



## EDITORIAL

Com o encerramento de mais um ano, conseguimos, pelo esforço, responsabilidade e trabalho de todos, cumprir com as obrigações estatutárias, principalmente, sendo atuantes na defesa dos interesses dos nossos Associados.

Neste ano, houve um grande diálogo da ASASTEL com a TELOS.

É fato que a Fundação vem cumprindo com os seus compromissos, efetuando o pagamento dos benefícios nas datas previstas, assim como as suas devidas correções, sem quaisquer intercorrências ou intenção de utilização de contribuições extraordinárias, continuando, também, a promover alterações nos regulamentos dos planos que minimizam seus riscos e resultam em melhoria dos benefícios.

Estas medidas são frutos das negociações constantes entre a Diretoria da ASASTEL, os

Conselheiros da Fundação, em especial, os eleitos, e a Diretoria da TELOS que está sempre atenta às demandas apresentadas pela Associação.

É incontestável que a ASASTEL é mais do que uma Associação que apenas defende os interesses dos seus Associados. A gente olha e cuida por todos que fazem parte do nosso ecossistema de relacionamento.

### **Faça parte da ASASTEL, por uma vida melhor!**

Um olhar ativo e preocupado que enxerga, e de maneira justa, concilia e orienta o melhor caminho. Nós temos um compromisso: proporcionar o melhor para os nossos Associados e para todos os que estão ao nosso lado.

Para a EMBRATEL, hoje CLARO, a garantia de que estamos próximos e apoiando todos os Associados que um dia tiveram relação com estas empresas. Para a TELOS, uma facilitadora capaz de promover a representação dos nossos Associados, acelerando a interação, negociação e o relacionamento com os aposentados e pensionistas da Fundação.

E, para os nosso bem mais importante, os Associados, a defesa, zelo, orientação e a promoção de qualidade de vida e maior bem-estar. Todos os dias são mais fáceis porque, com certeza, os Associados podem contar com a ASASTEL.

Para o próximo ano, que os laços sejam cada vez mais estreitados, havendo uma Associação gradativamente mais forte e representativa, com o desejo de que todos tenham boas-festas, muita saúde e um ótimo 2024.

**Diretoria Executiva da ASASTEL**

# NOTÍCIAS

## NESTA EDIÇÃO

Editorial	pág. 1
Notícias	pág. 2-10;19
Balanco Patrimonial	pág. 11;12
Aniversário da ASASTEL	pág. 13
Eventos	pág. 14-17
Culinária da Família ASASTEL	pág. 18
Recordar é Viver	pág. 19



## NOVOS SÓCIOS

DORVALINA DAN DE CARVALHO	ES
ELIZABETH CENDON FINOTTI	RJ
FERNANDO MARTINHO DE MATOS	RJ
FRANCISCA ELICE MARQUES DE OLIVEIRA	RJ
GILSON THIENGO	RJ
IZABEL MARIA DA CRUZ ALBINO	RJ
JALMENDES IRAPOÃ ROBERTO	MG
JORGE DE SOUZA MOREIRA	RJ
MARIA DO SOCORRO FERREIRA DA SILVA	MS
MARIA HELENA JESUS DOS SANTOS	RJ
MARINETE FERREIRA CRUZ	RJ
OSMAR ROGÉRIO DA SILVA ROGER	RJ
SIDNEI PINTO ESTEVES	RJ

*Sejam Bem Vindos!*

## EXPEDIENTE

### Diretoria Executiva:

Diretor-Presidente: Helio Manoel dos Santos Filho  
Vice-Presidente / Adm.: Nelson Luiz dos Reis  
Comunicação: Albano da Silva Soares Filho  
Sociocultural: Iodete Sanches Barbosa  
Seguridade: Jacyr Ribeiro Freire  
Rep. Regional: Joil Teixeira Operti  
Financeiro: Rubens Viana da Silva

### Representações Regionais:

(AL) Ivan Barsand de Leucas  
(AM) Antonio Eleny Pereira Rodrigues  
(AP) Sebastião de Castro Amoras  
(BA) Edva Magalhães Pacheco  
(CE) Sandra de Borba e Veloso  
(DF) Elizabeth C. de Pinho Fragoso (Escritório)  
(ES) Heraldo Gonçalves Fogos  
(MG) Exceto Uberaba, Uberlândia e Juiz de Fora: Leila Maria Diniz Dias (Escritório)

(MA) Raimundo Pereira da Silva  
(MG) Juiz de Fora: Devaldo de Souza / Elvia de Paiva Queiroz  
(MG) Uberlândia: Satyro de Souza / Elaine Lara de Oliveira Zuza  
(MS) Neisy da Silva Teixeira  
(PA) Luiz Roberto Miranda Barbosa  
(PE) Eliene de Almeida Casa Nova  
(PR) André Wszotek  
(RN) Astrogildo Fulgêncio de Medeiros  
(SC) Manoel Pereira Filho  
(SE) Maria Lúcia Gonzaga Schmalb  
(SP) Bauru: Cezar Lopes  
(SP) Capital e demais áreas de SP: Francisco Aliperti Neto

**Editores:** Equipe ASASTEL

**Diagramação:** Souttec Tecnologia e Serviços de Informática

## OBITUÁRIO

ADEMAR LOPES	SP	MARCUS VINICIUS DE CARVALHO ROCHA	RJ
AILTON BARROS VIDAL	PA	MIRIAM TAVARES DE AZEVEDO	RJ
CONCEIÇÃO ERNESTINA DA CUNHA PEREIRA	ES	MOACYR FERRARI	SP
EDSON TRINDADE PEREIRA	MA	NAIR FERREIRA DE OLIVEIRA	BA
EUNICE CREMILDA LEITE RIBEIRO	RJ	NEUZA COBEL NEPOMUCENO	RJ
FRANCISCO DAS CHAGAS FREIRE (Ex-Representante Regional em Manaus /AM)	AM	RALPH LASSANCE SOARES	RJ
GERALDO FIALHO DA SILVA	RJ	VALTER CALDEIRA DE JESUS	PE
HELIO ALVES DE MELO	RJ	VILMA DIAS GALVÃO	RJ
HERALDO TERRA MACHADO	RJ	WINDSOR CARLOS	RJ
IVAN DE MELO COSTA	RJ		

É com tristeza que a ASASTEL informa sobre os falecimentos. Que o tempo seja capaz de transformar a dor da perda em uma saudade serena que acalme o coração e traga paz. Nossas condolências e solidariedade a toda família e amigos.

## NOTAS RÁPIDAS

- ◆ **Reajuste Anual TELOS 2023!** Pelo site da TELOS (<https://www.fundacaotelos.com.br/>), os Assistidos do Plano TELOS Contribuição Variável I – PCV I na modalidade de Renda Mensal Vitalícia e os Assistidos do Plano de Benefício Definido – PBD podem verificar o valor percentual aplicado sobre o benefício TELOS, conforme previsto nos Regulamentos dos Planos e opção pelo tipo de reajuste. 
- ◆ **Índices dos Reajustes!** Para os participantes do PBD e PCV I, optante pelo indexador IPCA, o reajuste será de 4,68%. Para os participantes do PCV I que optaram pela rentabilidade TELOS, o reajuste pelo indexador foi de 2,17% e 5,15%, respectivamente, nos Planos com taxas de juros iniciais de 6% e 3%, lembrando que a taxa de rentabilidade total da TELOS foi de 8,30%. Os Assistidos que se aposentaram ao longo do período terão o reajuste do benefício proporcional ao tempo em que recebem o benefício.
- ◆ **Pagamento do benefício TELOS!** Como os pagamentos devidos pela TELOS no mês de dezembro foram agendados para o dia 15/12/2023, as diferenças decorrentes dos reajustes aplicados serão creditadas no fim do mês, dia 28/12/2023.
- ◆ **Mudança no Regulamento do PCV I da TELOS!** A PREVIC, por meio de parecer publicado no Diário Oficial do dia 27 de novembro, aprovou a proposta de alteração do Regulamento do Plano TELOS Contribuição Variável I – PCV I. Com isso, permite-se o pagamento da diferença trienal aos Assistidos do PCV I cujo benefício inicial, concedido a partir de 01/01/2003, foi calculado com a taxa de juros de 3% e correção pelo indexador.
- ◆ **Curso Remodelado de Educação Financeira e Previdenciária TELOS!** A TELOS remodelou o curso de Educação Financeira e Previdenciária de modo a torná-lo mais objetivo, com redução de 10 para 8 módulos, implementando uma nova identidade visual e incorporando uma linguagem contemporânea ao conteúdo apresentado para que, de forma atrativa, o curso seja feito com mais agilidade. O curso é exclusivamente para os Participantes e Assistidos da TELOS e proporciona aumento do conhecimento, ganhando maior segurança na tomada de decisões financeiras e previdenciárias.
- ◆ **Reembolso!** A Bradesco Saúde, plano de saúde dos Assistidos do PBD, faz uso de biometria facial por meio de seu Aplicativo (Bradesco Saúde) nos serviços de reembolso. No site da TELOS há disponível um manual com o passo a passo e o Serviço Social da ASASTEL está à disposição para ajudar em caso de maior dificuldade.
- ◆ **Encontro de Corais!** Em 25 de novembro, no auditório da Sede da ASASTEL, foi realizado o 1º Encontro de Corais Rio-Minas 2023. O Encontro foi o primeiro passo para a realização de importante intercâmbio entre os grupos de entusiastas da arte do canto. Parabenizamos o grupo de coral da ASASTEL e o nosso Regente Renildo de Jesus Salles.
- ◆ **Mostra Anual do Curso de Pintura da ASASTEL!** No dia 22 de novembro foi aberta, na Sede da ASASTEL, a Exposição dos Quadros de Pintura produzidos pelas artistas Angela Rommanelli, Deili, Tania Monteiro, Fátima Cardoso, Ana Cristina de Sá e Simone Qattan. São lindas produções de Associadas que fazem parte do curso de pintura disponibilizado pela ASASTEL. Congratulamos a todas!
- ◆ **Velhos Gurus da Qualidade e Melhoria de Vida!** Em 2023, Paulo Black e Pierre Jean Lavelle apresentaram várias palestras para os Associados da ASASTEL trazendo conceitos sobre gestão de qualidade de vida, tempo e saúde. A ASASTEL agradece enormemente esta contribuição!
- ◆ **Cadastro!** Não esqueça de sempre atualizar os seus dados cadastrais, principalmente, endereço, e-mail e telefone por meio dos nossos canais de atendimento. Reafirmamos o compromisso de sigilo e segurança sobre as informações obtidas.
- ◆ **0800!** Nosso 0800 000 3390 já está disponível para chamada de telefone fixo e celular, exceto para o Rio de Janeiro que conta com o telefone (21) 2283-3070.

 **Novidade!** Nos adicione no Facebook (**ASASTEL**) e nos siga no Instagram pelo **@asastelassociacao**. Acompanhe o nosso perfil, curta as postagens, comente, compartilhe e fique por dentro das atualizações e do que acontece na Associação. Divulgue e faça parte da ASASTEL!



## NOTAS RÁPIDAS

- ◆ **Programação ASASTEL!** Em janeiro, aulas de coral, idiomas, pintura e estimulação de memória ficam suspensas, retornando a partir de fevereiro. Fique ligado e acompanhe as novidades!



## PALESTRA DE AMPARO AOS FAMILIARES

No último dia 22 de novembro, foi realizada, no Auditório da Sede da ASASTEL, uma palestra organizada pela Associação junto com a TELOS sobre como proceder em caso de falecimento do Participante ou Assistido da Fundação, sendo, muitos destes, Associados da ASASTEL.

Com grande público presencial e elevada participação online, foi aberta a palestra pelo Diretor-Presidente da ASASTEL, Helio Manoel, e pelo Diretor de Seguridade da TELOS, Carlos Alberto.

Em seguida, pela Assistente Social da Fundação, Rosanne Marouvo, ocorreu uma explanação do tema, com orientação quanto à comunicação de óbito junto à TELOS, esclarecimentos relativos ao auxílio funeral e ao seguro de vida, apontando as situações pertinentes, além de informar sobre a documentação para requerimento de complementação de pensão relativo ao PBD, questões inerentes ao pecúlio complementar, aos benefícios nos casos do PCV-I e a atualização do rol de beneficiários.

Após, o Assessor Jurídico da ASASTEL, Bruno Machado, orientou sobre a necessidade do processo de inventário, discorrendo acerca das questões pertinentes à herança e suas nuances, ao pedido de alvará judicial, sobre modalidades de inventário, comentando, ainda, sobre o recolhimento do imposto devido e a possibilidade e os aspectos da realização em vida de doação e testamento.

Ao final, abriu-se para perguntas e dúvidas, sendo respondidas pelos palestrantes e participantes da mesa.

Agradecemos a todos que participaram, seja presencialmente ou online, aos palestrantes e ao apoio da TELOS na realização do evento.

Lembramos que a ASASTEL disponibiliza vários serviços exclusivos aos seus Associados, como a orientação jurídica, fiscal e assistencial.



## **PALESTRA DE COMO MANTER MINHA AUTONOMIA NA DOENÇA. DE QUE FORMA?**

A ASASTEL trouxe para o Café Cultural do mês de dezembro, os profissionais: Patrícia Barros, especialista em gerontologia, e Wallace Hetmanek, psicólogo com especialidade em gerontologia e gestor da Geriatre.

A palestra abordou, de forma leve e descontraída, como manter a capacidade de decidir, doenças que impactam a tomada de decisão, medidas de proteção física e psicológica, e os aspectos jurídicos e psicológicos para uma boa administração de recursos, de modo que seja preservada a autonomia do idoso, mesmo tendo sua dependência limitada.

A importância da preservação dos vínculos afetivos, que os idosos estabelecem no decorrer da vida, formados pelo grupo familiar e amigos, são relações que propiciam uma sensação de pertencimento, e, esse fator, tem sido reconhecido como aspecto fundamental para um envelhecimento com qualidade de vida.

Participaram do evento o Diretor-Presidente, Helio Manoel, a Diretora de Seguridade, Jacyr Ribeiro, e a Assistente Social da ASASTEL Janaína dos Santos.

Com grande público, presencial e online, houve muitos elogios a palestra realizada. Para quem não teve oportunidade de participar, disponibilizamos o encontro no site da ASASTEL. Não deixe de conferir!



# NOTÍCIAS

## Você sabia?

O pagamento dos valores retidos para NÃO BENEFICIÁRIOS dos planos de previdência da TELOS, proporcional ao mês do óbito do Assistido e/ou do pagamento proporcional do abono anual, serão pagos para o Espólio, ou então, por meio de apresentação de Alvará Judicial.

## ATENDIMENTOS DA ASASTEL

- **Atendimento Médico:** A médica Albertina Oliveira presta atendimento médico todas às terças-feiras na Sede da Associação, exclusivo para os Associados Titulares e Não Titulares, sendo obrigatório o prévio agendamento pelo telefone (21) 2283-3070 e a indicação nominal do Associado que será atendido.
- **Atendimento Jurídico:** O advogado Bruno Machado orienta e retira dúvidas jurídicas, exclusivo para os Associados Titulares, às segundas e quintas, pelo prévio agendamento telefônico (21) 2283-3070 com a indicação do assunto e o nome do Associado que será atendido. Os atendimentos são presenciais ou por videoconferência.
- **Atendimento Contábil/Fiscal:** O assessor contábil Frederico Losito orienta e retira dúvidas fiscais (imposto de renda e previdência), exclusivo para os Associados Titulares, às segundas e quintas, pelo prévio agendamento telefônico (21) 2283-3070 com a indicação do assunto e o nome do Associado que será atendido. Os atendimentos são presenciais ou por videoconferência.
- **Atendimento da Assistente Social:** A assistente social Janaína Santos atua no cuidado do bem-estar, orientando quanto às questões de saúde, acolhimento e problemas assistenciais, realizando monitoramento telefônico e auxílio presencial. Para agendamento e informações entre em contato pelo telefone (21) 2283-3070. Os atendimentos são presenciais ou por videoconferência.

## PARCERIAS E CONVÊNIOS

A ASASTEL comprometida com a qualidade de vida dos seus Associados, atuando com respeito ao processo de longevidade, estabeleceu vários convênios e parcerias para oferta de benefícios e descontos na adesão a planos de saúde individuais, remoção por ambulância, aparelhos auditivos, método de estimulação e preservação da memória e soluções práticas em serviços de saúde, orientação médica e bem-estar. Acesse nosso site e saiba mais!



## **RESULTADO DAS ELEIÇÕES PARA CONSELHOS DELIBERATIVO E FISCAL 2023 DA TELOS**

No dia 16/11/2023, a Comissão Eleitoral da TELOS divulgou o resultado do processo eleitoral para os Conselhos Deliberativo e Fiscal da Fundação. De acordo com o resultado apurado, foram eleitas as 2 (duas) chapas mais votadas para preencher as 2 (duas) vagas de membros efetivos e respectivos suplentes do Conselho Deliberativo e a única chapa inscrita para preenchimento de 1 (uma) vaga de membro efetivo e respectivo suplente do Conselho Fiscal.

Os membros e suas respectivas chapas eleitas pelos Participantes e Assistidos da TELOS, foram:

Deliberativo:

**CHAPA 10 - MOBILIZAÇÃO E COMPROMISSO COM O PARTICIPANTE** (516 votos)

Valmiro Zainotte Pitzer (Titular)

Helio Manoel Dos Santos Filho (Suplente)

**CHAPA 11 - MOBILIZAÇÃO E COMPROMISSO COM O PARTICIPANTE** (781 VOTOS)

Carlos Augusto Moreira Machado (Titular)

Norma Isaura Ramos Tomaz Dias (Suplente)

Fiscal:

**CHAPA 100 - MOBILIZAÇÃO E COMPROMISSO COM O PARTICIPANTE** (1.514 VOTOS)

Dionysio Alfredo Dias Filho (Titular)

Rubens Viana da Silva (Suplente)

A CHAPA 12, formada por GUARACY MARTINS (Titular) e CLAUDIO BRAGA DE FREITAS (Suplente) obteve 259 votos, não sendo eleita.

A ASASTEL congratula a Comissão Eleitoral pela organização, lisura e transparência de todo o processo, a todos os candidatos participantes, e, na oportunidade, parabeniza os eleitos com os votos de um mandato exitoso, ficando a Associação, desde já, à disposição para maiores interações e auxílios necessários.



## **PROCESSO ELEITORAL DA ASASTEL PARA O BIÊNIO 2024/26**

A partir de janeiro do próximo ano será aberto o processo eleitoral da ASASTEL para o biênio 2024/26. As eleições acontecerão no início do mês de abril, conforme previsão estatutária, e o período do mandato para os membros eleitos pelos Associados será de 15 de maio de 2024 a 14 de maio de 2026.

Compõem a Comissão Eleitoral, por designação do Conselho Deliberativo, em reunião realizada em 07 de dezembro de 2023, os seguintes:

**Presidente:** Decio Luiz Romero Gonçalves

**Membros:** Carlos Heleno de Almeida Neto

Deniz Maria de Oliveira

Sylvia Regina de A. Baptista

**Consultor Jurídico:** Bruno Machado

Na próxima página segue o cronograma/calendário do processo eleitoral a ser, também, disponibilizado no site da ASASTEL junto com as Instruções Gerais do Processo. A atual Diretoria Executiva disponibilizará o apoio administrativo necessário, confiante e primando pela total transparência e lisura de todo o processo.

## PROCESSO ELEITORAL DA ASASTEL PARA O BIÊNIO 2024/26

PROCESSO ELEITORAL DA ASASTEL - Biênio 2024/26 (Arts. 53 a 56 do Regimento Interno e demais artigos do Estatuto) CRONOGRAMA / CALENDÁRIO ELEITORAL PARA 2024			
Item	Datas/Períodos	DESCRIÇÃO OS EVENTOS/ATIVIDADES	RESPONSÁVEIS
1	07/12/2023	Reunião do CODEL para deliberação sobre o Processo Eleitoral 2024 incluindo a designação da Comissão Eleitoral (Art.29 Inciso XIII do Estatuto)	Plenário CODEL
2	10/01/2024	Divulgação, via site e correio eletrônico, aos Associados Titulares, das Instruções Gerais e do Cronograma do Processo Eleitoral 2024	Comissão Eleitoral
3	A partir de 10/01/2024	Disponibilidade de consulta junto à Secretaria da ASASTEL da relação nominal dos Associados Titulares habilitados a participar das Eleições 2024	DIREX
4	10/01 a 31/01/24	Definição das Chapas (CODEL e DIREX) e dos candidatos individuais ao Conselho Fiscal	Associados Titulares
5	Das 10h de 01/02/24 às 17h de 19/02/24	Inscrição, na Secretaria da ASASTEL ou para e-mail da Associação, das Chapas, com suas respectivas plataformas de Campanha, e dos candidatos ao Conselho Fiscal	Comissão Eleitoral
6	De 20/02 a 22/02/24	Análise das inscrições e dos requisitos de elegibilidade pela Comissão Eleitoral	Comissão Eleitoral
7	De 23/02 a 27/02/24	Prazo para regularização das inscrições porventura impugnadas	Comissão Eleitoral
8	04/03/24	Divulgação das Chapas inscritas de forma válida e suas respectivas Plataformas de Campanha	Com. Eleitoral/DIREX
9	04/03/24	Divulgação do Edital de Convocação da AGO para homologação do resultado das Eleições 2024	Presidente CODEL
10	05/03 a 11/03/24	Interação da DIREX e Comissão Eleitoral com as Chapas e candidatos inscritos	Com. Eleit./DIREX/Chapas
11	12/03 a 15/03/24	Implantação do sistema virtual de votação pela Internet	Comissão Eleitoral
12	20/03 a 28/03/24	Login, por meio de CPF na página virtual de votação, com posterior indicação de e-mail válido do Associado para o devido recebimento de código de acesso, a ser enviado pela ASASTEL, para inserção e conclusão da votação.	Comissão Eleitoral
13	Das 10h de 01/04 às 10h de 09/04/24	Prazo para votação pela Internet. Na Sede da ASASTEL e nas suas Representações Regionais com escritório (DF/BH-MG) será disponibilizado terminal com acesso ao sistema virtual para votação.	Associado Titular
14	09/04/24	Encerramento da votação às 10:00 horas e apuração dos votos	Comissão Eleitoral
15	A partir das 14 h de 09/04/24	AGO - Assembleia Geral Ordinária para homologação do Processo Eleitoral	Presidente CODEL
		Proclamação dos Resultados	
		Homologação das eleições dos Membros dos Conselhos Deliberativo e Fiscal, e da Diretoria Executiva	
		Posse dos eleitos (início do mandato: 15/05/24)	
16	A partir das 15 h de 09/04/24	Reunião do Conselho Fiscal (Membros efetivos e suplentes) para eleição do seu Presidente e reunião do Conselho Deliberativo para eleição da Mesa Diretora.	CODEL/COFIS
17	Às 17h de 09/04/24	Encerramento do Processo Eleitoral para o biênio 2024/2026	CODEL/COFIS

OBS 01: A DIREX é responsável pelo suporte técnico e apoio administrativo necessário ao CODEL e à Comissão Eleitoral, em todas as atividades e etapas do processo.  
OBS 02: O site oficial da ASASTEL é: [www.asastel.org.br](http://www.asastel.org.br). O e-mail oficial da ASASTEL é: [asastel@asastel.org.br](mailto:asastel@asastel.org.br).  
OBS 03: Caso haja apenas 1 Chapa inscrita, a votação será por aclamação durante a realização da AGO. Havendo mais de 1 Chapa inscrita, a votação será, exclusivamente, eletrônica.  
OBS 04: Entre a homologação dos eleitos e a posse dos mesmos, existe um período para transição dos gestores de: 09/04 ao dia 14/05/2024.  
OBS 05: Cronograma/Calendário Eleitoral foi aprovado na reunião do CODEL de 07/12/2023.

## MARATONISTAS DA ASASTEL

O Grupo de Maratonistas da ASASTEL começou 2023 treinando bastante, dentro das possibilidades de cada integrante, sempre visando estarem em melhores condições físicas para participarem das corridas, mantendo, acima de tudo, uma boa qualidade de vida.

Se você, Associado(a), gosta de participar de corridas, em 2024 junte-se aos nossos maratonistas e inscreva-se pelos nossos canais de atendimento (Fale conosco, e-mail e telefone).

Seguem abaixo maiores informações sobre os circuitos e fotos das corridas realizadas.

### CORRIDA E CAMINHADA SOLIDÁRIA "EU ESCOLHO VIVER" (4K) – PARQUE MADUREIRA

Data: 16/09/2023

#### Participantes/Colocações/Masculino:

- **Faixa etária:** 66 a 75 anos

Dermeval Costa – 3º; José Wanderley – 6º; Adelir Lemos – 8º; Gilberto Machado – 9º; Marcos Nascimento – 13º; Jorge Alves – 14º

- **Faixa etária:** 76 a 99 anos

Victorino Pinto – 4º; Renato Rezende – 6º; Carlos Costa – 7º

#### Participantes/Colocações/Feminino:

- **Faixa etária:** 56 a 65 anos

Verônica Drumond – 22º

- **Faixa etária:** 66 a 75 anos

Marise de Lima – 6º



Corrida e Caminhada Eu escolho viver

## MARATONISTAS DA ASASTEL

### **4ª CORRIDA E CAMINHADA EM COMBATE AO AVC (5K/10k) – POSTO 12 - LEBLON**

Data: 22/10/2023

#### **Participantes/Colocações Distância 5K:**

- **Faixa etária:** 70 a 99 anos

Luiz Carlos Cruz – 3º; Renato Rezende – 4º; Valter Ferreira – 7º; Carlos Costa e Victorino Pinto – 9º

#### **Participantes/Colocações Distância 10K::**

- **Faixa etária:** 70 a 99 anos

Dermeval Costa – 1º; Adelir Lemos – 2º; Gilberto Machado – 4º

### **CORRIDA SOLDADOS DE CRISTO (4K) – VILA MILITAR**

Data: 20/11/2023

#### **Participantes/Colocações/Masculino:**

- **Faixa etária:** 70 a 79 anos

Dermeval Costa – 1º; José Wanderley – 3º; Gilberto Machado – 5º; Luis Carlos Cruz – 6º; Renato Rezende – 7º; Carlos Costa – 8º; Victorino Pinto – 13º; Valter Ferreira – 14º

#### **Participantes/Colocações/Feminino:**

- **Faixa etária:** 65 a 69 anos

Marise de Lima – 6º

### **CORRIDA DE NATAL DO PARQUE RADICAL (5K) – DEODORO**

Data: 03/12/2023

#### **Participantes/Colocações:**

- **Faixa etária:** 70 a 74 anos

Dermeval Costa – 2º; José Wanderley – 3º; Gilberto Machado – 7º

- **Faixa etária:** 75 a 79 anos

Victorino Pinto – 7º; Renato Rezende – 8º; Carlos Costa – 9º

4a.Corrída e caminhada em combate ao AVC



Corrida de Natal do Parque Radical



Corrida Soldados de Cristo



## REPRESENTAÇÕES REGIONAIS

A ASASTEL tem atuação e abrangência nacional, sendo certo que as Regionais que nos compõe fazem um trabalho de grande importância, capitaneadas por Representantes, que, realizando um trabalho voluntário, apresentam-se para promover maior socialização, eventos e benefícios para os Associados locais.

Continuamos com o destaque, por meio de uma entrevista, do papel dos nossos Representantes Regionais, suas realizações e histórias de vida, demonstrando todo o esmero desses Associados voluntários.

Nosso entrevistado é o Representante Regional de Vitória/ES, **Heraldo Gonçalves Fogos**, atuante junto aos Associados, promovendo várias interações, eventos e passeios.

### 1) Desde quando é Representante Regional da ASASTEL?

R.: Acredito que desde janeiro de 2017.

### 2) Como é seu dia a dia?

R.: Sempre tenho atividades voluntárias na igreja da comunidade. Gosto muito de caminhar na orla de praia de Itapuã, Vila Velha, onde moro, além de visitar os amigos aposentados, jogar dama e organizar passeios e eventos para os Associados da ASASTEL, ou então, marcar um café numa confeitaria. Faço, também, algumas visitas à colegas adoentados. Enfim, atualmente o que mais gosto, não posso negar, é tirar uma bela soneca à tarde, pois ninguém é de ferro!

### 3) Como é a sua relação com os Associados?

R.: Somos amigos.

### 4) E com outros Representantes?

R.: Gostaria de ter mais contato com outros Representantes e trocar ideias e experiências.

### 5) Depois de um período de incertezas e afastamentos, qual a importância da ASASTEL para os seus Associados?

R.: A ASASTEL propicia a integração entre os Associados, possibilitando o reencontro de colegas de muitos anos trabalho. Isso é ótimo!

### 6) Qual o convite que você deixa para que Associados se tornem Representantes Regionais em suas localidades?

R.: Saia da zona de conforto e viva esta nova fase. Como aposentados, todos precisamos manter vivas as memórias e é muito agradável este contato. No final, recebemos muito mais do que contribuímos. Voltamos para casa, depois de uma visita, revigorados e com sentimento muito gratificante.



# - CONSOLIDAÇÃO DAS DEMONSTRAÇÕES CONTÁBEIS -

## BALANÇO PATRIMONIAL

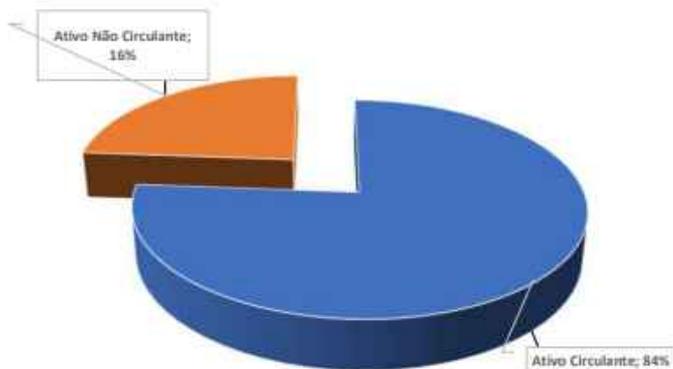
### 3º TRIMESTRE DO ANO DE 2023

ATIVO	Valores em R\$	
	31/12/2022	31/03/2023
<b>Ativo Circulante</b>	<b>7.498.943</b>	<b>8.127.522</b>
Ativo Disponível	7.471.312	8.084.195
Outros Créditos	27.631	43.327
<b>Ativo Não Circulante</b>	<b>1.425.831</b>	<b>1.394.380</b>
Outros Créditos	5.240	5.240
Imobilizado	1.394.657	1.363.206
Intangível	25.933	25.933
<b>Total do ATIVO</b>	<b>8.924.773</b>	<b>9.521.902</b>

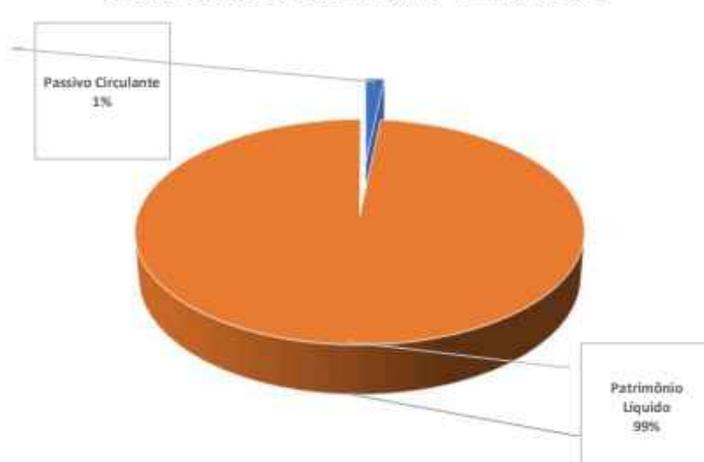
PASSIVO	Valores em R\$	
	31/12/2022	31/03/2023
<b>Passivo Circulante</b>	<b>156.021</b>	<b>141.075</b>
Fornecedores	37.694	-
Obrigações Tributárias	3.912	3.528
Obrigações Trab. e Previdenciárias	102.320	123.798
Outras Obrigações	12.094	13.749
<b>Patrimônio Líquido</b>	<b>8.768.753</b>	<b>9.380.827</b>
Res. Superávit-Fdo Gar Operac	-	1.530.000
Superávit Acumulado	8.768.753	9.380.827
<b>Total do PASSIVO</b>	<b>8.924.773</b>	<b>9.521.902</b>

#### Gráficos Composição do Ativo e do Passivo 3º Trimestre 2023

Análise Vertical do Ativo Total 3º Trimestre 2023



Análise Vertical do Passivo Total 3º Trimestre 2023



Até o fechamento desta edição, o Conselho Fiscal ainda não havia apreciado as Demonstrações Financeiras do 1º Trimestre de 2023.

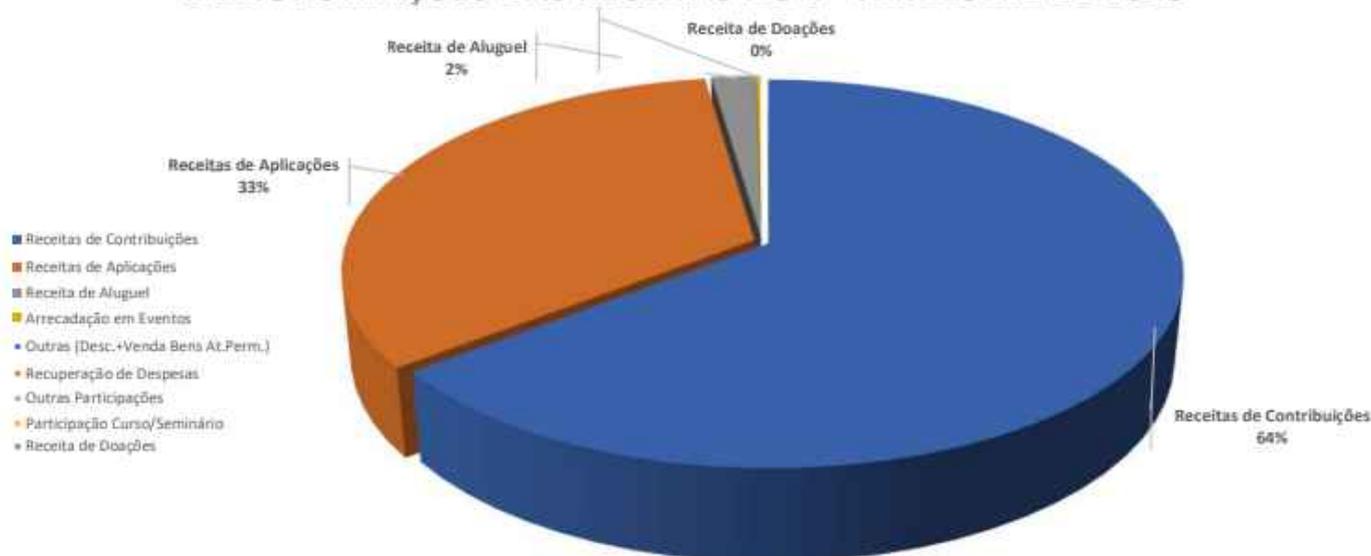
# -DEMONSTRATIVO DAS RECEITAS E DESPESAS-

## 3º TRIMESTRE DO ANO DE 2023

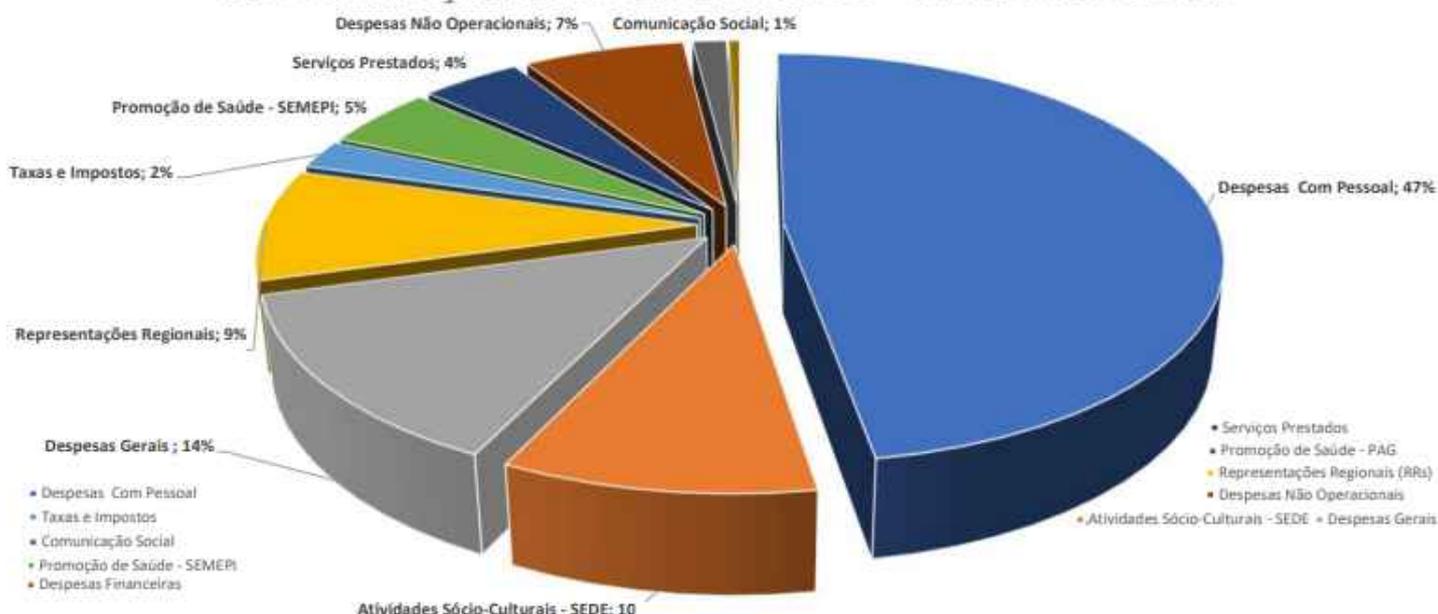
ITEM	Jan a Mar 2023 R\$	Análise Vertical %	ITEM	Jan a Mar 2023 R\$	Análise Vertical %
<b>Receitas do Exercício</b>	<b>2.128.201</b>	<b>100%</b>	<b>Despesas do Exercício</b>	<b>1.516.128</b>	<b>100%</b>
Receitas de Contribuições	1.372.392	64%	Despesas Com Pessoal	719.246	47%
Receitas de Aplicações	707.313	33%	Atividades Sócio-Culturais - SEDE	147.220	10%
Receita de Aluguel	43.330	2%	Despesas Gerais	204.726	14%
Arrecadação em Eventos	4.182	0%	Representações Regionais (RRs)	133.303	9%
Outras (Desc.+Venda Bens At.Perm.)	-	0%	Taxas e Impostos	34.476	2%
Recuperação de Despesas	-	0%	Promoção de Saúde - SEMEPI	74.077	5%
Outras Participações	-	0%	Serviços Prestados	66.304	4%
Participação Curso/Seminário	-	0%	Despesas Não Operacionais	106.953	7%
Receita de Doações	984	0%	Comunicação Social	22.438	1%
			Despesas Financeiras	7.385	0%
			Promoção de Saúde - PAG	-	0%
			<b>Superávit do Exercício</b>	<b>612.073</b>	

Análise Vertical = Participação Percentual no Total

### DEMONSTRAÇÕES DAS RECEITAS NO 3º TRIMESTRE DE 2023



### DEMONSTRAÇÕES DAS DESPESAS NO 3º TRIMESTRE DE 2023



Para maior transparência, as Demonstrações Financeiras dos últimos 3 anos estão disponíveis no site da ASASTEL.

# NOTÍCIAS

## ANIVERSÁRIO DA ASASTEL – 37 ANOS

No último dia 25 de novembro a ASASTEL festejou o seu 37º aniversário. As comemorações se estenderam a diversas localidades, celebrando mais um ano de conquistas, realizações, superações de desafios e novas metas a serem alcançadas junto a todos!

Na Sede, na data de 28 de novembro a Diretora Sociocultural, Iodete Sanches, preparou um dia muito especial. A tradicional missa na Matriz de Santa Rita, no Centro do Rio de Janeiro, foi palco para apresentação do Coral da ASASTEL, e, após a missa, os Associados participaram de um *brunch*, na própria Associação, havendo muita interação, histórias e boas recordações.

Rio de Janeiro - RJ



Rio de Janeiro - RJ



Rio de Janeiro - RJ



Rio de Janeiro - RJ



# NOTÍCIAS

## EVENTOS DA ASASTEL

Contamos sempre com a presença dos nossos Associados para impulsionar e fazer valer a existência da ASASTEL. Então, tanto na Sede como nas Representações, participem dos encontros, eventos e reuniões priorizando a presença física, e, caso não seja possível, ingresse nas transmissões virtuais. A participação de todos é muito importante!

Em janeiro acontece o Dia do Aposentado! Na Sede, o evento será comemorado com um almoço na churrascaria Cruzeiro do Sul, **no dia 25/01/2024**. Já há, também, vários Representantes Regionais organizando esta comemoração! Fiquem ligados e acompanhem as nossas mídias de comunicação!

Seguem algumas fotos do que aconteceu neste 3º quadrimestre de 2023 na ASASTEL!

São Paulo - SP



São Paulo - SP



Fortaleza - CE



Fortaleza - CE



Belo Horizonte - MG



Belo Horizonte - MG



# NOTÍCIAS

## EVENTOS DA ASASTEL

Aracaju - SE



Aracaju - SE



Brasília - DF



Brasília - DF



Campo Grande - MS



Corumbá - MS



Florianópolis - SC



Florianópolis - SC



# NOTÍCIAS

## EVENTOS DA ASASTEL

Joinville - SC



Joinville - SC



Uberlândia - MG



Uberlândia - MG



Rio de Janeiro - RJ



Rio de Janeiro - RJ



Curitiba - PR



# NOTÍCIAS

## EVENTOS DA ASASTEL

Maceio - AL



Maceio - AL



Maceio - AL



Recife - PE



Recife - PE



Recife - PE



**ESTEJA SEMPRE CONECTADO!**  
**ACESSE** nosso site: [WWW.ASASTEL.ORG.BR](http://WWW.ASASTEL.ORG.BR)  
**CURTA** nossa página no Facebook: **Asastel**  
**SIGA** nosso Instagram: **@asastelassociacao**



**ATUALIZE** seu cadastro pelo Fale Conosco, e-mail ou telefone

# -CULINÁRIA DA FAMÍLIA ASASTEL-

A ASASTEL decidiu lançar um desafio aos seus Associados que gostam de preparar receitas de pratos deliciosos de sua região e compartilhá-los com toda a família ASASTEL.

Nas receitas preparadas pelos Associados deverão constar, necessariamente, o seguinte:

- ♦ nome do prato;
- ♦ ingredientes e modo de preparo;
- ♦ nome completo do(a) Associado(a) e cidade/estado;

Tais informações deverão ser enviadas para o e-mail oficial da ASASTEL (**asastel@asastel.org.br**), sendo que cada Associado(a) somente poderá enviar uma receita, de preferência, com a foto do belíssimo prato!

Nesta edição, publicamos a receita da simpática Associada do Rio de Janeiro **Maria Aparecida Guena**, mais conhecida como **Cidinha**, que nos apresenta o **Bacalhau na Couve**, sendo, aliás, um excelente prato para o Natal!

## BACALHAU NA COUVE DA CIDINHA

### INGREDIENTES

A quantidade dependerá do consumo estimado

Bacalhau  
Batata  
Couve  
Ovo  
Azeitona



### Modo de Fazer

Dessalgar o bacalhau (De preferência, ao comprar, peça para cortar em posta). No dia posterior, cozinhe o bacalhau. Depois de cozido, retirá-lo e separar a água. Cortar as batatas e cozinhá-las na água que cozinhou o bacalhau, verificando se há necessidade de colocar mais sal ou não na água. Colocar os ovos e dois molhos de couve (Lavada rasgada e sem os talos) para cozinhar juntos. Após o cozimento dos ovos e da couve, coloque azeite no refratário e frite com as couves. Em cima da couve, coloque as batatas cozidas (Opcional: colocar um pouco mais de azeite). Em seguida, espalhe uniformemente o bacalhau cozido no refratário, retirando, ao máximo, as espinhas que restarem. Corte os ovos e espalhe em cima do bacalhau e coloque azeitonas a gosto.

### Dica da Cidinha:

Pegue a outra parte da couve que ficou reservada e a espalhe por cima do bacalhau, com os ovos, azeitonas e azeite, destacando que, se sobrar, fica mais gostosa a degustação no dia seguinte.

É de dar água na boca!



## RECORDAR É VIVER



Você, nosso Associado, compartilhe conosco alguma história, momento ou sentimento dos tempos de Embratelino. Envie para o e-mail [asastel@asastel.org.br](mailto:asastel@asastel.org.br) um breve relato, se possível, com uma foto que ilustre essa lembrança, colocando no assunto: **Recordar é Viver**. Participe! A recordação deste quadrimestre é um resgate na qualidade, na audácia e na competência de tantos que subverteram a rotina, para realizar o impossível.

*"O PROJETO RONDON foi criado na gestão do Presidente Haroldo Corrêa de Mattos e tinha como objetivo premiar empregados e equipes de trabalho que se destacassem, além de suas atribuições funcionais. Os prêmios eram promoções, diplomas, medalhas e prêmios em dinheiro. Em 05 de maio de 1977, no Dia das Comunicações, no auditório do DER, foram entregues os prêmios aos primeiros empregados que se destacaram. Na ocasião foram muitos os empregados agradecidos, porém os que mais se destacaram foram: ETL- (Engenheiro Telecomunicações) – José Joaquim Oliveira Neto - NERC 001 (Recife); TME – (Técnico Mecânico Eletricista) – Carlos de Figueiredo Cavalcanti – NERC 001 (Recife); ASG – (Auxiliar de Serviços Gerais) Eurípedes José Garcia - SURP 001 (Ribeirão Preto); TIN (Telefonista Internacional) – Alice Maria Araripe Costa Lima – CIRJ-12 (Rio de Janeiro); ZEL (Zelador) – Ricardo Aparecido da Silva – SURP 001 (Ribeirão Preto)."*

*"Em 1976 houve uma chuva pesada na cabeceira do Rio Capiberibe que inundou, de repente, a cidade de Recife, inclusive, o prédio da Embratel, que naquela ocasião ficava perto do Canal Derby. A cidade ficou parada. Com a inundação, corria o risco de faltar óleo no gerador que abastecia o tronco Recife/Fortaleza. Mas o que fazer com o caos que a cidade se transformou? Foi então, que Carlos de Figueiredo Cavalcanti, foi a nado até a Embratel Recife, e lá observou que havia muito pouco combustível para manter o gerador funcionando. Comunicou o fato ao Chefe de Distrito, Carlos Eugênio Mendes de Moraes, que imediatamente ligou para a Petrobrás e conseguiu um caminhão tanque com a quantidade necessária para abastecer o tanque da empresa. O obstáculo era fazer com que o caminhão tanque, pesado, atravessasse a cidade até a Embratel, no meio de uma inundação. O Distrito de Recife tinha acabado de comprar um Jeep Unimog, que por ser um Jeep alto, conseguiria ultrapassar os obstáculos da cidade. Com o Jeep, Carlos Cavalcanti foi à casa de alguns empregados técnicos, foram até o posto da Petrobrás e vieram rebocando o caminhão tanque até o prédio da Embratel. Naquela altura, o gerador só tinha combustível para mais ou menos 1 hora. Gerador do Tronco Recife/Fortaleza devidamente abastecido, conclusão: comunicações garantidas."*

*"Em 1975 o Engenheiro de Telecomunicações, José Joaquim Oliveira Neto, Chefe da Telefonia em Recife, incentivado pelo Chefe de Distrito – o também, Engenheiro de Telecomunicações Carlos Eugênio Mendes de Moraes, foi convidado para fazer um curso de Teoria de Tráfego de Telecomunicações, na Ericsson, em São Paulo. O conteúdo do curso era muito voltado para área de engenharia, com muitos cálculos e matemática. Ao voltar, Joaquim resolveu ser um multiplicador do curso, para a sua equipe, formado de 3 técnicos seniores e alguns auxiliares. Deu tão certo, que mais tarde estruturou o Curso de Capacitação ao Mercado de Telecomunicações, onde formou cerca de 900 alunos. Em outro momento, Joaquim teve a oportunidade de representar a EMBRATEL em Estocolmo-Suécia, defendendo o trabalho do técnico Paulo da Silva Fernandes sobre Desenvolvimento e Aperfeiçoamento de equipamentos Ericsson, que eram os equipamentos das centrais de trânsito."*

**Nossos agradecimentos à Associada Mariangela Corbetta pela bela pesquisa e contribuição.**



# NOTÍCIAS

## SEJA NOSSO (A) ASSOCIADO (A)

A ASASTEL – Associação dos Participantes e Assistidos da TELOS, **com 37 anos** de existência, sediada no Rio de Janeiro e com várias Representações Regionais, possui atuação marcante junto à TELOS, Entidades de Previdência e Órgãos Governamentais. Trabalha diariamente na defesa dos direitos coletivos e busca por maiores serviços e benefícios para os seus Associados, contando com colaboradores que prestam orientação e auxílio em diversas áreas.

Acessando nosso site ([www.asastel.org.br](http://www.asastel.org.br)) é possível conhecer mais sobre a ASASTEL, além de verificar todas as condições e formas de associação. Associe-se, unidos somos mais fortes!

# Faça parte da ASASTEL, por uma vida melhor!

