



O Novo Website da Apel

O NOVO SITE

Empenhada em manter seus associados informados e atualizados sobre assuntos de seu interesse, a APEL apresenta seu novo Website.

O site tem também o objetivo de facilitar a comunicação dos sócios com a associação. Para isso, há a ferramenta "Fale Conosco".

Num momento posterior, poderá vir a ser oferecida a possibilidade de um espaço para comunicação interpessoal entre os sócios.

A matéria desta página apresenta as principais características do site.

Imagens Dinâmicas - O site dispõe de galeria de fotos dinâmica, como, por exemplo, fotos dos eventos realizados, da administração, das instalações e outras. Tais galerias serão atualizadas com frequência, garantindo que o site mantenha-se atrativo e agradável ao visitante;

Informações da Eletros - Dada a importância da Eletros para o participante da APEL, o novo site apresenta as mais úteis informações da Eletros;

Fale Conosco - Mais um recurso aprimorado no novo site. Ficou mais fácil e operativo o acesso à APEL através do Fale Conosco. Os contatos poderão prontamente ser respondidos pela APEL;

Enquete - Saber a opinião do participante é de interesse da diretoria. Por meio do novo recurso

da enquete será possível identificar com mais precisão o que pensa o participante sobre determinado assunto.

Publicações anteriores - Através das novas facilidades do site ficarão à disposição do participante as publicações já produzidas pela APEL, podendo-se assim resgatar assuntos e notícias importantes publicadas no passado.



Pg. 8

- Lista dos Aniversariantes

Maio & Junho de 2011
Confira o seu nome

Pg. 7

- Prestação de Contas

Demonstrativo Patrimonial,
Demonstração do Resultado e
Acompanhamento Orçamentário

- Novos Associados da APEL

- Homenagem

Pg. 6

- Dicas Sobre a SAÚDE

Padrões de Pensamento Produzem
Diferentes Ações Diante da Vida. (Continuação)
Por Dr^a Angela Perrini

Pg. 5

- AGO Aprova Contas

- Supervisão Baseada em Risco para os Fundos de Pensão

Por Wilson Vilela de Farias

Pg. 4

- Reunião na ELETROS

- Marquês do Lavradio

Por Melchior Tavares de Alcântara

Pg. 3

- O Doce Anil do Nordeste

Por Sheila Castro

- Apoio Jurídico

- Jack Steiner na APEL - 03 de Maio

Pg. 2

- Editorial

Era da Comunicação
Por Leon Zonenschain & Quirino P. Swensson

- Por onde anda.....

o ALBERTO GUIMARÃES ?
Por Mirian Rissin & Suzana Junqueira

O homem sempre procurou se comunicar. Aquilo que primitivamente era uma coisa simples transformou-se em algo sofisticado, complexo e intenso. A escrita foi a primeira ferramenta utilizada para melhorar a comunicação. Quem sabia ler e escrever podia mandar um recado, escrever uma carta e passar uma mensagem. As notícias passaram a ser divulgadas através dos jornais e o conhecimento a ser transmitido pelos livros. Posteriormente, no século 19, grandes invenções como o telégrafo, o telefone, o rádio aceleraram grandemente as comunicações. As revistas e jornais passaram a ser publicadas e lidas por um grande número de pessoas. No início do século 20 o aperfeiçoamento desses meios, auxiliado com o aprimoramento dos meios de transporte, fez com que informações e idéias em todos os campos do conhecimento humano fossem compartilhadas por muitas pessoas.

Entretanto, a velocidade do aprimoramento das comunicações tomou um impulso muito grande com o advento da televisão e dos computadores, em meados do século 20. Mais recentemente, o uso dos satélites na comunicação permitiu o avanço do uso dos telefones. O fenomenal aperfeiçoamento dos computadores trouxe a comunicação a patamares nunca antes alcançados.

Atualmente, através da “rede de alcance mundial” ou world wide web (o famoso www) pode-se interagir com o mundo todo de uma forma quase instantânea, em todas as áreas do conhecimento e da atividade humana. A única barreira ainda existente é a questão da língua, sendo a língua inglesa a mais usada pelos websites do mundo todo. O Brasil é um dos países mais desenvolvidos no campo da comunicação através da Internet, utilizando tecnologia avançada e contando com um grande número de usuários (comparado com o restante do mundo).

Atualmente, além das chamadas “redes sociais” utilizadas, como o twitter, facebook e outras, os websites são a mais eficiente forma de se comunicar com a comunidade dos “internautas”. Através dos “sites” podemos divulgar informações importantes, interagir com os visitantes, postar fotos, textos, vídeos, planilhas. Trata-se de um mundo ilimitado de recursos disponíveis aos possuidores de computador ligados à internet, a um custo bastante acessível.

Pensa-se que já estamos no futuro no mundo da informática, mas muitos intelectuais acham que ainda há bastante a avançar e com uma velocidade ainda maior. Os computadores estão cada vez mais rápidos e a tecnologia caminha a passos largos. O mundo está ficando cada vez menor e as pessoas cada vez mais próximas, apesar da distância física.

Pensando nisso tudo a Diretoria da APEL decidiu aprimorar o nosso website. Torná-lo mais moderno, ágil e aberto, sem esquecer tudo de útil que já foi desenvolvido no nosso www.apelonline.com.

Convidamos você, nosso sócio, a visitar e comentar o novo site e apresentar idéias de como aprimorá-lo ainda mais.

Por Leon Zonenschain &
Quirino P. Swensson



O Alberto, natural de Salvador, Estado da Bahia, teve sua vida desde cedo voltada para a energia elétrica. Formou-se, aos vinte e um anos, na sua cidade natal, em engenharia civil e elétrica pela Escola Politécnica da Universidade Federal da Bahia, numa época em que era possível graduar-se, ao mesmo tempo, nas duas especializações.

Foi professor de instalações domiciliares elétricas e hidráulicas da Escola Técnica de Salvador e professor da disciplina de transmissão e distribuição de energia elétrica do curso de engenheiros eletricitistas da Universidade Federal da Bahia.

Seu primeiro emprego foi na CEEB, empresa americana de energia elétrica de Salvador, onde permaneceu durante vinte anos, chegando a ocupar os cargos de diretor e presidente. Durante esse período, complementou seus estudos na Inglaterra, na Holanda, nos Estados Unidos e no Canadá.

Quando convidado a ocupar o cargo de presidente da COELBA, e não podendo deixar a CEEB, o Alberto acumulou cargos relevantes em ambas empresas.

Já com larga experiência no setor, o Alberto ocupou os cargos de diretor e presidente da CHESF, período em que lembra ter recebido na usina de Paulo Afonso o Presidente Geisel e sua família. Ainda nessa época, em que Antonio Carlos Magalhães era presidente da Eletrobras, o Alberto, grande amigo seu da juventude, recusou um convite dele para diretor da Eletrobras por estar ainda em início de mandato na CHESF, mas deu-lhe grande apoio, funcionando como elo entre ele e o setor.

A convite do Dr. Schulman, Presidente da Eletrobras, mudou-se para o Rio de Janeiro, tendo ocupado cargos de relevância na própria presidência da Eletrobras e da Light.

Na Eletrobras, foi o Coordenador Geral da Presidência (COGP), cargo que correspondia ao de um Diretor Administrativo. Na empresa sua atuação foi marcada pela austeridade, correção e competência que sempre caracterizaram a sua carreira.

E por onde anda o Alberto?

A APEL foi ouvi-lo.

Após sua aposentadoria, no princípio da década de 90, o Alberto intensificou a atenção a uma atividade que já ocupava seu tempo durante a vida profissional, a marcenaria. Uma oficina completa está instalada em sua residência e de lá saem vários produtos, inclusive brinquedos para seus netos.

Casado há cinquenta e um anos, o Alberto tem quatro filhos e sete netos.

Fato curioso ocorreu no ano passado, quando o Alberto completou 80 anos: seu bolo de aniversário, encomendado por sua esposa, tinha o nome das quatro empresas em que ele trabalhou - Light, CEEB, COELBA e CHESF - em cada lado e no centro do bolo o nome da Eletrobras e a figura do Tio Patinhas, personagem de histórias em quadrinhos, famoso por não liberar dinheiro com facilidade.

Por Mirian Rissin &
Suzana Junqueira de Andrade Oliveira

O DOCE ANIL DO NORDESTE



Sheila Castro

Todos a bordo!
O azul do mar é refletido nos olhos dos que, e n q u a n t o presenciam o navio afastar-se do porto, b r i n d a m , alegremente, à espera da partida. Vamos navegar!

nos macios sofás, conversam e saboreiam seus drinks. Alguns arriscam a sorte no Cassino, repleto de maquininhas convidativas. Mais adiante, o suave som do piano inebria os corações sensíveis. Para os adeptos do balanço eletrônico, a discoteca faz a festa. Casais passeiam pelos corredores, percorrendo os andares, conhecendo a imensa embarcação. As noites são sempre divertidas e aproveitar é o que há de melhor.

Salvador, Maceió e Ilhéus, promovem o incentivo aos flashes, direcionados aos pontos pitorescos e às praias que fascinam os visitantes.

No navio, o grupo de recreação consegue divertir a todos, sem restrição. As idades se misturam e a farra é total.

Difícil saber o que mais encanta. Mas, como não é possível durar para sempre, o desembarque deixa no ar a promessa silenciosa de um breve retorno.

Navegar é preciso...

A noite cai rapidamente e os dançarinos ocupam os espaços dos lindos e iluminados salões, observados pelos que, acomodados

O dia vem e os raios de sol fazem da piscina o paraíso momentâneo. Manhãs claras, ideais para os passeios programados a



Apoio Jurídico

A partir de respostas à pesquisa realizada recentemente, a direção da APEL constatou que existe uma demanda, da parte dos seus associados, no sentido de que a APEL tenha condições de apoiar os sócios que tenham pleitos, reivindicações ou

simplesmente dúvidas de diversas naturezas, sejam tributárias, previdenciárias, trabalhistas etc. No intuito de atender a essa demanda, a APEL está começando a organizar esse tipo de apoio. A idéia é que a APEL apresente advogados ou escritórios que

possam ser consultados pelos associados que tenham essas necessidades, sem que a própria APEL venha a se tornar parte interessada nas questões individuais, não tendo qualquer interveniência na eventual contratação dos serviços pelas partes. ■

Jack Steiner na APEL-3 de maio

O diretor eleito da Eletros, Jack Steiner, fará, às 14h do dia 3 de maio, uma apresentação na APEL sobre os resultados da Eletros em 2010, desdobrando-os segundo os diversos

planos de benefícios (BD, CD etc). Na ocasião, ele poderá atender a dúvidas relacionadas ao desempenho de cada plano. Todos os associados estão convidados. No entanto, considerando

as limitações do nosso salão, solicitamos que os interessados se inscrevam pelo telefone 2263 2707 ou pelo email secretaria@apelonline.com ■

Reunião na ELETROS

No dia 24 de março dirigentes da APEL — Marcio Cavour e Benni Faerman — reuniram-se com a Diretoria da ELETROS para tratar de assuntos de interesses dos nossos associados.

Entre eles, os seguintes principais temas:

Seguro de Vida

Os representantes da APEL voltaram a manifestar a grande insatisfação dos aposentados para com o tratamento dado à questão do seguro de vida, já motivo de comentário no último número do APEL Notícias. A Diretoria da Eletros voltou a explicar que o assunto é conduzido pela Eletrobras, a quem cabe realizar a licitação para a contratação da apólice. Houve um atraso de parte da patrocinadora na realização dessa licitação, que está no momento em andamento. Há a expectativa, na visão dos dirigentes da Eletros, de que se consiga uma redução no preço da apólice ao final desse processo.

FABES- Melhor uso dos recursos

A administração da APEL tem insistido, junto à diretoria da ELETROS e da

FABES, da necessidade de ser avaliada a possibilidade de promoção de ajustes na política de concessão de benefícios da FABES, contida no Programa de Auxílio à Mensalidade-PAM, com o objetivo de que seja melhorado o apoio dado aos participantes de menor renda. Os dirigentes da Eletros/FABES mostraram os estudos que foram realizados a respeito do assunto e que agora serão submetidos à apreciação do Conselho da Fundação. À luz dos dados apresentados, manifestamos nossa posição de que é possível a concessão de melhoria para aqueles benefícios.

Reajustes do INSS

Como divulgado no último APEL Notícias, a APEL está acompanhando atentamente a evolução das providências decorrentes da decisão do Supremo Tribunal Federal que

implicará em reajuste no valor dos benefícios do INSS para um certo grupo de participantes. O assunto está sendo acompanhado pela Eletros, que vem realizando os estudos necessários para o processamento do pagamento, logo que forem esclarecidos, pela AGU e pelo próprio INSS, todos os procedimentos operacionais. É muito provável que esses pagamentos, embora devidos de forma líquida e certa, não sejam feitos no ano de 2011, devido à falta de previsão no orçamento do INSS. Embora a Eletros não tenha ainda concluído o seu levantamento, é praticamente certo que o ajuste do valor do INSS não terá impacto sobre a renda global dos aposentados da Eletros. Em outras palavras, para a quase totalidade dos casos, o aumento do INSS implicará na redução do benefício da Eletros, o que significa que a renda total (renda global) não será alterada. ■

Marquês do Lavradio



Melchior Tavares
de Alcântara

No século 18 (por volta de 1763), a capital do Brasil Império mudou-se da Bahia (Salvador) para o Rio de Janeiro. Nessa época, o Brasil, ainda ligado a Portugal, era um Vice-reinado, comandado naturalmente de Lisboa. O terceiro vice-rei do Brasil era o Marquês do Lavradio, cuja residência era um palacete, para os padrões da época, localizado na esquina das ruas do Lavradio (homenagem ao próprio) e Relação (está de pé até hoje, virou museu). Para atender aos assuntos

jurídicos de então, Portugal instalou na nova capital, Rio de Janeiro, o Tribunal da Relação, mesmo nome de seu congênere de Portugal, denominação esta que se mantém até hoje nesse país ibérico.

O Marques do Lavradio deixou uma lembrança na cidade, a implantação da “feira livre de impostos”, a pedido dos pequenos comerciantes locais. Hoje elas são chamadas simplesmente “feira livre”.

A rua onde se instalou o Tribunal da Relação por isto mesmo passou a se chamar da Relação, denominação que se mantém até hoje. Próximo a essa rua está a Rua do Senado, claro o senado de então ficava nesse logradouro.

É possível concluir que essa região era o centro político de então. Curioso lembrar que antes de o Rio de Janeiro agasalhar o Tribunal da Relação, algum problema jurídico que, por qualquer

razão, não pudesse ser levado à Corte (Bahia naturalmente), teria como alternativa a apreciação pela Igreja, onde despontava a figura do Bispo.

Deste fato nasceu a expressão popular: “Não está satisfeito, vá se queixar ao Bispo”

A independência, ocorrida em 7 de setembro de 1822, só foi consolidada em 2 de julho de 1823 (parece que só os baianos comemoram esta data), com a grande colaboração do Almirante Cochrane (por isso mesmo chamado de o Consolidador da Independência brasileira).

O Tribunal da Relação passou por várias denominações e hoje se chama Tribunal de Justiça do Rio de Janeiro, um belíssimo prédio localizado na Av. Presidente Antonio Carlos, centro da cidade.

Já que estamos nos “por quês”, quem teria sido o Presidente Antonio Carlos, ele foi presidente de que?

Antes de 1930, quando a revolução trouxe ao poder a chamada Era Vargas, os estados brasileiros eram governados por “presidentes”. Então o Presidente Antonio Carlos era nada mais nada menos que o governador de Minas Gerais. No centro de Niterói temos a rua Pres. Backer, que foi governador do antigo Estado do Rio. Na Paraíba, o Presidente João Pessoa (sobrinho do Presidente da República Epitácio Pessoa), governador de seu estado, morreu assassinado numa casa comercial de Recife, um dos motivos que aceleraram a eclosão da revolução de 1930.

Como homenagem a seu Governador (ou Presidente), desaparecido na revolta de 1930, a capital da Paraíba, que até então também se chamava Paraíba, passou a se chamar João Pessoa. ■

AGO Aprova Contas

A Assembléia Geral Ordinária realizada no dia 30 de março aprovou o Relatório da Diretoria e as Demonstrações Contábeis relativas ao ano de 2010. Aprovou também o orçamento para o ano de 2011 e a indicação do associado Leon Zonenschain para o cargo de Diretor Administrativo.

Supervisão Baseada em Risco Para os Fundos de Pensão



Wilson Vilela de Farias

No cumprimento da Recomendação nº 2 do Conselho de Gestão da Previdência Complementar, a Superintendência Nacional de Previdência Complementar (Previc) tem como um dos focos prioritários de seu programa anual de fiscalização das entidades fechadas de previdência

complementar a implantação de metodologias de Supervisão Baseada em Risco (SBR), abrangentes aos planos de benefícios administrados por essas sociedades. Conforme define a citada Resolução, SBR seria a atividade da Previc, em suas atribuições, de supervisionar de forma direta ou indireta o regime de previdência complementar operado pelos fundos de pensão, quanto à sua exposição a riscos. Recomenda ainda a Resolução que na aplicação da SBR sejam levados em conta a diversidade e a complexidade pertinentes a essas entidades e a cada plano de benefício.

A previsão e o controle dos riscos na aplicação dos ativos e a adequação dos esperados rendimentos com as obrigações definidas nas planilhas atuariais não é novidade para os fundos de pensão bem administrados que, para isso, mantêm equipes técnicas ou contratam serviços de especialistas. O novo no assunto é um órgão governamental assumir um encargo com tal abrangência nas entidades por ele supervisionadas.

Os idealizadores e as autoridades que estruturam o sistema de SBR argumentam que se trata de medida de precaução face às incertezas e às constantes alterações do mercado financeiro e visa a prevenir desvios e corrigi-los a tempo. De fato, as transformações e a complexidade desse mercado, depois do estouro da bolha imobiliária nos Estados Unidos, em 2008, e a crise econômica que se seguiu, nos próprios Estados Unidos e em muitos países da Europa e da Ásia, nos quais os fundos de pensão sofreram grandes prejuízos, justificam a preocupação das autoridades. De tal monta é a preocupação na economia dos fundos de pensão que o Banco Mundial decidiu capitanear o conjunto de medidas para acautelar os patrimônios das entidades de previdência complementar. Assim, sob a supervisão daquela instituição, a SBR está em fase de aplicação no Reino Unido, Holanda e Austrália, assim como em estágio de implantação em outros países, inclusive o Brasil.

Mas não se deve minimizar a destacada posição da previdência privada brasileira. Conforme estudo realizado pela consultoria Mercer, esse setor classifica-se, no item “integridade”, entre os cinco melhores do mundo e coloca-se à frente de seus congêneres do Canadá, França e Estados Unidos. O citado estudo dá relevo à governança, à independência face às patrocinadoras, às regras mínimas para criação e funcionamento dos fundos de pensão, assim como à avaliação atuarial dos planos de benefícios. Essa elevada posição atrai o interesse dos gestores de fundos de participação ou de renda, tanto nacionais quanto internacionais.

Entre nós, os trabalhos relativos à SBR começaram em 2009. Comissões de especialistas do setor financeiro do Banco Mundial, por três vezes estiveram no Brasil, reuniram-se com técnicos da Superintendência Nacional de Previdência Complementar (Previc), da Abrapp e dos fundos de pensão, do que resultou a elaboração de um diagnóstico da estrutura existente no setor. A seguir, veio a preparação do esquema de abordagem da metodologia SBR adequada para a situação brasileira. Agora, com a implantação da SBR, com o apoio da consultoria do Banco Mundial, serão revisadas algumas leis e regulamentos brasileiros pertinentes ao setor.

O estágio pleno da SBR demandará algum tempo. Para atingi-lo, o quanto antes, a Previc também desenvolve um programa de esclarecimento e convencimento das entidades supervisionadas, tendo o assunto sido discutido no 31º Congresso Brasileiro dos Fundos de Pensão.

Na Eletros acaba de ser concluído um trabalho, realizado pela empresa de consultoria KPMG, que envolveu, dentre outros aspectos, a identificação e a descrição dos diversos tipos de risco a que estão submetidas todas as atividades da Fundação. Esses riscos, desde os de caráter administrativo até os ligados aos investimentos e aos benefícios pagos pela Fundação, foram mapeados a partir de levantamentos feitos junto a todas as gerências e incluídos numa “matriz de riscos”. Como parte da atenção que a Fundação passou a dar ao assunto, foi criado um novo cargo, com uma pessoa ligada diretamente ao Conselho Deliberativo, que ficará responsável pelo acompanhamento e gestão de todos aqueles riscos envolvidos nas atividades da Fundação.

Essa matriz de riscos faz parte do planejamento estratégico da Fundação para os próximos cinco anos, trabalho também desenvolvido pela consultoria contratada.

Fontes: “Investidor Institucional” – edições 220 e 221 de outubro e novembro de 2010.

Padrões de Pensamento Produzem Diferentes Ações Diante da Vida.

É o exemplo do sucesso de determinados jogadores de futebol considerados ídolos, cantores, atores, políticos, cientistas, pesquisadores. Geralmente, surgem novas propostas de trabalho, oportunidades, ganhos em dinheiro, poder, facilidades sociais, novos amigos, ambientes sofisticados, enfim uma enxurrada de conquistas que valorizam o ego. Os outros o veem como uma celebridade, um ser dotado de altos conhecimentos, mas ele sente que não é nada daquilo.



Dr^a. Angela Perrini
Psicóloga Clínica

Vale ressaltar certos casos de pessoas que têm um complexo de inferioridade, baixa da autoestima, visão pessimista pelo próprio conceito de se achar sem qualidades e de se

perceber de forma valorativa baixa. O que acontece? O indivíduo é invadido pelo sentimento de culpa, não se achando merecedor de tantos êxitos. Passa a sentir uma necessidade de punição. Uns recorrem ao isolamento, refugiam-se nas drogas, envolvem-se em escândalos e confusões. Outros, entram em estados depressivos, doença do pânico. Esses efeitos provêm do despreparo para a nova situação: o sucesso, o glamour, o poder, a fama, a facilidade de dinheiro. Passam a ser considerados uma celebridade, perdendo a privacidade e não sabendo distinguir a vida pessoal da pública. Outros tornam-se pedantes, talvez pelo traço de personalidade tímida ou narcisista. É necessário ter uma boa estrutura familiar, o conhecimento das emoções e o seu valor pessoal para não se tornar uma vítima do sucesso.

Já dizia o pai da psicanálise, Sigmund Freud: “é mais fácil lidar com o fracasso do que com o sucesso”... Algumas pessoas têm o sentimento de supervalorização, ficando com o ego inflado, achando-se onipotentes, poderosas, assumindo a vaidade pessoal narcísica. Mas, como tudo é passageiro, deve-se ter o cuidado de não sair da realidade, porque o sucesso pode subir à cabeça, ocorrendo desvio de conduta, marginalidade. O que se faz necessário é o apoio psicológico, em ambos os casos.

AUTOESTIMA NÃO SE CONFUNDE COM INTELIGÊNCIA.

Muitas vezes, um teste de investigação sobre indicadores intelectuais e emocionais, ou de inteligência emocional, motora, artística ou outros pode prover um resultado de um QI elevado. Ainda, assim, é possível que essa pessoa não tenha uma autoestima valorizada. O que se percebe que a autoestima independe do grau de inteligência, mesmo tendo as suas qualidades definidas. Entretanto, se a pessoa não consegue ter autoconfiança e autorrespeito, para enfrentar as dificuldades e adversidades da vida, como resultado, constrói uma imagem negativa de si mesma.

DICAS:

-ANTES DE RECLAMAR, PENSE: O QUE PODE SER FEITO?

- Quando os pensamentos negativos predominarem, consulte um profissional de saúde, um psicólogo, a fim de iniciar um tratamento, uma psicoterapia, para trabalhar a parte cognitiva e comportamental.
- Tente conhecer as suas emoções, sentimentos e sensações para identificar as suas necessidades psíquicas e corporais.

- Viva com entusiasmo. Cuide-se! Valorize o seu o amor próprio.
- Crie bons sentimentos dentro de você e seja fiel a eles. Tente ampliar a rede de relacionamentos e cultive as amizades e, também, a relação familiar.
- Aprenda a lidar com as situações do dia a dia, sem ficar no silêncio, no sofrimento, saindo do papel de vítima. E também fortaleça a autoestima para ter um sistema imunológico emocional equilibrado e saudável.
- Fale a palavra mágica para tudo o que o incomoda: “BASTA! NÃO AGUENTO MAIS!”. Na medida que a pessoa se percebe e verifica a necessidade de mudança, está pronta para vivenciar a força dos três D: Desejo, Decisão e Determinação.
- Seja autoafirmativo, autoconfiante e seguro. Preserve o respeito a si e ao outro. O importante é compreender o seu papel perante a vida, saber lutar pelos seus direitos, saber que nem sempre contamos com vitória, também existem derrotas. Mesmo assim, devemos reforçar os pontos positivos e as qualidades.
- Sinta entusiasmo nas tarefas diárias e cumpra até o final aquilo que começou. Procure se adaptar ao novo. Dê valor ao hoje, utilizando a experiência do ontem, e adquira um amanhã promissor. Quanto mais se esforçar, maior será a sua capacidade.
- Use reflexões positivas. Aprenda a lidar com as emoções, as pressões diárias e saber resistir e afastar o que for negativo. Saiba lidar com as críticas sem ser defensivo. Ser positivo, otimista significa fazer o que ama e amar o que faz.
- Tente conhecer as suas necessidades individuais. Procure vivenciar o “silêncio interior”. Reverta os pensamentos destrutivos e libere a ansiedade, os medos, a falta de esperança, principalmente, quando sentir:

- REJEIÇÃO investir em AUTOACEITAÇÃO;
- ABANDONO _____ ATENÇÃO PARA SI;
- DESAMPARO _____ CONFIANÇA NA VIDA;
- AUTOPIEDADE _____ VALORIZAÇÃO PESSOAL;
- MÁGOA _____ COMPREENSÃO;
- FALTA DE AMOR _____ AMOR AO PRÓXIMO;
- FALTA DE ENERGIA _____ NOVO SENTIDO
PARA LUTAR _____ PARA A VIDA.

"A vida é uma manifestação de DEUS- é uma energia, uma força vital que está dentro de cada um de nós. Busque a sua luz interior e aceite os desafios".

VOCÊ PODE!

Prestação de Contas

Os Balancetes até 31/12/2010, o Acompanhamento Orçamentário do Exercício de 2010 bem como a documentação contábil pertinente estão à disposição de nossos associados para consultas e exames.

Demonstrativo Patrimonial - Em 31 de Dezembro (2010 - 2009)

(Valores expressos em reais)

RESUMO

ATIVO			PASSIVO		
	2010	2009		2010	2009
CIRCULANTE	3.347.296	3.161.472	CIRCULANTE	10.990	21.517
CAIXA E BANCOS	28.965	31.934	EXIGIBILIDADES	10.990	21.517
INVESTIMENTOS	3.306.916	3.120.119			
REALIZÁVEL	11.415	9.419			
PERMANENTE	250.180	264.629	PATRIMÔNIO LÍQUIDO	3.586.486	3.404.584
INVESTIMENTOS	11.310	11.310	PATRIMÔNIO SOCIAL	3.586.486	3.404.584
IMOBILIZADO	238.870	251.843			
DIFERIDO	-0-	1.476			
TOTAL	3.597.476	3.426.101	TOTAL	3.597.476	3.426.101

Demonstração do Resultado Comparativo (2010-2009)

RESUMO

	2010	2009
1. RECEITAS	844.219	783.709
2. DESPESAS	664.584	640.555
RESULTADO DO PERÍODO	179.635	143.154

Acompanhamento Orçamentário 2010

RESUMO

	Realizado	Previsto
I. INGRESSOS	797.742	796.207
RECEITA: CONTRIBUIÇÕES	537.474	534.383
FINANCEIRA	260.268	261.824
II. SAÍDAS	618.107	689.797
DESPESAS	618.107	689.797
SALDO	179.635	106.410

Os mais novos associados da APEL

Damos as boas vindas aos novos associados, abaixo relacionados, e aproveitamos para convidar você, não associado, a vir se unir a nós, para o fortalecimento de nossas ações visando à defesa da nossa ELETROS, nosso Patrimônio.

- Paulo Fernando Vieira Souto Rezende

- Edson Lopes Pimentel



Homenagem Póstuma

Homenagem Póstuma aos queridos colegas e amigos que se foram.

Nilda Coelho Esteves
Fernando Hugo da Silva
Marcelo Ferreira de Vasconcellos
Dermeval de Oliveira

(† 26/02/2011)
 (21/06/1930 † 20/02/2011)
 (08/08/1949 † 28/01/2011)
 (27/09/1949 † 30/03/2011)

Eletros-Saúde (21) 2138-6000
 FABES (21) 2179-4949
 Plantão Assistencial do Fabes (21) 9464-7255
 Emergência da Vida UTI (21) 3461-3030
 0800 253 130
 Clube ELETROBRÁS (21) 2514-5356

Eletros
 Geral (21) 2179-4700
 Folha de Pagamento (21) 2179-4780

Empréstimo Financeiro (21) 2179-4900
 Seguros (21) 2179-4775
 (21) 2179-4736

Telefones Úteis

Aniversariantes de Maio

1 Akeo Tanabe Jadir Fernandes A. de Oliveira Janaina Lúcia C. B. de Lara José Marques de Goes Leda de M. Uchoa do Amaral	6 Helena Gonzalez Matos Ivonne da A. Rodrigues Silva Sani Gutman	14 Giovanni Romano Maria Roseline Wogel Bilheri	21 Lucia Gomes Becker Leite
2 Antonio Santos da Silva Enio Alvarenga Gilberto de C. G. Redondo Hemangarda M. de Lima Irenil Matos de Oliveira Jurua de Freitas Lima	7 Lucia Maria T. de Arruda Paulo Sergio Chaves Sandra Augusta Castro Lerner Valdir Pereira	15 Angela Maria R. T. L. Mazza Maria Edna S. C. de Souza Rita de Cassia L. O. de Aguiar Sonia Fernandes Lourenco	22 Carmem Lúcia P. Santos
3 Agenor de Jesus Lopes Amaury Martins Eduardo Luiz Pereira Baptista Elizabeth Moraes de S. Rocha Luci Armada Correia Dias Sebastião Altivo Neto	8 Martha Maria dos S. Oliveira	16 Carlos A. Paraguassu de Sa Francisco de Souza Dantas	23 Julio Cesar G. Trindade
4 Apparicio Alves do Amaral F. Jorge da Silva Monteiro Lorena Fornari de Ary Pires Luiz Fleury Wanderley Soares Maria da Conceição de O. P.	9 Mauro Moreira Miriam Ferreira dos Santos Ydilha da Silva T. Oliveira	17 Anselmo Noroes Gino Gerson Ferreira Pires Helenice S. Diogo Siqueira	23 Mary Santos Uchoa
5 Luiz Augusto Lattari Barretto	10 Antonio de Souza Sonia Maria Toledo Martins Wallace Gomes Morgado Wilson Santa Cruz de Oliveira	17 João Alves Matias Yolanda Soares dos S. Prado	24 Ernani Carneiro Campello Tercia Pontes Lima R. Alves
6 Eduardo Gomes Santos	11 Maria Luiza M. T. Bastos	18 Marilene de Macedo Silva Ocilon Fernandes Sampaio Wilson de Souza	25 Sueli Celestino V. da Luz Urbano Frederico Pinto
	12 Paulo Roberto de Araujo	19 Geraldo B. de Figueiredo José Carlos Ventura Luiz C. de A. e Albuquerque Mauro da Silva Rocha Mauro Pinheiro de A. Souza Nilda Goularte Reneval Ferreira	26 Wanda André de Sant' Anna
	13 Denilda Martins da Silva Leal Nizete Ferreira Diniz Viola Evelyn Korten		27 Circelio K. Gomes Ribeiro Edson Ribeiro de Queiroz Mauro de Carvalho Velloso Paulo Fernando V. S. Rezende Tânia Mello da Silva
	14 Angela Maria M. Perrini Elcio Gomes de Azevedo Gastão Luiz de Andrade Lima		28 Edvaldo Germano P. Lopes Mauro Cesar da Rocha Sandra Rosemar da C. Silva
			29 Guilherme Zarur Maria Luiza M. Affonso Vera Lucia Martins Siqueira
			30 Milton de Araujo Virginia Souza Drummond *****

Aniversariantes de Junho

1 Augusto Dantas Leila Maria de S. C. da Silva Maria Lucia dos S. Araújo	9 Alberto Alves Cohen Carlos Magno Salazar Diamantino G. Alves Teixeira Wellington F. F. Coutinho	15 Miriam Rolim dos S. da Silva	24 José Reinaldo da Silva Roberval Rubens M. Junior
2 Jair Carlos Pinho Evangelista Marcus Cunha Rodrigues	10 Andre L. Vandemeulebroucke Delmar Del'angelo Elyethe Regina G. Marinho Marco Antonio Pachá Yunes Marlene Ribeiro Galvao Regina Conceição Tovar	16 Julio Antonio Favilla Nunes Marlene Maria Beloti Abdala	25 Ademario dos Santos Dileyne Barbosa de Souza Francisco L. de Saboia Ramos Iracema Sodre Lima Norah Terezinha de F.B. Aurel
3 Manoel Calheiros G.de Barros Marlene de Abreu Paredes Sebastião Antonio Pereira	11 Ernesto Armando Roesler Pedro Medrada Wagner	17 Carlos Olyntho C. da Silva Laura Tavares de V. Brandao Marly Rodrigues de Lira	26 Cleusa Paranhos da Cruz
4 Denise Ramagem Badaro Hamilton Gondim Fabricio Nicholas Lionel Brooking Ronaldo Bello Victor Tavares da Silva	12 Antonietta C. Pessanha Antonio Francisco de Pontes Erasmio Alves de Santana Maria de Fátima M. Gomes Nelson Malizia Alves	18 Aloysio Marques Pereira Luciano Benjamin Tourinho	27 Edeltrudes M. Guimarães Lina de Assis Rebelo
5 Reginete Anselmo Matheus	13 Antônia Dias Cabral Antonio Moreira Francisco Carlos Alberto M. Bezerra Maria de Lourdes X. Araujo	19 Angela Maria M. de Oliveira Lidia Pinheiro dos Santos Maria Regina Oliveira Diniz Sergio Roberto F. de Mello	28 Luiz Antonio de Paula Mariem Slaib Marinela Morandini Bianchi
6 Paulo Coimbra Sauwen Yone Silva Alves	14 Luis Carlos Gomes da Silva Merineu Teixeira Duarte	20 Renato Barreto de Souza	29 Almir José dos Santos Altamir Ferreira Lima José Americano da Costa Paulo Roberto Ribeiro Pinto Ronald Ribeiro Campos
7 Jorge Ferreira Roberto Klotz Tristao Sylvio Scarso Barcellos	15 Fernando Antonio Lopes Jorge Silva	21 Alberto Rodrigues de Melo José Carlos Queiroz Oliveira Rejane de Carvalho Verçoza	30 Eagle Rodrigues Vianna Elson de Almeida Carvalho Francisco A. Rizzo Assunção João Carlos K. Rhem
8 Edegard Gomes Junior Jorge Carvalho Mario Moura Miranda		22 Fernando da Silva Lopes Goncalo Loureiro das Neves Vicente Rodrigues Gomes Zilda Ferreira da C. Noronha	30 Paulo Roberto Eyer *****
8 Philon de Souza Carneiro Wagner Ferreira Mattos		23 Emma Benatti Jorge José Spinelli Filho Moris Alkabes	
		24 João Carlos da Paz B. Ferraz	

Expediente

Presidente: Marcio Cavour - Diretor Administrativo: Leon Zonenschain - Diretor Financeiro: Valdir Rodrigues - Diretor Social: Paulo Henrique da Silva - Diretor: Benni Faerman - Colaboração/Revisão: Maria Luiza Monteiro Affonso, Melchior Tavares de Alcântara, Drª Angela Perrini, Sheila Castro, Leon Zonenschain, Quirino P. Swensson, Mirian Rissin e Suzana Junqueira de Andrade Oliveira - Diagramação: Luís Cláudio G. de Alcântara.



Associação dos Aposentados Participantes da Eletros - APEL

Avenida Presidente Vargas, 962 C 06 - Centro Rio de Janeiro RJ 20071-002 Telefax (21) 2263-2707

<http://www.apelononline.com>

E-mail : apel@apelononline.com