

Outubro Rosa no Sindicato: prevenção e saúde

O mês de outubro é mais do que especial, principalmente para as mulheres. Pensando na força feminina dentro do ambiente trabalhista e no Outubro Rosa - campanha que tem o objetivo de alertar as mulheres sobre a prevenção do câncer de mama - o **Sindicato** abraça a causa com uma série de atividades promovendo a qualidade de vida.

No dia 18 de outubro, às 9h, o **Clube de Campo**

receberá a **Caminhada Rosa**. A atividade tem como intenção favorecer a saúde corporal (melhoramento do condicionamento físico, maior absorção de cálcio, controle de diabetes e pressão) e mental (sensação de bem-estar, diminuição da sonolência e cansaço). Para deixar o dia ainda mais saudável, uma aula de Zumba será realizada. Tudo isso aliado à conscientização que a campanha proporciona.

COMO DESCOBRIR

•**Autoexame**- deve ser feito todo mês e, caso encontre algum sinal suspeito, procure um médico

•**Exame clínico das mamas**- feito por médicos especialistas em consultas de rotina, pelo menos uma vez ao ano

•**Mamografia**- quem tem mais de 40 anos deve fazer o exame anualmente

•**Ultrassonografia das mamas**- indicada em casos específicos como exame complementar



CONSCIENTIZAÇÃO

No ano passado foram registrados 57.120 casos novos de câncer de mama no Brasil, uma taxa de incidência de 56,1 casos por 100.000 mulheres. O mais importante é que, se descoberto na fase inicial (até 1 cm), as chances de cura são maiores de 90%. Em casos avançados (5 cm ou mais) as chances de cura caem para 30%. Por isso, quando falamos em câncer de mama, o mais importante é o diagnóstico precoce: quanto antes se descobrir, maior a chance de se curar.

Previna-se contra o Câncer de Mama

DESTINATÁRIO

SINDICATO DOS METALÚRGICOS
 JUNDIAÍ - VÁRZEA PAULISTA - CAMPO LIMPO PAULISTA

Remetente: Rua XV de Novembro, 240 - CEP 13201-005 - Jundiaí - SP

Mala Direta Postal

9912335331-DR/SPI
 Sindicato dos Metalúrgicos de Jundiaí

CORREIOS



PARA USO DOS CORREIOS

<input type="checkbox"/> Mudou-se	<input type="checkbox"/> Desconhecido	Registrado no serviço postal em ____/____/____
<input type="checkbox"/> Endereço insuficiente	<input type="checkbox"/> Recusado	
<input type="checkbox"/> Não existe número indicado	<input type="checkbox"/> Falecido	Assinatura e número do entregador:
<input type="checkbox"/> Ausente	<input type="checkbox"/> Informação escrita pelo Porteiro/Síndico	
<input type="checkbox"/> Não Procurado	<input type="checkbox"/>	

LUCAS CASTROVIEJO



Descontração e risadas no 13º Encontro da OM da Krupp

Um clima de descontração marcou o 13º Encontro dos Companheiros de Trabalho da Antiga OM da Krupp. Trabalhadores da multinacional nas décadas de 70, 80 e 90 participaram de um animado churrasco no dia 13 de setembro, no **Clube de Campo**. Confira as fotos no site www.sindicatometal.org.br.



Pensão por morte: novos valores

Quase 45 mil pensionistas devem receber um valor maior em outubro. O INSS revisou os benefícios concedidos durante a vigência da Medida Provisória 664 e, a partir da próxima folha de pagamento, vai depositar o valor integral. A diferença pode chegar a 40%.

A MP 664 reduziu o valor da pensão por morte para 50% do valor do benefício + 10% por dependente e teve validade de 30/12/2014 a 17/06/2015. Todos que fizeram o pedido de pensão

neste período terão o valor alterado. Só no estado de São Paulo são cerca de 15 mil pensionistas nesta situação. No site da Previdência, a promessa era que o benefício integral seria pago na folha de setembro, mas não foi isso o que aconteceu. O pagamento com o valor corrigido ficou para outubro. Além da renda mensal, os pensionistas devem receber, também, as diferenças referentes aos meses em que o benefício foi pago com base nas regras da MP 664.



13º tão esperado

Até o dia 7 de outubro todos os aposentados receberão a primeira parcela do 13º salário que, desta vez, diferente dos últimos 9 anos, não saiu em agosto. O pagamento da segunda parcela do 13º salário - a mais de 28 milhões de

segurados da Previdência Social - começa no dia 24 de novembro e acompanhará o calendário mensal, que prossegue até o dia 7 de dezembro. De acordo com a legislação, o Imposto de Renda será descontado nesta parcela.

Palavra do Presidente

Prevenir para viver

No boletim do mês passado, trouxemos para você a notícia sobre o adiantamento da primeira parcela do 13º salário, está lembrado? O atraso acabou atrapalhando a vida de alguns companheiros. Tudo vem se acertando e até o dia 7 de outubro o dinheiro deve estar na conta de cada pensionista e aposentado.

Outubro também é o mês dedicado à saúde com a campanha de prevenção do câncer de mama. Precisamos estar atentos a esse problema, que atinge tantas mulheres.

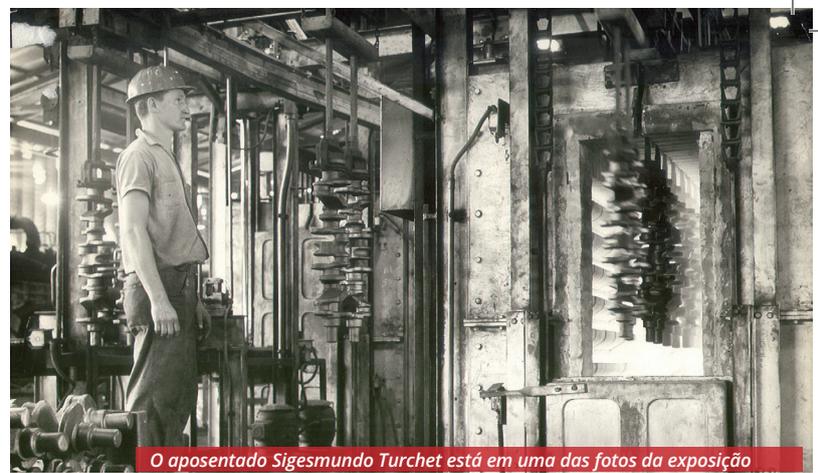
Também é nosso dever, como sindicato-cidadão, de zelar pelo bem estar e qualidade de vida dos nossos associados, por isso abraçamos essa causa e faremos uma caminhada em nosso Clube de Campo, convocando todas as companheiras a participarem desse ato em defesa da vida.

Aproveito também para convidá-los para a nossa tradicional festa das crianças, no dia 12. Traga seus netos, sobrinhos e volte a ser criança com a gente. Esperamos vocês!

Eliseu Silva Costa
Presidente



Cenas do interior das fábricas também estão retratadas na mostra



O aposentado Sigismundo Turchet está em uma das fotos da exposição

“Força metalúrgica: história de luta” em 23 painéis fotográficos

Foi inaugurada no fim de setembro a exposição “Força Metalúrgica: História de Luta” no **Museu do Metalúrgico**, que recupera momentos da trajetória da nossa categoria, formada

pelo esforço e suor de tantos trabalhadores.

A mostra tem ao todo 23 painéis fotográficos que relatam cenas dentro das fábricas, manifestações nas ruas, mobilizações nas

portas das fábricas, entre outras ações.

A exposição está aberta ao público de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h. Esperamos sua visita, afinal você faz parte dessa história!



Atendendo a pedidos, sauna abrirá também nas noites de quarta.

Sauna também às quartas-feiras!

A partir do dia 14 de outubro, a sauna masculina do **Clube de Campo** funcionará também nas noites de quarta-feira em caráter experimental, das 17h às 21h. O novo dia vem de encontro a uma solicitação dos próprios associados. Vale lembrar que para aproveitar o local é preciso estar com o exame médico em dia. Além da quarta, a sauna mantém seu funcionamento às sextas-feiras das 17 às 21h (masculina), aos sábados das 9h às 11h30 (feminina) e das 13h30 às 17h (masculina), e aos domingos das 9h às 11h30 (masculina) e das 13h30 às 17h (feminina). Aproveite!



Lago grande funciona das 8h às 17h

Lago Grande no mês de outubro

Em outubro, o Lago Grande abre nos dias 3 e 10, das 8 às 17h. Sócios pagam R\$ 30 e os não sócios, R\$ 60. Quem chegar após as 13h pagará R\$ 20 (sócios) e R\$ 50 (não sócios). Os valores são válidos para até 10 quilos de peixe. Acima deste peso, será cobrado R\$ 11 o quilo.



O próximo plantão na sede do Sindicato será no dia 3 de outubro.

Das 9 às 13 horas, será possível se associar, incluir dependentes e fazer pagamentos.



 **Colônia de Férias do Sindicato**

Que tal curtir a Colônia de Férias do **Sindicato** no litoral sul de São Paulo? O sorteio de vagas de hospedagem acontece toda primeira sexta-feira do mês para o mês seguinte. O próximo será no dia 2 de outubro, às 17 horas, na sede. Os interessados devem retirar uma senha neste horário e aguardar o sorteio, logo em seguida, às 18 horas. A ficha de solicitação é válida

para o mês de novembro. O interessado deverá preencher o documento com os dias em que pretende se hospedar, nome e idade dos acompanhantes, além dos horários previstos para entrada e saída. Para garantir uma vaga no estacionamento da colônia é necessário informar também a placa e o modelo do veículo. **Aproveite!**



ARQUIVO SINDICATO

Dezenas de brinquedos infláveis estarão espalhados pelo Clube.

Diversão garantida no dia das crianças

A criançada que se prepare! O dia 12 de outubro, data que celebra as festividades em homenagem às crianças, será mais do que especial este ano. O **Clube de Campo** será transformado em um verdadeiro parque de diversões para receber a galerinha.

A partir das 12 horas, as crianças poderão se divertir nos brinquedos infláveis, fazer pintura de rosto e, ainda, brincar com os personagens preferidos do mundo infantil. Eles estarão espalhados por todo o **Clube de Campo**, realizando as mais diversas brincadeiras com toda a turminha.

Depois de tanta diversão, com certeza, vai bater aquela fome. Então, para repor as energias, delícias como cachorro-quente, algodão doce e sorvete serão distribuídas gratuitamente. Para sócios e crianças a entrada é de graça. Não sócios pagam R\$10,00.

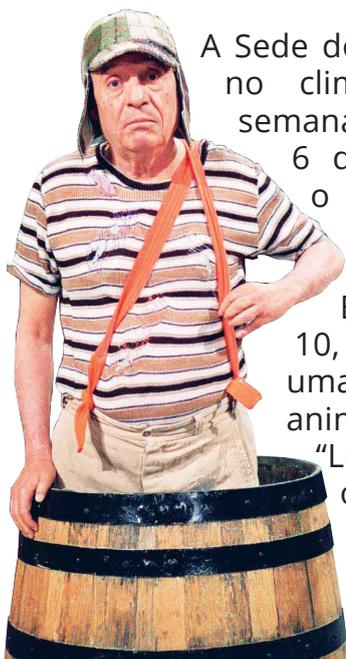
Vem aí o 1º Festival de Música Gospel dos Metalúrgicos

É com muito orgulho que o Sindicato anuncia o 1º **Festival de Música Gospel dos Metalúrgicos**. O evento acontecerá no dia 7 de novembro, no **Espaço M** do Clube de Campo, às 19h, com entrada franca.

Para inscrever sua banda, é preciso que ao menos um integrante seja metalúrgico.

A ficha de inscrição estará disponível no site www.sindicatometal.org.br à partir do dia 28 de setembro e pode ser entregue na sede do **Sindicato**, no Clube de Campo, ou ser enviada para os seguintes e-mails: rose@metalurgicosjundiai.org.br, imprensa@metalurgicosjundiai.org.br e vanessaneris28@hotmail.com até o dia 30 de outubro.

CineArte especial no mês das crianças



A Sede do **Sindicato** vai entrar no clima de diversão da semana da criança. No dia 6 de outubro, às 14h30, o **CineArte** receberá a Sessão Pipoqueira com o filme "Os Batutinhos".

E não é só isso. No sábado, dia 10, às 14h30, o **CineArte** exibirá uma maratona de clássicos da animação que contará com "Pica-Pau", "Looney Tunes", "Tom e Jerry" entre outros. Além disso, "sem querer querendo", exibiremos episódios do seriado "Chaves" para cair na risada de uma vez. Com suco e pipoca de graça!

DIA 03/10 DAS 22H ÀS 3H

COM A BANDA **FAIXA NOBRE**

BAILE DA PRIMAVERA

TRAJE A CARÁTER

MESAS PARA 6 PESSOAS
SÓCIOS: R\$ 200,00
NÃO-SÓCIOS: R\$ 350,00

SINDICATO DOS METALÚRGICOS
JUNDIAÍ - VÁRZEA PAULISTA - CAMPO LIMPO PAULISTA

Espaço M - Clube de Campo
Rod. Tancredo de Almeida Neves, km 53/54
Bairro do Castanho - Jundiaí - SP

DIVULGAÇÃO