

## Vale nutricional avança em 14,76%, mas é preciso mais!

A Campanha Salarial não está encerrada. Diversas reuniões estão acontecendo entre a Comissão Permanente de Negociação (CPN/STMC) e Governo de Campinas para discussão das pautas específicas. No dia 16 de julho, a CPN esteve em reunião com o Governo no CAMPREV, onde foram discutidos diversos temas de interesse dos Aposentados/as e pensionistas. A CPN cobrou mais ações em benefício dos aposentados/as.

Segundo informações dos representantes do Governo, está sendo desenvolvido diversos projetos, inclusive em parceria com o SESC e SESI, para a realização de atividades na área de reabilitação, qualidade de vida, cultura e lazer. Ainda segundo o Governo, a realização das auditorias médicas e a efetivação dos pagamentos das verbas previdenciárias deverão ser no CAMPREV, no próximo semestre. A Pauta Econômica já foi encerrada conforme aprovada pelos servidores/as da ativa e pelos aposentados/as em Assembleia, no dia 26 de junho.



A negociação com o Governo foi exaustiva e uma das mais difíceis da história do sindicato, porque a Prefeitura não havia fechado as contas do município. Isso refletiu no reajuste salarial abaixo do esperado por todos/as.

O Reajuste foi de **2,79%** (ICV do DIEESE), porém, de forma integral e que será pago em novembro deste ano.

O aumento no **Vale Alimentação** para os ativos foi de **10,45%**, ou seja, em reais, foi um reajuste de **R\$92,96**, passando de **R\$889,60** para **R\$982,56**. Já o **Vale Nutricional**, direito conquistado por esta gestão sindical, teve um aumento significativo de **14,76%**, o que representa

um reajuste de **R\$20,00**, passando de **R\$135,48** para **R\$155,48**. A negociação do Vale Nutricional foi muito difícil. O Governo queria aumentar apenas **R\$ 3,77**, mas a CPN conseguiu reverter essa situação e conquistar um aumento bem maior. É necessário avançarmos nas pautas sociais que tanto afetam a vida dos trabalhadores/as aposentados. A luta sindical não acabou!

### Reajustes concedidos pela Municipalidade:

Reajuste:	2,79%, integral em Novembro.
Vale Nutricional:	14,76%, retroativo a maio.
Vale Alimentação:	10,45%, retroativo a maio.

# Qualidade de vida para a pessoa idosa é possível!!

É possível e importante envelhecer com qualidade de vida. Para isso é preciso realizar atividades que promovam o bem estar físico e psicológico, etc. As atividades esportivas, culturais, de lazer, trazem satisfação pessoal e alegria em viver. São momentos onde os aposentados/as podem colocar diversas habilidades em prática ou simplesmente mantê-las.

Aprender coisas novas também é importante para o cérebro, porque essa é uma maneira de mantê-lo ativo, formando novas conexões neurais. Ter uma alimentação saudável é fundamental para manter o bom funcionamento imunológico do corpo.



Prefira frutas, verduras, legumes, sementes, peixes, azeites, e evite o consumo de açúcar, sal e de carboidratos. Visitar o médico também é necessário. Por todos esses motivos, o STMC, organiza uma agenda mensal de atividades com diversas opções de lazer, cultura, aprendizagem e de saúde.

Por isso, não percam a Agenda de Agosto, que está repleta de atividades importantes para a sua qualidade de vida.

*“Fechei os olhos e pedi um favor ao vento: Leve tudo que for desnecessário.*

*Ando cansada de bagagens pesadas... Daqui para frente levo apenas o que couber no bolso e no coração.”*

*Cora Coralina*

## Agenda de Agosto

- 07/08: Ateliê de Móbile de Contas, às 14h, no STMC;**
- 08/08: Ateliê de Crochê em Quadrinhos, às 9h, no STMC;**
- 09/08: Sorteio do Passeio, às 9h, no STMC;**
- 10/08: Passeio do mês com saída às 7h30 do STMC;**
- 14/08: Palestra sobre Alimentação Saudável para pessoa idosa, às 9h, no STMC;**
- 16/08: Bingo, às 14h, no Banescamp;**
- 21/08: Tour em São Paulo: Mercado Municipal e Museu Catavento, saída às 7h30 do STMC;**
- 22/08: Meditação, às 9h, no STMC;**
- 28/08: Ateliê Vivência em Aquarela, às 9h, no STMC;**
- 29/08: Yoga, às 9h, no Parque das Águas;**
- 30/08: Paço Municipal, às 8h;**
- 31/08: Aniversariantes dos meses de Junho e Julho, às 14h, no STMC.**

**\* Terças/quintas: reflexologia, reike e quick massage, quinzenalmente, por horário agendado.**