

## A chegada da **Primavera**

Final de setembro tem início a estação das flores. Simbolicamente, é considerada a estação do equilíbrio e do renascimento. Temos o aumento da luminosidade, da floração das plantas e do bem-estar. Aproveite todas as inspirações que essa época nos traz.

### Talento na pintura e na vida profissional



Consegue adivinhar quem é o responsável pela pintura desse belo quadro acima? Vá na pág. 7 para descobrir e conhecer mais da história desse nosso associado.

### Golpes virtuais: conheça os crimes mais comuns e como se proteger deles



## Editorial



Já diz o ditado: prevenir é melhor que remediar. Prevenção é a palavra-chave quando o assunto é saúde. Adquirir hábitos saudáveis e que estimulem o bem-estar físico e mental devem iniciar muito antes da terceira idade.

É importante estimular boas práticas como alimentação regrada, atividade física sempre que possível, vacinação, visitas regulares ao médico para realização de exames e aderência aos tratamentos prescritos. Com o passar dos anos, é natural que o corpo esteja mais suscetível a doenças.

Também podem fazer parte do processo do envelhecimento, para algumas pessoas, a redução de capacidade motora e cognitiva, sendo necessário traçar estratégias funcionais adequadas para cada indivíduo. Mas a questão é: quanto mais nos preocuparmos em cuidar da saúde, mais qualidade de vida teremos.

### Vacinação

A vacinação para idosos é a melhor forma de garantir proteção contra doenças infecciosas e as formas graves delas. Durante a terceira idade, é natural que o

# Saúde: nosso bem mais precioso

sistema imune fique mais enfraquecido, podendo ser porta de entrada para doenças. Portanto, manter o calendário vacinal atualizado com todas as vacinas recomendadas pelos órgãos de saúde fortalecerá o organismo e as chances de adoecimento serão muito menores.

Fiquem atentos quanto a dose de reforço para prevenção da Covid-19. Aqueles que já tomaram a primeira e segunda dose da vacina, começam a ser convocados pela Secretaria Municipal de Saúde da PBH para mais uma dose. Acompanhem com atenção.

### Plano de Saúde

Nesta edição também destacamos cinco programas que integram o Plano de Saúde da SISTEL. Não deixem de utilizá-los sempre que precisar. A falta de informação faz com

que muitos aposentados deixem de usufruir seus direitos e benefícios conquistados. Paralelamente, destacamos também na nossa página de convênios o contato de consultor especialista na contratação de planos de saúde. Esta já seria uma opção para os familiares, amigos e dependentes dos aposentados que também queiram cuidar mais da saúde desde cedo.

E lembrem-se: saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade.

Voltar os nossos olhos para nossa saúde é cuidar da gente mesmo.

Com carinho,

**Aldenôra Barbabella**



## Ação da vida toda

Você que se aposentou nos últimos 10 anos e tem contribuições anteriores a julho de 1994, fique atento! O Superior Tribunal de Justiça (STJ) entendeu que, caso seja vantajoso ao aposentado ou pensionista, poderá ser feito um novo cálculo do benefício considerando a média dos maiores salários de contribuição de toda a vida profissional.

O Ministro e relator Marco Aurélio Mello, negou provimento ao recurso do INSS e reconheceu o direito a uma nova revisão de aposentadorias e pensões pagas pelo INSS que pode beneficiar os segurados que se aposentaram nos últimos 10 anos.

A revisão da vida toda tem como objetivo reivindicar o uso de todas as contribuições para o cálculo da aposentadoria e pensão. Atualmente, o Instituto Nacional do Seguro Social só aceita as contribuições realizadas após o Plano Real.

Com a aprovação da revisão da vida toda, a média salarial dos aposentados e pensionistas após 1999 terão o valor corrigido. Além disso, esses terão direito ao recebimento dos atrasados de 1994 a 1999.

### Como fazer a revisão?

O escritório de advocacia

previdenciária Marcos André já vem trabalhando com esta revisão e está pronto para fazer uma avaliação do seu caso. Para obter os documentos necessários, acesse o "Meu INSS" através do site: [www.meu.inss.gov.br](http://www.meu.inss.gov.br), cadastre-se, preenchendo os campos com as informações solicitadas ou, caso já tenha cadastro, vá direto ao campo "ENTRAR", digitando o CPF e a senha. Após acessar o seu cadastro, faça o download dos seguintes documentos:

- Extrato de Pagamento;
- Extrato de Contribuição (CNIS);

### ● Carta de Concessão.

De posse desses três documentos, faça uma avaliação sem custos com a equipe do Dr. Marcos André. Os interessados devem procurar o escritório de advocacia previdenciária Marcos André pelo telefone (31) 98251-2820 (WhatsApp) ou pelo e-mail: [contato@marcosandreadvogados.com.br](mailto:contato@marcosandreadvogados.com.br)

Esta ação pode ser divulgada para parentes e amigos.

**Marcos André**



## EXPEDIENTE

Informativo da Associação dos Trabalhadores Aposentados, Pensionistas e Participantes de Planos Previdenciários Complementar do Setor de Telecomunicações de Minas Gerais

**ASTAPTEL**

O *Jornal da Astaptel* é de responsabilidade da diretoria da Instituição

**Endereço Sede:** Rua Caetés, nº 530, salas 916 a 920  
Centro, Belo Horizonte/MG  
CEP: 30.120-080

**Telefone:** (31) 3272-7009  
**Whatsapp:** (31) 9 9844-7260

**E-mail:** [contato@astaptel.org.br](mailto:contato@astaptel.org.br)  
**Site:** [www.astaptel.org.br](http://www.astaptel.org.br)

**Diretoria Executiva**  
**Presidência:**  
Aldenôra Gonçalves Barbabella  
**Vice Presidência:**  
Adilson Alves Duarte  
**Diretora de Seguridade:**  
Flordeliz Maria de Moura Rios  
**Diretora Administrativa:**  
Custódia de Melo Figueiredo  
**Diretora Social:**  
Ana Maria Aguiar de Oliveira  
**Diretora Financeira:**  
Edir Braga Pinton

**Conselho Fiscal Titulares**  
Siranô Rodrigues de Souza Filho  
Jaime Ribeiro da Mota  
Eduardo Contin Gomes

**Redação e Edição:** Alexandre Dutra (MG-12783-JP)  
**Diagramação:** BetoMaya  
**Fotografia:** Adilson Duarte e Arquivo da Astaptel  
**Periodicidade:** Trimestral  
**Tiragem:** 2.100 exemplares  
**Impressão:** Bigráfica

# Programas oferecidos pela SISTEL contribuem para saúde e bem-estar dos aposentados

A SISTEL tem uma série de programas vinculados ao Plano de Saúde que podem ser aproveitados pelos aposentados que possuem tanto o PAMA (Plano de Assistência Médica ao Aposentado) quanto o PAMA-PCE (Programa de Coberturas Especiais – PCE). Esses programas são disponibilizados de maneira gratuita, portanto, aproveite todos os seus direitos e não deixe de utilizar, sempre que precisar.

Ao entrar no site [www.sistel.com.br](http://www.sistel.com.br) e clicar no menu “Assistência Médica” é possível conhecer melhor a relação de todos os programas criados pela SISTEL que são direcionados para a saúde e o bem-estar dos aposentados. Ao lado, listamos um breve resumo de todos eles:



## O USUÁRIO LIGA PARA A SISTEL

**Alô Doutor** – Trata-se de uma central de orientação, para dar suporte nas questões relacionadas à saúde, durante 24h do dia. O

objetivo é esclarecer dúvidas e oferecer orientações adequadas em situações de emergência.

Os aposentados e beneficiários têm, à disposição, médicos e enfermeiros que poderão ajudar, remotamente, com orientações nos momentos de mal-estar, queda, ou quando sentirem algum tipo de dor, palpitação, reação alérgica, entre outros. Para entrar em contato com a equipe do Alô Dr. Sistel, basta discar 0800 772 8988 ou pelo WhatsApp (61) 9 9669-4383.



**Benefício Farmácia** – Permite a compra de medicamentos com descontos especiais. No site da SISTEL, é possível ver a relação completa das farmácias participantes do Programa e a listagem dos medicamentos com preços diferenciados.

ferenciados.



## A SISTEL LIGA PARA O USUÁRIO

### Programa Lado a Lado

– Criado para auxiliar o aposentado e seus familiares antes, durante e depois de uma internação. O Programa continua à disposição do usuário e de seus familiares durante os trinta dias após a saída do hospital.



### Programa Viver Melhor

– Trata-se de uma Programa para monitorar a saúde de pacientes crônicos, portadores de hipertensão, diabetes, doenças respiratórias, cardiológicas, portadores de depressão crônica e problemas renais.



## Golpes virtuais e por telefone: fique atento!



Todos nós já ouvimos falar em fraudes virtuais e golpes aplicados à distância. Mesmo tendo algumas noções de seguranças e boas práticas no ambiente virtual, nem sempre sabemos como identificar os possíveis golpes e nos livrarmos das armadilhas.

Sempre desconfie de e-mails com links ou arquivos executáveis, principalmente quando o remetente não for conhecido. Eles podem instalar vírus em seu computador ou celular que são capazes de roubar senhas usadas em aplicativos ou sites. Manter um antivírus atualizado ajuda no combate dessas pragas virtuais.

Quando receber algum tipo de promoção ou oferta tenta-

dora, por telefone ou e-mail, redobre sua atenção. São nos momentos de maior fragilidade emocional e ansiedade que muitos golpes são aplicados.

E o mais importante: nunca forneça documentos pessoais, dados bancários ou senhas em ligações recebidas. Utilize sempre os canais oficiais das empresas e, se desconfiar de algo, ligue para esses canais oficiais para checar se a informação recebida é, de fato, verdadeira. Quando for fazer algu-

ma compra no ambiente virtual ou acessar sua conta bancária por meio da internet, só use seu computador pessoal. Computadores públicos ou de terceiros podem estar infectados com algum tipo de vírus.

No site da Astaptel, foram disponibilizadas duas cartilhas com a relação dos golpes mais comuns e como preveni-los. Os materiais foram produzidos pela Polícia Civil de MG e pelo Ministério Público de Pernambuco e também trazem orientações para aqueles que acabaram de cair em algum tipo de crime virtual.

## INFORMAÇÕES DA ASTAPTEL VIA WHATSAPP

Caro associado,



Para que você possa receber informações da Astaptel de forma mais ágil, a associação tem utilizado bastante a ferramenta do aplicativo WhatsApp. São usadas listas de transmissão, para que todos os associados recebam uma mesma informação ao mesmo tempo. No entanto, para que o associado possa receber essa mensagem direto em seu celular é preciso que ele tenha salvo o número do telefone da Astaptel entre os contatos do seu celular. Basta adicionar o número corporativo (31) 9 9844-7260 que as mensagens da associação chegarão até o seu celular.

## Senado derruba veto que obriga prova de vida para o INSS

A prova de vida do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) nada mais é do que a atualização cadastral que tem o propósito de comprovar que o segurado permanece vivo e apto a receber o seu benefício. De março de 2020 a maio de 2021 estava suspensa esta obrigatoriedade da prova de vida.

Por meio da portaria 1.299, de 12 de maio de 2021, o INSS retornou sua rotina para suspensão do benefício, a partir de junho, daqueles segurados que não realizassem a prova de vida.

No entanto, o Congresso Nacional, por meio da Lei 14.199, de 02 de setembro de 2021, sancionou novamente a suspensão da prova de vida, até dezembro de 2021. A ASTAPTEL está atenta para informá-los quando esse procedimento passar a ser obrigatório novamente, bem como lembrá-los das consequências para quem deixar de fazê-lo.

Aguardem novas informações sobre a obrigatoriedade deste procedimento do INSS

# Distribuição do superávit 2016 e liberação do pecúlio

**A** liberação dos superávits dos anos de 2012, 2014 e 2015 e a exclusão da cobrança “Contribuição de Assistido” foram ações concretizadas em dezembro de 2019, resultantes de muita luta. Novamente, busca-se dois pleitos importantíssimos: a liberação do superávit do ano de 2016 e a antecipação do pecúlio.

Para melhor entendimento da situação como um todo, é necessário conhecer o que é PREVIC, FENAPAS e o que se trata a Ação Judicial.



**Superintendência Nacional de Previdência Complementar** - Órgão governamental cuja função é fiscalizar e supervisionar os fundos de pensão. Os benefícios conquistados para os assistidos, participantes e pensionistas dentro da SISTEL precisam ter a validação da PREVIC. Sem a autorização deste órgão, a SISTEL não finaliza a realização de nenhum benefício para a população dos planos, mesmo tendo sido aprovado pelo Conselho Deliberativo da SISTEL.

Os benefícios conquistados para os assistidos, participantes e pensionistas dentro da SISTEL precisam ter a validação da PREVIC. Sem a autorização deste órgão, a SISTEL não finaliza a realização de nenhum benefício para a população dos planos, mesmo tendo sido aprovado pelo Conselho Deliberativo da SISTEL.



**Federação Nacional das Associações de Aposentados, Pensionistas e Participantes em Fundos de Pensão do Setor de Telecomunicações** – Atualmente 11 associações fazem parte desta Federação, que são os estados do Rio de Janeiro, Minas Gerais, Santa Catarina, Bahia, Paraíba, Distrito

Federal, Espírito Santo, Rio Grande do Norte, Pernambuco, Ceará e Paraná.

Federal, Espírito Santo, Rio Grande do Norte, Pernambuco, Ceará e Paraná.



**Ação de Nulidade de ato Jurídico, ou seja, Cisão do Plano PBS**

– Número 0021721-30.2005.8.19.0001 data-

da de 17 de fevereiro de 2005. É objeto dessa ação contra as Teles (Telemar, Brasil Telecom, Telefônica) e SISTEL o desrespeito ao Edital de Privatização MC/BNDES nº 01/1998. Em outras palavras, a ação busca o retorno à época antes da privatização desconstituindo todo ato jurídico ocorrido após a data 31/12/1997.

Lembro a todos, mais uma vez, que não existe vitória sem luta. Semelhante ao que já foi conquistado em dezembro de 2019, faz parte novamente desse caminho muitos manifestos, cartas e reuniões presenciais e virtuais na PREVIC e SISTEL para que nós assistidos e pensionistas dos planos PBS-A, Telebrás-Prev e PBS Telebrás possamos usufruir destas conquistas em vida.

a seguinte implicação: com o aceite de entrada de um órgão federal em um processo é preciso o deslocamento da ação para a Justiça Federal, podendo ser iniciado outro julgamento com nova contagem de tempo. Se para julgar a ação nas instâncias primeira e segunda durou treze anos, imaginem indo para a Justiça Federal? Se somente uma apreciação de aceite da PREVIC no processo já dura três anos, imaginem quanto tempo será a conclusão do julgamento do mérito?

Paralelo a este tempo inerte, continuo fazendo carta para a PREVIC conversando com as patrocinadoras e a SISTEL para que este assunto fique sempre em evidência.

Saber sobre estes fatos é importante para que cada assistido possa valorizar ainda mais seu superávit e toda luta por trás desta conquista. Além disso, existe uma resistência dentro da FENAPAS, feita por uma minoria de estados, que insistem em manter a ação mesmo sabendo que não existe estimativa para julgamento do mérito.

## Qual a solução?

Pela lógica, se já se passaram 16 anos e a ação continua estagnada e a média atual da nossa população é de 74 anos, se levarem o mesmo tempo nessa ação de âmbito federal, a média de idade será de 90 anos. Aí já estaremos com outras necessidades. Precisamos deste dinheiro hoje, para ajudar um filho, um neto e para nós mesmos, enquanto a maioria está com saúde.

Portanto, é necessário que você, ASSISTIDO/PENSIONISTA, entre nesta luta junto comigo enviando cartas para a PREVIC e SISTEL, para exigir uma atitude urgente destes órgãos. A intenção é reverter a suspensão da análise do processo distribuição do superávit 2016 e antecipação do pecúlio. Para a FENAPAS, as mensagens terão que ser de conscientização de que esta ação não tem benefício para nenhum assistido de nenhum plano previdenciário.

## Endereços para o envio de mensagens:

**PREVIC** - [previcgab@previc.gov.br](mailto:previcgab@previc.gov.br)  
**FENAPAS** - [fenapas@fenapas.com.br](mailto:fenapas@fenapas.com.br)  
**SISTEL** - [atendimentosistel@sistel.com.br](mailto:atendimentosistel@sistel.com.br)

## Endereço da SISTEL

**SEPS/EQ 702/902**  
**CJ B – BL A, Brasília/DF**  
**CEP: 70390-025**

## Processo de superávit 2016 PBS-A

Após aprovado pelo Conselho Deliberativo da SISTEL, o processo de superávit referente a 2016 foi encaminhado para análise e aprovação da PREVIC, em junho de 2020. Neste processo estava aprovado pelos oito conselheiros das patrocinadoras e pelos quatro conselheiros representantes dos assistidos, participantes e pensionistas. A previsão de conclusão de análise era em setembro de 2020.

Agosto de 2020 - A PREVIC elaborou uma nota com suspensão do processo que, na análise jurídica do órgão Fiscalizador, não poderia liberar nenhum recurso financeiro dos planos administrados pela SISTEL até que houvesse julgamento do mérito da ação citada acima. Já em 11 de setembro de 2020, os conselheiros eleitos Ezequias Ferreira - DF, Carlos Burlamaqui - RJ e Flordeliz Rios - MG agendaram uma reunião com a PREVIC para explicar que era descabida tal suspensão. Infelizmente, a PREVIC continuou irredutível, mas deixou as portas abertas para novas reuniões, em um prazo de pelo menos seis me-

ses, caso surgissem fatos novos no processo.

Como até o momento não tivemos nenhum fato novo no processo judicial que justificasse nova reunião, achei melhor fazer uma provocação para, novamente, citarmos os dados atualizados da população considerando o excesso de mortalidade, o plano e a idade avançada dos assistidos, além de outros argumentos já citados na reunião de 11/09/2020.

Agosto de 2021 – Em 16 de agosto de 2021, nova reunião foi realizada na PREVIC com a mesma pauta daquela ocorrida em 2020, porém sem sucesso. A PREVIC continuou irredutível no seu posicionamento e manteve suspensa a análise da distribuição do superávit e antecipação do pecúlio.

## Mais esclarecimentos

Esta ação foi impetrada no estado do Rio de Janeiro em função de ser lá o local da sede da Federação. Foi julgada com ganho na primeira e segunda instâncias. Em janeiro de 2018, a PREVIC, requereu a entrada no processo. Esta solicitação tem



Fico à disposição para mais esclarecimentos.

**Flordeliz Maria e Moura Rios**

(31) 9 9954-2954

# Posicionamento da Diretoria da ASTAPTEL em relação a distribuição do superávit 2016 e antecipação do pecúlio

A diretoria da ASTAPTEL entende a luta dos representantes dos assistidos no Conselho Deliberativo da Sistel e vem corroborar com a Conselheira Flordeliz no sentido de incentivá-los a participar efetivamente da campanha de enviar depoimentos das suas reais necessidades destes benefícios em função das dificuldades ocasionadas pela pandemia da Covid-19 e inflação alta. Estamos à disposição dos nossos associados para ajudá-los na construção de mensagens e cartas aos órgãos envolvidos.

A ASTAPTEL faz parte da FENAPAS e é favorável à interrupção desta ação com uma negociação de benefícios revertidos aos assistidos e pensionistas. É entendimento do corpo diretivo da entidade que a continuidade desta ação não trará nenhum benefício para assistidos, participantes e pensionistas de nenhum plano previdenciário.

Na hipótese da FENAPAS interromper a conclusão desta ação descabida, já encaminhamos à Federação uma lista de pleitos tais como:

- retorno do parcelamento das despesas médicas, obedecendo a um escalonamento;
- distribuição dos superávits de forma voluntária;
- antecipação opcional do pecúlio;
- acrescentar outros exames no pacote preventivo com 100% de custeio pelo PAMA;
- gratuidade de vacinas que não são distribuídas pelo SUS;
- aparelho auditivo custeado pelo PAMA e,
- contribuição mensal do PAMA-PCE, indexada em 40%, quando ocorrer a PENSÃO POR MORTE em função da redução dos benefícios das pensionistas tanto do INSS quanto da SISTEL

Confira ao lado as informações detalhadas fornecidas pela SISTEL e extraídas do relatório de desempenho de planos – PBS-A. Os dados conseguem dar um panorama quantitativo do nosso cenário atual e uma projeção para daqui a 10 anos.

## População por Faixa Etária (ABR/2021) – Plano PBS-A

PBS-A			
Faixa Etária	Aposentado	Pensionista	Total
Até 55	32	310	342
56 - 60	112	313	425
61 - 65	788	699	1.487
66 - 70	3.513	1.278	4.791
71 - 75	5.607	1.400	7.007
76 - 80	3.481	974	4.455
81 - 85	1.445	603	2.048
86 - 90	436	279	715
91 - 95	128	133	261
Acima de 95	34	27	61
<b>TOTAL</b>	<b>15.576</b>	<b>6.016</b>	<b>21.592</b>

## APOSENTADOS considerando a média de idade do PBS-A

Faixa etária	Quantidade	%
Até 74 anos	9.038	58 %
Acima 74 anos	6.538	42 %
<b>Total</b>	<b>15.576</b>	<b>100%</b>

Diretoria da  
ASTAPTEL

## Projeção dos assistidos para 2031 com base em estudos atuariais

Ano Projetado	Aposentados			Falecidos
	Total	Até 74 anos em 2021	Acima de 74 anos em 2021	
2021	15.576	9.038	6.538	
2022	15.156	8.894	6.262	-420
2023	14.713	8.737	5.976	-443
2024	14.246	8.567	5.679	-467
2025	13.757	8.382	5.375	-489
2026	13.247	8.183	5.064	-510
2027	12.715	7.969	4.746	-532
2028	12.164	7.739	4.425	-551
2029	11.596	7.494	4.102	-568
2030	11.013	7.233	3.780	-583
2031	10.417	6.957	3.460	-596
<b>TOTAL</b>				<b>-5.159</b>

## Homenagem para aqueles que deixaram saudades

É com muito pesar que a ASTAPTEL comunica o falecimento dos associados abaixo. Nossos sinceros sentimentos aos familiares e amigos próximos por essa perda irreparável. Fica nossa homenagem a todos eles e guardaremos com carinho as lembranças e os momentos agradáveis que desfrutamos com todos eles.



**João Marcelino  
Alves da Silva**  
22/05/2021



**Francisco  
Tolentino**  
05/06/2021



**Carlito Manoel  
dos Santos**  
08/06/2021



**Elizabete  
Romano**  
09/06/2021



**Antônia Alves  
de Paula**  
30/06/2021



**Elir  
Fernandes**  
05/07/2021



**Nilza Luiza  
Martins**  
13/09/2021

Também registramos o falecimento da associada **Sônia Maria Guimarães Oliveira**, em 28/03/2021, e **Hugo Ribeiro do Vale**, em 05/06/2021

# CONVÊNIOS - Preços diferenciados para associados



## ODONTOWHITE

Dentista  
Dra. Vivianne Carvalho Vilela  
Avenida Mem de Sá, 980 - sala 302,  
Bairro Santa Efigênia, BH/MG  
Tel.: 3283-3968 / 9 8380-0852  
Desconto de 20% para associados e dependentes mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL

## DENTISTAS

Dra. Rosângela Rodrigues Miranda  
(CRO 10508)  
Rua São Paulo, 684, Sala 101  
Tel.: 3271-5048 / 9 8769-6959 /  
9 8709-6746  
Dra. Mariana Rodrigues Pereira  
(CRO 38116)  
Rua Póvoa de Varzim, 213, Loja 01  
Bairro Paquetá, BH/MG  
Tel.: 2531-2801 / 9 8018-5716  
consultorio.mariana@yahoo.com.br  
Serviços: clínica geral (restaurações,  
tratamento de canal, limpeza), endodontia  
(tratamento de canal), próteses, ortodontia  
(aparelhos) e implantes. Desconto de 20%  
para associados e dependentes mediante  
apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## DENTARE SAÚDE

Núcleo Avançado de Odontologia e Saúde  
Clínica Odontológica Multidisciplinar High-

Tech, atendendo com excelência todas as especialidades Odontológicas em um mesmo Núcleo  
Av. Álvares Cabral, 381, 12º andar  
Bairro Lourdes, BH/MG  
Tel.: 3224-2362 / 9 8268-0700

## ANDREA NOVAIS MOTA

Clínica geral com especialização em ortodontia e aperfeiçoamento em ortopedia funcional dos maxilares. Limpeza clínica, restaurações e manutenção de aparelhos.  
Rua Olinto Magalhães, 1.077  
Bairro Padre Eustáquio, BH/MG  
Tel.: 3413-1976 (fixo e WhatsApp)  
Desconto especial aos associados e dependentes mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## NUTRICIONISTA

Kiara Gonçalves Dias Diniz  
Rua Grão Pará, 85, sala 1.202  
Bairro Santa Efigênia, BH/MG  
9 9444-7564  
Atendimento nutricional. Descontos especiais de 20% aos associados e dependentes mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## AURICULOTERAPIA

Redução alimentar **NOVO**  
Sirlene Torres Fátima  
3081-3998  
Central de atendimento  
3641-4393 / (31) 9 7508-7914 (WhatsApp)  
Atendimento nos bairros: Centro, Alípio de Melo, Guarani, Venda Nova, Eldorado e Betim  
Instagram: @comaemagrecabelohorizonte

## TERAPIA OCUPACIONAL

Cláudia Alexandrino Santa Rita  
Rua Grão Pará, 85, sala 1202  
Bairro Santa Efigênia, BH/MG  
Tel.: (31) 9 9916-0639 / 9 8801-6735  
Tratamento Terapêutico Ocupacional.  
Descontos especiais de 20% aos associados e dependentes mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## PSICOTERAPIA

Leticia Maria Mourthe Antoniazzi  
Área: psicoterapia e orientação vocacional.  
Tel.: (31) 9 8812-0566 / WhatsApp  
(31) 9 9782-9872

## PSICOLOGIA

Luciana Alexandrino Santa Rita  
Rua Grão Pará, 85, Sala 1.202,  
Santa Efigênia, BH / MG  
Telefone: (31) 9 9114-7275 / 9 9160-6390  
Desconto especiais de 20% para associados e dependentes, mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## APARELHOS AUDITIVOS AUDIUM

Rua dos Guajajaras, 375, Centro, BH / MG  
Tel.: (31) 3213-2003  
Rua Alagoas, 1.005, Savassi, BH / MG  
Tel.: (31) 3261-3434  
Ligue e agende uma triagem auditiva.  
Associados terão desconto de 30% na compra de aparelhos auditivos.

## ÓTICA LA PATRÍCIA

Unidade Avenida Brasil  
● Av. Brasil, 685, Santa Efigênia, BH / MG

(31) 3273-1515

● Unidade Santa Efigênia  
Av. Brasil, 80, Santa Efigênia, BH / MG  
(Também Departamento Infantil)  
(31) 3241-2690

● Unidade Funcionários  
Av. do Contorno, 4679, Funcionários, BH / MG  
(Também Departamento Infantil)  
(31) 2514-0406

Descontos especiais de 5% aos associados e dependentes mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## PODOLOGIA DIVINO PÉ

Podóloga Valéria de Oliveira  
Rua Leopoldo Gomes, 498  
Pompéia - BH / MG  
Celular / WhatsApp (31) 98732-0501  
Desconto de 15% para associados e dependentes, mediante a apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## PLANOS DE SAÚDE **NOVO**

Oseias Santos - Consultor especialista na contratação de planos para pessoa física ou jurídica.  
Condições diferenciadas para estudantes, pessoas com ensino superior, trabalhadores de carteira assinada e pessoas da melhor idade.  
Tel.: (31) 9 8330-8829  
Apesar da maioria dos associados da ASTAPTEL já terem o PAMA-PCE, são poucos os familiares cobertos pelo plano. Amigos, parentes ou conhecidos têm agora uma opção com preços diferenciados.



## JURÍDICO

Dr. Marcos André  
Especialista em Previdência Pública  
Rua Matias Cardoso, 271, Sala 1102, Santo Agostinho, BH/MG  
Tel.: 2555-9901 / (31) 9 8251-2820  
www.marcosandreadvogados.com.br

## Araújo Soares & Cruz Advogados Associados

Equipe: Marcelo Soares, Bruno Afonso, Deophanes Araújo e Wagner Ferreira  
Direito trabalhista, Empresarial e Civil (família, inventário, consumo e contratos)  
Av. do Contorno, 6.283, pilotis, Savassi, BH/MG  
Tel.: 3284-0240 / (31) 9 9309-7668  
www.araujosoareshcruc.adv.br

## Lilian Salgado Advocacia e Consultoria

Direito Previdenciário, Direito do Consumidor, Trabalho e Sucessório (inventários).  
Av. Brasil, 1.438, sala 1.201  
Ed. Agmar Glass Tower, Funcionários, BH/MG  
Tel.: 2511-5444 / 2511-5404 /  
(31) 9 9929-3727 (WhatsApp)  
www.liliansalgado.com.br  
contato@liliansalgado.com.br  
Instagram: @liliansalgadoadvogados  
Facebook: Lilian Salgado Sociedade de Advogados

## Claudilene Aparecida Peixoto

Área de atuação:  
cível, previdenciária e trabalhista sobre fundos e pensão abertos e fechados.  
Rua Aimorés, 2480, sala 311,  
Santo Agostinho, BH/MG  
Tel.: (31) 3337-0176  
(31) 9 9942-7725  
claudilenesilva@uol.com.br  
Atendimento mediante agendamento



## TURISMO E LAZER

## CVC Turismo Betânia

Rua Úrsula Paulino, 962 Loja 5, BH/MG  
Tel.: (31) 9 8849-6580 (WhatsApp)  
Desconto de 3% para pagamentos à vista, 10x no cartão e 8x no boleto sem juros, mediante apresentação da carteira da ASTAPTEL.

## SESC Belo Horizonte

Para usufruir dos serviços da instituição, com taxas acessíveis e descontos, é necessário apresentar carta de apresentação assinada pela ASTAPTEL, documento de identidade com foto, CPF, foto 3x4 e comprovante de endereço. Se casado, certidão de casamento e os mesmos documentos citados para o cônjuge.

## Advogado Marcelo Soares

Direito trabalhista, Empresarial e Civil  
(família, inventário, consumo e contratos)

Av. do Contorno, 6.283,  
pilotis, Savassi, BH/MG

Tel.: 3284-0240 / (31) 9 9309-7668  
www.araujosoareshcruc.adv.br

## Perfil

# Dedicação ao trabalho e reconhecimento da Telemig

**Empenho e esforço. Essas são palavras que resumem a trajetória na Telemig do associado Jaime Ribeiro da Mota, 73 anos. Entrou para a empresa quando ainda era CTMG (Companhia Telefônica de Minas Gerais) e nela continuou após a privatização, quando a empresa passou a ser Telemar.**

Em 1968, Jaime foi admitido na CTMG como auxiliar de escritório e, um ano depois, passou a escriturário. Paralelo a essas funções, conservava seu *hobby* de desenhar, seja desenho artístico ou técnico. Os traços precisos no papel o acompanhavam em diversos os momentos.

Por meio de um processo seletivo interno da empresa, em 1970, Jaime conseguiu ser transferido para a Seção de Estudos da Rede - local onde ficavam os projetistas e desenhistas da Seção de Projetos de Rede Externa, da CTMG. Como auxiliar de desenhista, passou a conhecer mais sobre os diversos projetos de telefonia, o que lhe despertou maior interesse sobre o assunto. Já em 1971, passou a ser desenhista no setor de Projetos de Rede Interurbana: "Nesse período, a empresa passou a ser Telemig propiciando grandes melhorias nas condições de trabalho e salariais de todos os funcionários", relembrou.

Menos de três anos depois, fez novo concurso interno, tornando-se auxiliar técnico de Estudos da Rede, atuando como projetista da Rede Interurbana até 1976, quando passou a ser chefe do Setor de Projetos da Rede Interurbana. Nesta função e, sob a gerência do Sr. Reinaldo de Lima, chefe da Seção de Projetos, Jaime passou também a pesquisar sobre sistemas de transposições em linhas de fio nu, cabos de quadras e projetos de instalação de cabos coaxiais enterrados, visando otimizá-los.

Essas pesquisas geraram melhorias nesses tipos de meios de transmissão, o que permitiu uma grande economia para a empresa. Nessa época, utilizaram os novos cabos de quadras para substituir os cabos coaxiais nas interligações entre multiplex e rádios em sistemas analógicos até 60 canais. Tal iniciativa rendeu uma premiação no Programa de Sugestões da Empresa, como reconhecimento



Os quadros de Jaime (ao centro) chegaram a ser expostos em galeria da Assembleia Legislativa, em 2007. À direita, a obra "Ocaso de uma tecnologia"

ao trabalho e à economia gerada. Nesses projetos para instalação dos novos cabos de quadras contou com a participação dos técnicos Carlos Gonçalves e Vitório Tiengo.

### Modernização da rede

Os últimos anos de Jaime na Telemig, anteriores à privatização, entre 1990 e 1998, foram marcados pela participação em projetos e implantação dos longos entroncamentos via fibra ótica em rodovias, ferrovias e redes aéreas. Por meio desses sistemas digitais, a capacidade de transmissão foi expandida, com grande melhoria na qualidade da prestação de serviços.

Após a privatização da Telemig, e já tendo condições de se aposentar, Jaime entrou no último plano de demissão incentivada, em 1998. Imediatamente após sua saída, foi convidado a retornar para a Telemar, como contratado, ficando mais um ano na empresa em BH. Nessa época, participou de projetos e assessorou o colaborador que o substituiria em suas funções. Em seguida, foi para o RJ, onde prestou serviço na mesma área de Rede Interurbana, a convite do diretor Walkyrio de Faria, da Telemar. Após quase um

ano no RJ, prestou serviços para algumas empreiteiras em MG.



Trabalho em medições elétricas nos cabos de quadras



Acompanhamento de obra, em Guaxupé/MG, de cabo coaxial enterrado ao longo da faixa de domínio de rodovia



Uma das inúmeras telas pintadas pelo associado, retratando a beleza da histórica Diamantina

Fotos: arquivo pessoal

### ASTAPTEL

Ao aposentar, Jaime entrou para a ASTAPTEL, em 1999, onde permanece até os dias atuais como parte do Conselho Fiscal, colaborando com algumas tarefas internas e dando sugestões para a diretoria. Sempre presente e participativo, Jaime é conhecido por todos não só pelo profissional dedicado, mas pelo seu talento como desenhista.

O antigo *hobby* de desenhar permanece até os dias atuais. Além das habilidades no papel, Jaime também tem belos traços na pintura, que funcionam como uma verdadeira terapia para a mente. Sua maior dedicação são as pinturas de paisagens e casarões antigos, da histórica Diamantina, sua cidade do coração.

## Reserve sua agenda:

**E**m outubro serão retomados os passeios promovidos pela ASTAPTEL! Ainda são necessárias restrições e medidas de proteção em função da pandemia da Covid-19, mas já será possível matar a saudade e colocar o papo em dia.

O passeio será para o Hotel Fazenda Lagoa Azul, em Esmeraldas. Por ser bastante espaçoso, o local recebe até 100 pessoas, respeitando os protocolos de saúde. Serão dois ônibus transportando o máximo de 35 pessoas, em cada. O evento ainda contará com música ao vivo. As vagas são limitadas, portanto garanta já a sua!

As regras de prevenção continuam valendo para todos, então não esqueça sua máscara de proteção, álcool em gel e distanciamento mínimo entre as pessoas. Com essas adaptações e cuidados necessários é que poderemos programar outros passeios.

## Coral retorna com suas atividades

**N**o dia 15 de setembro, o Coral retomou suas atividades no auditório da Astaptel. O grupo, formado por associados, ficou um longo período sem se reunir, em função da pandemia da Covid-19, e agora está de volta! As atividades estão sendo retomadas de forma gradativa, respeitando o distanciamento social e cuidados preventivos como o uso de álcool em gel.

Venha fazer parte do Coral você também. Esse é um mo-

mento de descontração, aprimoramento de técnicas vocais e de convivência. Os encontros acontecem todas as quartas-feiras, às 15h, no auditório da Astaptel, e são sempre conduzidos pelo professor Cristiano Rosa da Silva.

Para fazer parte dessa turma, basta chegar com 15 minutos de antecedência nas datas programadas. Mais informações pelo telefone 3272-7009 ou WhatsApp (31) 9 9844-7260

Mariana Santos



**Primeiro encontro realizado pelos integrantes do Coral, após todos estarem vacinados contra a Covid-19**

**PSICOLOGIA CLÍNICA**

Leticia Maria Mourthé Antoniazzi  
Psicóloga CRP 04/27219

**Atendimento individual**  
Avaliação e diagnóstico psicológico  
Orientação vocacional

31 9 9782.9872 - 3022.7821

**Atendimento on-line e no auditório da Astaptel**

**LS LILLIAN SALGADO**  
SOCIEDADE DE ADVOGADOS

@liliansalgadoadvogados  
Lillian Salgado Advogados  
Lillian Salgado • Sociedade de Advogados  
(31) 99929-3727  
(31) 2511 5444 • (31) 2511 5404  
contato@liliansalgado.com.br  
www.liliansalgado.com.br  
Av. Brasil, 1438 • Sala 1201 • Funcionários • BH - MG

Rua Caetés, 530,  
Salas 916 a 920 - Centro  
Belo Horizonte / MG  
Cep: 30120-080  
Telefone: (31) 3272-7009  
E-mail: contato@astaptel.org.br

