



Aposentados

# Linha Direta

Jornal do Sindicato dos Trabalhadores em Telecomunicações no Estado de São Paulo

TEL.: 11 3331 2940 | WWW.SINTETEL.ORG | MARÇO/ABRIL 2020

CURSO

## VOCÊ CONECTADO! VEM AÍ NOVAS TURMAS



O curso de Inclusão Digital para a terceira idade foi um sucesso no ano passado. Por isso, prosseguimos com mais edições durante 2020. A primeira turma contou com a participação de mais de 25 pessoas, que se formaram em janeiro.

Você quer aprender a usar os recursos do seu celular? Então se inscreva para as novas turmas do curso de Inclusão Digital.

Ligue: (11) 3223-6504.

### TURMA DA YOGA SE REÚNE EM ALMOÇO

O pessoal que pratica yoga se reuniu num almoço de confraternização neste início de ano.

As participantes, por iniciativa própria, organizaram o evento que teve como prato principal uma bela galinhada. Parabéns a todas!



### LUGAR DE *mulher*

### É ONDE ELA QUISE!

Nos séculos passados, a mulher era limitada a cuidar da casa, dos filhos e do marido. Elas não tinham o direito de votar e, muito menos, opinar. Mas essa realidade, felizmente, foi mudando!

No Dia Internacional da Mulher, em 08 de março, são feitas conferências, passeatas e debates em prol da luta feminina. São realizadas importantes campanhas para combater o machismo enraizado na sociedade.

É inadmissível que ainda hoje as mulheres sofram por: querer trabalhar, pela roupa que vestem, pela cor do batom, por não terem habilidades domésticas, por ocuparem cargos de liderança e muitos outros absurdos que temos engolido. Essa realidade precisa mudar!

Mulher, você é livre para ser do jeitinho que é! Suas qualidades e defeitos te fazem única!

**A DIRETORIA DO SINTETEL INFORMA QUE O CENTRO DE CONVÍVIO DOS APOSENTADOS PERMANECERÁ FECHADO POR TEMPO INDETERMINADO DEVIDO A PANDEMIA DO COVID-19.**

**RETORNAREMOS COM NOSSAS ATIVIDADES NORMAIS APÓS O TÉRMINO DA QUARENTENA.**

# CORONA VOCÊ ESTÁ SE P



## TEMPOS DIFÍCEIS

Minhas amigas e meus amigos, estamos vivendo tempos difíceis no Brasil. A economia está estagnada, os direitos dos trabalhadores sendo suprimidos aos poucos, os preços dos itens básicos para a nossa sobrevivência subindo e nossos reajustes salariais cada vez menores.

E se não bastasse tudo isso, ainda teremos que conviver com a ameaça do Coronavírus. Com o término do verão, as doenças respiratórias aumentam e nós devemos ficar atentos.

Não deixem de tomar a vacina contra a gripe. Atente para os cuidados que devemos ter para evitar e precaver o Coronavírus que publicamos nesta edição.

O movimento sindical continua sendo um polo de resistência contra o desmonte dos direitos trabalhistas e de defesa das conquistas dos trabalhadores do Brasil.

Não podemos desistir! Quem ousa lutar, ousa vencer. Boa leitura.

**Almir Munhoz**  
Presidente do Sintetel



Os pacientes diagnosticados até o momento com coronavírus tiveram sintomas similares a uma pneumonia, incluindo febre, tosse, dor no peito, falta de ar e dificuldade para respirar.

Mas atenção: evite frequentar o pronto socorro se tiver gripes comuns. Em entrevista à Folha de SP, o Dr. Dráuzio Varella aconselha: “evite o hospital, pois é um local cheio de vírus e bactérias que favorecem a contaminação. Se você tiver sintomas de gripe comum, trate em casa. Caso sinta

falta de ar e dificuldade respiratória, além dos sintomas de gripe, então deverá ir ao médico”.

Até o fechamento desta edição, havia mais de 900 casos suspeitos da covid-19, o coronavírus, no Brasil. O Ministério da Saúde vai antecipar a Campanha de vacinação contra a gripe deste ano e é importante que a população se imunize. Os que tomarem a vacina se protegerão das gripes mais comuns e isso facilitará a eliminação de possibilidades e o diagnóstico.

## FINAL DE ANO DOS



No final do ano passado, os aposentados se reuniram no Centro de Convívio do Sintetel para confraternizar e celebrar os laços de amizade feitos em 2019. E, claro, um momento importante como este foi aproveitado com uma mesa repleta de comida boa!

# VÍRUS: PREVENINDO?

Para evitar que o vírus se espalhe, tome alguns cuidados importantes:

**CORONAVÍRUS - (COVID-19)**

**COMO SE PREVENIR**

- 

Cubra o nariz e boca ao espirrar ou tossir.
- 

Lave as mãos com água e sabão com frequência. Ou use álcool em gel.
- 

Mantenha os ambientes bem ventilados.
- 

Não compartilhe objetos de uso pessoal
- 

Mantenha distância de pessoas com sintomas de doença respiratória
- 

Evite aglomerações se estiver doente.



## RECADO AOS APOSENTADOS

Lembramos que nossa entidade tem um departamento voltado exclusivamente aos aposentados da categoria, com atividades semanais em nosso espaço aqui na capital.

Algumas de nossas regionais também têm programação aos aposentados. Para saber mais, entre em contato com a subsele de sua região.

Os cursos de inclusão digital e primeiros socorros têm sido um grande sucesso, com bom comparecimento dos aposentados. Por isso, continuaremos a promover esses e outros cursos. Aguardem!

Não podemos nos esquecer da importante data de 8 de março, Dia Internacional da Mulher. Por falta de recursos financeiros, causados pela reforma trabalhista, infelizmente o Sindicato não tem condições para promover eventos do mês da mulher, como fazíamos antes. Mas queremos reforçar que o Sintetel está com você, mulher, combatendo todo o machismo e desigualdade de gênero!

"Mulher, você é feita de sonhos, força, amor e inspiração. Parabéns pelo seu dia"

**Ana Maria**  
Diretora de Aposentados

## APOSENTADOS



### CENTRO DE CONVÍVIO DOS APOSENTADOS - CAPITAL

Endereço: Rua Santa Isabel, 36 - térreo  
Telefone: (11) 3223-6504  
E-mail: alexsandra@sintetel.org.br

## PARTICIPE DAS ATIVIDADES DO CENTRO DE CONVÍVIO DOS APOSENTADOS

O Centro de Convívio está ampliando suas atividades. Além da novidade que é o curso de inclusão digital, ele ainda proporciona outras opções de lazer.



Temos aula de yoga que acontece toda segunda-feira das 10h30 às 11h30.

E as tardes de lazer que ocorrem toda quinta-feira a partir das 13h30. Aproveite e venha participar conosco.

Mais informações no  (11) 3221-9079.

### Bauru

A nossa subsede de Bauru oferece a todos os aposentados uma academia com aulas de musculação, zumba e pilates. Matricule-se!



Informações  (14) 3103-2200.

## NOTA DE FALECIMENTO:

É com pesar que comunicamos o falecimento de Odette Franco da Cunha, ou simplesmente Dona Odette, como era conhecida pela categoria.



Nascida no município de Campinas em 3 de agosto de 1922, dona Odette começou a trabalhar na CTB (Companhia Telefônica Brasileira), em 2 de maio de 1942, menos de um mês após a fundação do Sintetel, ocorrida em 14 de abril do mesmo ano.

Em 1º de outubro de 1954, Odette se associou ao Sindicato e logo foi conduzida a delegada sindical, função que exerceu até sua aposentadoria em setembro de 1971.

Algum tempo após o seu desligamento da empresa, Odette foi convidada para trabalhar no Sintetel para auxiliar na organização do departamento de aposentados.

Dona Odette trabalhou no Sintetel até 2012 e faleceu no sábado, 7 de março, em Campinas, aos 98 anos. Em 2010, ela concedeu entrevista à nossa antiga revista Linha Direta e fez a seguinte declaração: "Eu tenho duas grandes paixões: o Sintetel, que sou sócia há décadas e também trabalho aqui, e o Palmeiras, que também sou sócia do clube e não perco um jogo".

## DESCONTOS EM MEDICAMENTOS PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA!

Apresente a carteirinha de sócio para garantir o desconto



### DESCONTOS DE:

# 30%

nos medicamentos genéricos tarjados

# 20%

nos medicamentos tarjados de marca

Descontos nos demais produtos, consulte nas lojas da rede.

## EXPEDIENTE

**Sindicato dos Trabalhadores em Empresas de Telecomunicações e Operadores de Mesas Telefônicas no Estado de São Paulo**

SEDE: Rua Bento Freitas, 64 - Tel.: (11) 3351-8899

SUBSEDES: ABC (11) 4123-8975 – Bauru (14) 3103-2200 – Campinas

(19) 3236-1080 – Ribeirão Preto (16) 3610-3015 – Santos (13) 3225-2422

- São José do Rio Preto (17) 3232-5560 – Vale do Paraíba (12) 3939-1620

ÓRGÃO DE DIVULGAÇÃO - LINHA DIRETA ESPECIAL APOSENTADOS

DEPTO. COMUNICAÇÃO - Diretor Resp.: Almir Munhoz, Jornalista Resp.: Marco Tirelli (MTb 23.187), Redação: Niviane Estavarengo. (MTb 82.671) e Marco Tirelli.

DEPTO. APOSENTADOS: Rua Santa Isabel, 36 - Tel.: (11) 3221-9079 Tiragem 6.500 exemplares

AFILIADO À:

