção do sistema de repartição para não prejudicar os cidadãos que possuem a aposentadoria como principal fonte de renda.

O futuro próximo dos aposentados, pensionistas, idosos e trabalhadores está sob a tutela do governo eleito. O movimento precisa se manter unido, em prol de um País justo e com oportunidades para todos os brasileiros.

**José Pedro Kuhn**  
Presidente da FETAPERGS

## OPINIÃO

### Justiça e Igualdade na Previdência Social.



Com o novo governo federal democraticamente eleito pela sociedade brasileira, já começaram as negociações em torno de uma nova Reforma da Previdência. No início, houve a tentativa de resgatar e votar ainda em 2018 o projeto apresentado pelo governo de Michel Temer. É uma proposta dura, que mantém privilégios e pune, principalmente, a camada mais pobre da sociedade brasileira. Em um País onde existem 14 milhões de desempregados e uma legislação trabalhista frágil, é inconcebível cogitar as mudanças apresentadas no final de 2016.

No entanto, o Brasil começa 2019 com um novo governo. A prioridade já foi divulgada publicamente: reforma previdenciária. A Federação dos Trabalhadores Aposentados e Pensionistas do Rio Grande do Sul (FETAPERGS) defende uma reforma digna, que combata os privilégios e as irregularidades e termine com as renúncias fiscais. Um ideal sempre foi defendido pela Federação: Previdência pública justa e igualitária para todos.

O governo federal propõe economizar sobre os pobres, aposentados e pensionistas do Regime Geral da Previdência Social, pessoas que contribuíram durante uma vida para receber uma aposentadoria digna. Neste momento, o próximo governo já articula para a aprovação de um novo projeto. É necessário que nesta proposta estejam inseridos mecanismos para combater o verdadeiro rombo da Previdência Social, que está nos privilégios, renúncias fiscais e irregularidades.

Outro aspecto importante que deve ser implementado na nova proposta da reforma previdenciária é a extinção da Desvinculação de Receitas da União (DRU) referente à Seguridade Social. Segundo a consultoria de Orçamento e Fiscalização Financeira do Congresso Nacional, desde 2008, o governo retirou R\$ 503 bilhões do orçamento da Seguridade através das DRUs. No ano de 2015, foram retirados R\$ 61 bilhões e em 2017 R\$ 92 bilhões.

Atualmente, a parcela da população mais rica se aposenta por tempo de contribuição aos 54 anos, em média. Por outro lado, os pobres se aposentam por idade, entre os 60 e 65 anos. É preciso acabar com essas distorções, tanto em questão ao tempo de serviço, quanto aos benefícios e as grandes aposentadorias. Além disso, é importante equiparar todos os regimes previdenciários de maneira equilibrada. Previdência pública justa e igualitária para todos.

**Leo Carlos Altmayer**  
Diretor Secretário da FETAPERGS

# ASSOCIAÇÃO CRIA CADASTRO DE CUIDADORES DE IDOSOS

## Curso que capacita cuidadores para a terceira idade é uma parceria com a faculdade de Ijuí

Um departamento específico, com cadastro, para cuidadores de idosos em Ijuí. O projeto, criado pela Associação dos Aposentados e Pensionistas de Ijuí, em novembro de 2017, atende 194 idosos no município que necessitam de cuidados.

Segundo o presidente da associação Leoveral Oliveira, a ideia de criar um departamento de cuidadores de idosos surgiu a partir de uma notícia divulgada na rádio. De acordo com o caso, uma cuidadora foi contratada sem procedência para cuidar de uma senhora de 92 anos e foram constatadas diversas atividades de furto de pertences da idosa durante período de contratação. "A nossa ideia veio ao encontro de um grupo de cuidadoras que estavam com planos de criar uma associação e fizemos uma parceria para lançar o projeto em novembro de 2017" afirmou o



Formandos da primeira turma de cuidadores de idosos

presidente. Desde o início da execução do projeto, 210 idosos já foram atendidos.

Além da execução das atividades do departamento, foi realizada uma parceria com a Faculdade América Latina, que deu origem ao curso de Extensão de Serviços Gerontológicos – Cuidador de Idosos, que já formou a primeira turma com 22 cuidadores.

Para se cadastrar na lista, é necessário apresentar informações pessoais e não possuir

antecedentes criminais. Se alguma família de Ijuí necessita de cuidadores de idosos, basta entrar em contato com a associação pelo telefone (055) 3331.1198.

Segundo o presidente Leoveral, é contínuo o contato com as famílias que contrataram uma pessoa do cadastro para "fins de acompanhamento e avaliação". O presidente acrescentou que 90% dos envolvidos no processo, famílias e cuidadores estão satisfeitos com o projeto.



Presidente Leoveral Oliveira



LAJEADO

### Aniversário reúne lideranças do Movimento

No dia 19 de setembro, a Associação dos Trabalhadores Aposentados e Pensionistas de Lajeado (ATAPEL) festejou seu 16º aniversário, em um evento que contou com a presença de mais de 400 aposentados, pensionistas e lideranças expressivas do Movimento dos Aposentados da região e do estado, como o presidente da FETAPERGS, José Pedro Kuhn, o vice-presidente da COBAP, Carlos Olegario e o senador Paulo Paim. Às 9 horas, associados e convidados foram recepcionados com cuca e chimarrão seguido da celebração de um culto crioulo, em homenagem a Semana Farroupilha. A presidente Sílvia Maria Kuhn agradeceu aos presentes e manifestou sua alegria pela presença das caravanas de aposentados de várias regiões do estado, acompanhadas dos ilustres presidentes das associações, o que demonstra a Unidade do Movimento dos Aposentados. No espaço das manifestações, o presidente da FETAPERGS parabenizou a ATAPEL pelo seu trabalho em prol dos aposentados da região. Após o almoço de confraternização, a festa continuou com a apresentação de um grupo de dança da Terceira Idade e escolha da Rainha e Princesas e baile. Conheça os benefícios da associação! Entre em contato pelo telefone (51) 3748-0033



TAQUARI

### Inauguração da sede protocolo de adesão.

No dia 10 de novembro, a Associação dos Aposentados, Idosos e Pensionistas de Taquari, inaugurou sua sede própria, uma conquista viabilizada pela união de esforços dos dirigentes da entidade coordenados pelo presidente Marino Marques dos Santos e apoiado pelo advogado Jairo Dornelles e também pela FETAPERGS. A solenidade em que foi protocolado o pedido de filiação da associação a FETAPERGS e a COBAP, foi prestigiada pelo presidente da Federação, José Pedro Kuhn, pelo diretor Secretário Léo Carlos Altmayer e pelo vice-presidente da Federação e vice-presidente da COBAP, Carlos Olegário Machado Ramos. Após o corte da fita de inauguração e a assinatura do pedido de filiação a Federação e a Confederação, associados e convidados participaram de um almoço de confraternização na sede da Associação dos Moradores da comunidade. Conheça os benefícios da associação! Entre em contato pelo telefone (51) 3651-4531.

## Expediente A VOZ DO APOSENTADO

Informativo Oficial da FETAPERGS  
Entidade de Utilidade Pública Municipal, Estadual e Federal.  
Distribuição Gratuita  
Editor: Jörn, Elmo J. Loeblein - Reg. MTR/RS 3.241  
Editoração Eletrônica: Guilherme Augusto Hepp  
Impressão: Vinculo, Gráfica Editora Ltda.  
Lajeado, Telefone: (51) 3710-1302  
Tiragem: 9000 exemplares.  
FETAPERGS – SEDE PRÓPRIA  
Rua Siqueira Campos, 1184 – 11º andar, sala 1109  
Porto Alegre/RS – CEP 90.010.001 – Fone (51) 3286-1660  
Site: www.fetapergs.org.br

**GESTÃO 2017-2020**  
Presidente: José Pedro Kuhn – Lajeado/ATAPEL  
1º Vice-presidente: Ady Rodrigues de Ávila-Camaquã/AAPCAM  
2º Vice-presidente: Carlos Olegário Machado Ramos - Canoas/ATAPEC  
3º Vice-presidente: Ernesto Erlo-Caxias do Sul/AAPOPECS  
Diretor Secretário: Léo Carlos Altmayer-Igrejinha/ATAPI  
2º Dir. Secretário: Sérgio Antônio Vieira-Porto Alegre/AURA.  
3º Dir. Secretário: Charles Raul Hoffmann- São Leopoldo/ATAPENSL  
Diretor Financeiro: Calixto Silvério Luz-Taquara/AAPT  
2º Dir. Financeiro: João Francisco Sarmento-São S do Cai/AAPCA  
3º Dir. Financeiro: Germano Fernando Kelber- Santa Cruz do Sul (APOPESC).

**Suplentes de Diretoria**  
Rui Gastão S. de Oliveira: POA/AACRT  
Ivo Pacheco: Passo Fundo  
Adão Lacerda: Gualba/ATAPERC  
Franklin C. de Carvalho: POA/AFSR  
Vercí Antunes Ferreira: Santo Ângelo/ARBAPESA  
Waldomiro Moura da Silva: Tupanciretã/ASSAPEN  
Elbio Souza Cidade: São Borja/ATAPESB  
Itamar Silva dos Santos: Viamão/ATAPIV  
Jorge Luiz Alves: Tapes/IAIPT  
Rui Hari Mattes: Erechim/ATAPERS  
**Conselho Fiscal**  
Antônio Carlos B. Bueno: Gravatal/ASAPEG  
Zeno Altenhofen: Sapiranga/ATAPEZ  
Osvaldo Sossio: Guaporé/ASTAPENGUA

**Suplentes do Conselho Fiscal**  
Irma Lima Markus: Frederico Westphalen/APAS  
Erico Santo Spolavori Bombardelli: Sapucaia/USAPEN  
Darci Cerutti: Soledade/APOPEPOL  
**Revisão:**  
Karine Moraes (Assistente de Comunicação)  
Márcio Nunes (Estagiário de Jornalismo)



Ouçá! Rádio Web FETAPERGS  
No aplicativo Play Store do seu smartphone, pesquise por Rádio Fetapergs Ou Acesse [www.fetapergs.org.br](http://www.fetapergs.org.br) no navegador de internet do PC, Notebook, Tablet ou Smartphone, o ícone da Rádio estará no topo do site

## UM ANO DE MOBILIZAÇÕES, PRESENÇA E CONQUISTAS



### Título resume ações desenvolvidas pela Federação no ano de 2018

Seguindo a linha do planejamento e das estratégias traçadas pela atual direção da FETAPERGS, os integrantes da equipe liderados pelo presidente José Pedro Kuhn e pelo diretor secretário Léo Carlos Altmayer, marcaram presença no ano de 2018, em mais de 100 eventos de associações filiadas, de federações estaduais e tiveram uma participação efetiva na Confederação Brasileira dos Aposentados e Pensionistas.

O 12º Baile Estadual do Aposentado, realizado na cidade de Feliz, que reuniu mais de 1000 aposentados no dia 24 de janeiro, para comemorarem no Dia do Aposentado e o 34º aniversário de fundação da Federação, foi o pontapé inicial e a motivação que se transformou em energia para vencer os desafios e superar os obstáculos de uma caminhada desafiadora. Para levar os dirigentes da Federação até as bases e de lá transmitir às iniciativas para as outras associações, foram realizadas seis edições do Feta-pergs na Estrada. PREVIDÊNCIA

A Federação acompanhou os trabalhos da CPI da Previdência, presidida pelo senador gaúcho Paulo Paim, que em seu relatório final contestou os números do governo (reunidos numa Cartilha distribuída no país), contribuiu para que não fosse votado o projeto de reforma da Previdência encaminhado pelo governo.

Aqui no Rio Grande do Sul, a FETAPERGS apoiou e participou das iniciativas da Frente Parlamentar em Defesa da Terceira Idade, que no dia 5 de fevereiro discutiu com o Movimento dos Aposentados o impacto da reforma da Previdência na vida dos trabalhadores aposentados. DENÚNCIA

Na edição de junho "A Voz do Aposentado", o jornal que fala a linguagem dos aposentados e pensionistas denunciou um descaso na saúde pública do Rio Grande do Sul. Em matéria nas páginas centrais mostrou a realidade de algumas UPAs – Unidades de Pronto Atendimento – muitas delas abandonadas sem terem sido utilizadas, uma situação que prejudica mais de 140 mil aposentados e pensionistas do Rio Grande do Sul. SERVIÇO

Como entidade que atua em defesa dos direitos dos trabalhadores aposentados e pensionistas, e que zela para que os seus direitos sejam respeitados, o jornal que é distribuído nas

mais de 100 associações filiadas, destinou generosos espaços para divulgar como funciona o INSS Digital e registrar as reuniões da FETAPERGS que visaram esclarecer as dúvidas sobre a inovação implantada.

Outros serviços de interesses e de utilidade para os aposentados e pensionistas foram à divulgação de dois assuntos importante: a divulgação dos projetos em tramitação no Congresso Nacional que interferem na vida dos beneficiários da Previdência, e a matéria que explicou como proceder para retirar medicamentos de graça em Porto Alegre e no interior do estado. RECOMPENSA

Sem fazer política partidária, a FETAPERGS desenvolveu ao longo de 2018, um trabalho de acompanhamento das votações que provocarão impacto no Movimento dos Aposentados e mudanças na maioria da população. Os dois principais que a Federação decidiu abraçar foram o projeto da reforma da Previdência, encaminhado pelo governo, e as denúncias envolvendo o presidente Michel Temer. O meio utilizado foi a confecção de panfletos que na parte da frente continha a imagem e o nome dos deputados federais gaúchos, favoráveis a Reforma da Previdência, e no verso, imagens e a relação dos deputados federais do Rio Grande do Sul, salvaram o mandato do presidente Michel Temer. A campanha teve o reforço de manifestações do movimento nas cidades em que residem os parlamentares relacionados. A não reeleição da maioria dos integrantes da lista recompensou o esforço. Os participantes do fórum de debates elaboraram uma carta que foi encaminhada aos candidatos à Presidência da República. FÓRUM

A avaliação dos resultados de 2018 e a discussão da necessidade do movimento dos aposentados continuar mobilizado, desenvolvendo atividades como o 1º Seminário de Mulheres Aposentadas e Pensionistas, realizado na Câmara Municipal de Lajeado, foram os temas que pautaram o 1º Fórum de Debates das FETAPERGS, realizado em Novo Hamburgo. O evento concluiu que a Federação deve ser um Fórum Permanente de discussão das ideias e das propostas do Movimento dos Aposentados, que hoje representa mais de dois milhões de gaúchos beneficiários da Previdência Social.



## 13º BAILE ESTADUAL DO APOSENTADO

No dia 24 de janeiro de 2019 será realizada a 13ª edição do Baile Estadual do Aposentado. No evento que é promovido anualmente no Dia do Aposentado, a FETAPERGS, estará comemorando os 35 anos de fundação da Federação dos Trabalhadores Aposentados e Pensionistas do Rio Grande do Sul. Este ano, a festa de confraternização dos aposentados e pensionistas das associações filiadas à Federação será realizada na SOGIPA, no Bairro São João, em Porto Alegre.

Após a recepção às caravanas de mais de uma centena de associações de aposentados e pensionistas, terá início a programação que será desenvolvida das 10h às 19h.

Inicialmente haverá um espaço para saudações e manifestações de autoridades e lideranças estaduais e nacionais do Movimento dos Aposentados, Pensionistas e Idosos.

Posteriormente será servido o almoço para os aposentados e pensionistas previamente inscritos nas associações de seus municípios.

Um dos momentos esperados pelos participantes da festa é o Baile Estadual dos Aposentados, que na edição de 2019 será animado pela Banda Brilha Som.

O tradicional acontecimento, segundo os dirigentes da Federação, tem um papel importante na integração das associações de aposentados do estado Rio Grande do Sul.



## “E a Palavra se fez carne e habitou entre nós” (Jo-1-14)

Quando se aproximam as festas natalinas, mais uma vez somos desafiados a responder: Qual o Natal que nós queremos?

Será o Natal do Papai Noel, que agita o comércio, encontra-se nas compras, nos presentes que trocamos, ao redor da mesa do consumo?

Ou o Natal de Jesus, que irrompe no silêncio da graça, que se manifesta no interior do coração, na sutileza de pequenos gestos de amor e nos dá o verdadeiro presente?

O primeiro não exige muito. Basta deixar-nos levar pela propaganda, seduzir-nos pelas ofertas e irmos às compras. Depende do poder aquisitivo ou da poupança que fizemos ao longo do ano.

O segundo é bem mais oneroso. Exige

introspecção, sacrifício e partilha. Despojamento na gratuidade e provoca mudança de comportamento. Mas vem acompanhado de uma indescritível satisfação que é a paz interior.

Para irmos ao encontro deste Natal, convidamos a todos a percorrermos o caminho que nos leva ao Natal histórico: um Deus que vem estabelecer a sua morada no meio de nós, narrado nas primeiras comunidades cristãs com metáforas próprias do estilo bíblico, dentro da cultura da época. O Mistério salvífico do amor divino chega até nós na fragilidade de um menino que nasce numa humilde gruta. O Filho de Deus que é enviado para a salvação da humanidade nasce à margem da sociedade para que todos os povos, especial-

mente os mais humildes, pudessem conhecer seu rosto e seu projeto de vida e salvação.

É preciso devolver ao mundo de hoje a história da originalidade do Natal. A certeza que Ele veio morar no meio de nós e que sua presença nos fará pessoas melhores para construirmos uma sociedade alicerçada nos valores que ele viveu e pede de seus seguidores.

Desejamos a todos, especialmente aos aposentados e pensionistas do Estado do Rio Grande do Sul, um Natal cristão, onde Jesus é o presente que nós vamos irradiar pela bondade, alegria e paz.

**Colaboração Pe. Antônio Puhl Pároco – Paróquia Santo Inácio Lajeado-RS**

## UNIVERSIDADES OFERECEM CURSOS PARA OS IDOSOS

Não existe idade para começar ou concluir os estudos. Inclusive quem nunca teve a experiência de estudar na universidade, pode ter a oportunidade de conviver no ambiente acadêmico e absorver conhecimento a partir de cursos de extensão, graduação e pós-graduação direcionados para o público idoso.

A Federação dos Trabalhadores Aposentados e Pensionistas do RS (FETAPERGS) fez um levantamento das universidades no

estado que possuem programas desenvolvidos para os idosos. Foram sete universidades consultadas sobre a oferta de programas ao público da terceira idade e quatro responderam o contato feito pela Federação: Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UERGS), PUC-RS, Universidade La Salle e Unisinos. A Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) também dispõe de cursos para a Terceira idade.

Conforme a última Pesquisa Nacio-

nal por Amostra de Domicílios Contínua (PNAD Contínua), divulgada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), no período de 2012 e 2017, demonstrou que a quantidade de idosos aumentou em todo o País. Os estados com maior proporção de idosos no Brasil são Rio de Janeiro e Rio Grande do Sul, ambos com 18,6% de suas populações dentro do grupo de 60 anos ou mais. Para maiores informações ligue para (51) 3308-5151



### Unisinos - Programa Pró-Maior

O programa da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos) atende a um público predominantemente de São Leopoldo. As atividades são dirigidas a um público de 60 anos ou mais, de forma gratuita. São oferecidas 21 oficinas em diferentes áreas: idiomas, atividades físicas, plantas medicinais, cultura geral etc. Para efetuar a inscrição, é necessário ter 60 anos e morar no município de São Leopoldo. Para mais informações, basta entrar no site [www.unisinos.br](http://www.unisinos.br) ou entrar em contato com a Secretaria do Programa Maior Idade pelo telefone (51) 3591.1122.



### Uergs na Melhor Idade

O programa da Universidade Estadual do Rio Grande do Sul propõe às unidades universitárias a abertura de editais para que pessoas com mais de 30 anos possam cursar disciplinas de cursos de extensão. Oito unidades universitárias no RS disponibilizam aulas do programa: Alegrete, Bagé, Cruz Alta, Guaíba, Montenegro, Porto Alegre, Sananduva e Tapes. O programa abrange áreas, como, por exemplo, Educação, Administração Pública, Gestão Ambiental e Direito. Para mais informações sobre o programa, basta acessar o site [www.uergs.edu.br](http://www.uergs.edu.br) ou entrar em contato pelo telefone (51) 3288.9000.



### UNATI - UNILASALLE

A Universidade Aberta da Terceira Idade da Universidade La Salle é destinada para pessoas que tenham idade a partir de 60 anos. A instituição oferece cursos na área de Informática, Direito, Educação Física, Turismo, Nutrição, entre outros. Entre as atividades oferecidas, pode-se citar musculação, danças e exercícios físicos e recreativos. Para mais informações sobre os programas oferecidos para a terceira idade pela Universidade La Salle, é possível entrar em contato pelo e-mail [unati@unilasalle.edu.br](mailto:unati@unilasalle.edu.br) ou pelo telefone 3476-8622.



### PUCRS - UNATI

A Universidade Aberta da Terceira Idade da PUCRS oferece cursos em áreas como: saúde, esporte, direito e tecnologia. A universidade também oferece ações gratuitas e com preços especiais para idosos, como aulas de idiomas, cultura e atividade física. Os cursos são oferecidos na área de especialização, extensão, idiomas e pós-graduação. As inscrições para as modalidades podem ser realizadas pela internet ou presencialmente no Centro de Educação Continuada da PUCRS (prédio 40, sala 201). Mais informações pelo site [pucrs.br/unati](http://pucrs.br/unati) ou pelo telefone 3320-3727.

# PREPARE-SE, O VERÃO ESTÁ CHEGANDO!

## Conheça os seus direitos para viajar com desconto e dicas para aproveitar o período de férias com saúde

Com a chegada do verão, os gaúchos se preparam para encarar as estradas rumo ao litoral, outros estados e também para o interior. E para aproveitar ao máximo este período junto da família e amigos, é necessário cuidar da saúde e também conhecer os seus direitos como cidadão.

Neste período, é frequente a procura pelo serviço rodoviário para viagens para o litoral, interior ou para outros estados. Entretanto, muitos aposentados e pensionistas não sabem que possuem desconto em passagens rodoviárias

dentro do Rio Grande do Sul e para outros estados. De acordo com a Lei n.º 10.982/97, conhecida como Lei Divo do Canto em homenagem ao autor e primeiro presidente da FETAPERGS, reserva duas vagas por veículo com desconto de 40% em passagens intermunicipais para aposentados e pensionistas que possuem renda de, no máximo, três salários mínimos.

Segundo a Lei n.º 10.741, de 1º de outubro de 2003, que dispõe sobre o Estatuto do Idoso, para fora do estado, são reservadas duas vagas gratuitas por veículo para idosos com

mais de 60 anos e com renda inferior a dois salários mínimos. No caso de excederem as vagas gratuitas, será concedido 50% de desconto para os idosos.

Em relação à saúde, o verão demanda cuidados específicos e constantes com o corpo. O calor demanda atenção das pessoas que vão viajar para curtir a temporada. Ao pensar nesta situação, a Federação organizou um conteúdo com dicas para os aposentados, pensionistas e idosos aproveitarem o verão com saúde, junto de seus amigos e familiares.



## Atividades culturais para a terceira idade contribuem para a qualidade de vida

Participar de atividades culturais é benéfico para o ser humano. Fazer atividades estimulantes que incluem teatro, dança ou algum curso específico, contribui para qualificar a capacidade de memória e cognição.

Outras atividades também auxiliam para estimular a memória, como ler livros ou assistir filmes e contar para alguém. Nessa situação, é normal que depositemos atenção exclusiva no momento. É interessante contar a história para alguém, pois melhoramos a capacidade de armazenamento de informações

### LEI DA MEIA ENTRADA

Para colocar em prática a atividade de ver filmes, uma sugestão é ir aos cinemas. De acordo com a Lei Federal nº 10.741/2003, conhecida como Estatuto do Idoso, estabelece que os idosos possuem pelo menos 50% de desconto no pagamento de ingressos de atividades culturais, de lazer, artísticas e esportivas. No entanto, a condição de aposentado não garante o desconto, pois é necessário possuir mais de 60 anos. Basta apresentar a carteira de identidade no momento da compra para conseguir o desconto.

## EM PORTO ALEGRE APOSENTADOS TÊM DESCONTO

Conforme a Lei Municipal nº 7366/1993, é concedido o benefício de meia-entrada no município de Porto Alegre para todos os aposentados e pensionistas do INSS, cuja aposentadoria ou pensão não sejam superiores a 03 salários mínimos. Os aposentados possuem direito de aproveitar e cinemas, teatros, espetáculos esportivos, circenses, ou de outras áreas de cultura, lazer e entretenimento.

Porém, é importante observar que em relação aos ingres-

sos para o cinema, o desconto ocorre somente nas segundas e quartas-feiras. Sobre teatros e circos, o desconto é válido somente nas terças e quintas-feiras. A FETAPERGS, com sede em Porto Alegre, confecciona a carteirinha de desconto cultural. Basta apresentar Carteira de Identidade e CPF e o Demonstrativo de Crédito do Benefício (DCB) que pode ser retirado no caixa eletrônico do banco onde o cidadão recebe o benefício. A foto do documento é tirada na hora.

## DICAS PARA CUIDAR DA SAÚDE NO VERÃO

O suor é muito intenso durante o verão e o corpo acaba perdendo muita água. É recomendável que, em dias muito quentes, se consuma no mínimo 3 litros de água.

As roupas utilizadas no verão também são muito importantes. Priorize o uso de roupas leves e de cor clara, pois absorvem menos calor.

Procure não se expor demais sob o sol e evite realizar atividades na rua ou sair entre o período das 10h e 16h, pois é um horário com maior intensidade dos raios solares.

É importante consumir alimentos frescos e frutas durante o verão. Além disso, é possível fazer a base da alimentação com frutas e alimentos minimamente processados. Evite frituras e alimentos de digestão mais lenta.

### CARTEIRINHA DE DESCONTO EM VIAGENS INTERMUNICIPAIS

Aposentados e pensionistas, com idade de 65 anos ou mais, com renda bruta de até 3 salários mínimos, possuem desconto de 40% em viagens intermunicipais.

ENTRE EM WWW.FETAPERGS.ORG.BR E PROCURE A ASSOCIAÇÃO MAIS PERTO DE VOCÊ!



### CARTEIRINHA DE DESCONTO CULTURAL

Aposentados e pensionistas do INSS, com a Carteira de Desconto Cultural você tem direito à desconto de 50% em cinemas, teatros, eventos esportivos e outros espetáculos culturais!

### LEI DA MEIA-ENTRADA

DE ACORDO COM A LEI Nº 10.741/2003, IDOSOS POSSUEM O DIREITO DE 50% DE DESCONTO NO PAGAMENTO DE ATIVIDADES CULTURAIS, DE LAZER, ARTÍSTICAS E ESPORTIVAS. EXERÇA O SEU DIREITO!