

Paraná é prata nos Jogos da Fenae

Seja nas modalidades coletivas, de duplas ou individuais, a APCEF conquista o ouro e outras medalhas, o que rende o 2º lugar no ranking geral, a melhor classificação dos últimos tempos



Panorâmica

Editorial e Foto-Momentopág. 3

Notas e Notícias

Baile do Havai à vista e eventos dos aposentados.pág. 4

Entrevista

Problemas de coluna e terapias alternativaspág. 5

Direitos

As conquistas expressivas de uma breve greve de bancáriospág. 6

Temporada

O resultado da seleção das sedes de Caiobá e Porto Rico.....pág. 7

Patrimônio

A conclusão de novas obras, como o Espaço Gourmet 3



pág. 8

Espaço Gourmet 3: mais uma opção para reunir a família e amigos.

Jogos da FenaE

Paraná é o segundo colocado geral



pág. 11

Animação da delegação paranaense é contagiante.

Em tempo

No litoral

Apartamentos ganham instalação de ar condicionado

Os apartamentos da sede de Caiobá estão ficando ainda mais equipados e confortáveis. Eles estão recebendo a instalação de aparelhos de ar condicionado, para deixar o ambiente mais fresco para o calor do verão.



Dirigentes verificam caixas de ar condicionado. No detalhe, o aparelho instalado.

Promoção

Sorteio entre segurados premia atleta com TVpág. 9

Esportes

Corrida, truco, tranca e tênispág. 21

Os campeões do Futsal Livre e do Quarentinha.....pág. 23

Social

Festa da Criança tem programação o dia todo



pág. 24

Ginasta encanta o público com coreografia performática.

Regionais

A 3ª edição do encontro em Porto Ricopág. 25

Convênios

Conheça os novos conveniados e os novos sóciospág. 27

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente: Wilson Willemann/Gifug/CT – Vice-presidente: José Megume Tanaka/Ag. Mercês (liberado para a APCEF-PR) – Diretor Financeiro: João Maria do Nascimento/Aposentado – Diretor Administrativo: Everaldo Donizete da Silva/aposentado – Diretor de Secretaria: Gilberto Luiz Pereira/aposentado – Diretor Sociocultural: Emerson Alves Pinto/Giseg/CT – Diretor de Esportes e Lazer: Reinaldo Horácio/ag. Mercês – Diretor de Interior: David Vasconcelos/PAB Fórum Estadual de Londrina – Diretor de Sedes Balneária e Pesqueira: Valnei Xavier Alberton/Ag. Bacacheri – Diretor de Comunicação e Marketing: Jesse Krieger/Portão (liberado para a APCEF-PR) – Diretor de Assuntos dos Aposentados: Dirceu Baldi Rosa/ Aposentado – Diretor de Tecnologia: José Ricardo Cunha/Gitec/CT – Diretor de Relações do Trabalho: Victor Guilherme Esteche/Ag. Justiça Federal.

Suplentes: Clayton José Santos/PAB Juizado Especial (liberado para a Feeb-PR) – Maristela A. P. Brucki/Gilog/CT – Marilda do Carmo Miqueleto/Ag. Campo Largo – Antônio C. Solinski/PAB Justiça do Trabalho de Paranavai – Luiz Diogo Mussoi/Aposentado – Antônio Marcos Ferreira/Ag. Guaraituba – Josemar Ribas/Ag. São José dos Pinhais – Nadia Regina de Castro/Ag. Água Verde – Janaína Meneguetti/A. Pioneiros – Andressa Dias Romanine/Ag. Praça do Carmo – Eloisa Helena Tisse/Ag. Portão – Silvano Zanon/Jurir/CT – Luis Celso Berleze/aposentado

CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: Denise de Fátima Folmann Mayer/Aposentada – Vice-presidente: Vilmar José Smidarle/SR Curitiba – secretário: Júlio Agari Algodoal – Gifug/CT – Jomael Marcon Amorin /Aposentado – Rafael Alberto Schapinski/Gitec/CT – Sonia Regina Sperandio Boz – Gipes/CT – Edenir Possobom/Aposentado – Elso Volpato/Aposentado - Carlos José Zimmer/Ag. Carlos Gomes – Mirian de Fátima Mrtvi Bertassoni/Ag. Londrina – Maria Cristina B. Pontarolli/Aposentada.

Suplentes: Frank Zagotto /Ag. Maringá – Altamir Risso/SR Curitiba Leste/ Mario Inoue/ Girec/CT – Benedito Silvano Bonacordi /Aposentado – Alan Costa Ribeiro/Ag. Sertãozinho/ Sérgio Fernando Protz/Ag. Gov. Estado do Paraná – José Luis Ferreira Lopes/Aposentado – Nestor José Fabris/SR Oeste do Paraná – Herman Félix da Silva/Gilie/CT - Paulo Roberto Pereira Alves/Aposentado – Zelário Bremm/PAB Just. Trab. Toledo.

CONSELHO FISCAL

Titulares: Daniel Aparecido de Andrade/Gifug/CT – Valdecir Ribeiro da Silva/Ag. Hugo Simas – Antônio Augusto P de Almeida/Aposentado. Suplentes: Almir Cláudio Moro/Ag. Foz do Iguaçu – Ayrton Galvão/Ag. Umuarama – Osmar Barteni-ck/Aposentado.

REGIONAIS

Coordenadores Gerais: Mirlei Fernandes Felisbino / Apucarana – Laudemir Antonio dos Santos/Bandeirantes – Antonio Alberto Aleixo Jr. / Campo Mourão – Mauro Luiz Misturini/Cascavel – Ângelo Vitor Canton Colombo / Chopinzinho – Luiz Nakamura / Cornélio Procópio – Almir Cláudio Moro/ Foz do Iguaçu – Ana Paula da Silva / Francisco Beltrão – Antônio Ferreira Sobrinho/Guarapuava – Nilton Massanori Sato/Jacarezinho – Silvio krubniki Junior/Londrina – Everaldo Donizete da Silva/Maringá – Valmir José da Silva / Medianeira – Renato Martins Bolincenah/Paranaguá – Joacir Neves Quadros / Paranavai – Idemar Scalssavara / Pato Branco – Dayan Licodiedoff/ Ponta Grossa – João Alberto Horn/Toledo – Elizabeth Tieme Uemura Maziero / Umuarama.

SEDE CURITIBA

Rua Capitão Leônidas Marques, 3020
Fone: (41) 3083-1001 / Fax: (41) 3083-1005
Site: www.apcefpr.org.br

SEDE CAIOBÁ

Rua das Palmeiras, 1450 – continuação da Avenida Maringá
Fone: (41) 3473-3702

SEDE PORTO RICO

Rua Waldemar Teixeira de Farias
Fone: (44) 3427-1782

O COLEGA

Jornalista Responsável: Jaqueline Sozin MT/DRT 3447-PR / jaqueas@uol.com.br
Colaboração: Renan Araújo
Projeto Gráfico e diagramação: Vanessa C. Ambrosio
Finalização: Thiago Soares
Fotos: FenaE, Ester Kokubu e divulgação
Fotolitos e Impressão: Gráfica Reproset Ltda.

Conquistas mais recentes e significativas



Os meses de agosto a outubro deste ano foram marcados por muitas conquistas para a APCEF-PR, em especial nas áreas esportiva e patrimonial. De 16 a 23 de agosto, participamos dos Jogos da Fena, em Goiânia, onde obtivemos uma excelente classificação na soma dos pontos, a melhor posição desde que se iniciou esse ranking em 2004.

Esse desempenho foi resultado de um planejamento feito com muita antecedência, com o apoio possível por parte da diretoria executiva, em que todos os técnicos, coordenadores de modalidades e atletas demonstraram comprometimento, garra, determinação e disciplina. Na bagagem, trouxemos 21 medalhas, com destaque para o ouro inédito no vôlei masculino e no tênis de campo de duplas feminino. Ainda pudemos comemorar o bicampeonato de xadrez, além do costumeiro ouro nos 10 km, do consagrado atleta Ismael Pereira da Silva, nos 5 km (cat. acima de 51 anos), nos 10 km feminino (cat 31 a 40 anos), revezamento 4 x 100 m do atletismo, no salto em distância feminino e revezamento 4 x 50 m feminino da natação.

Para comemorar essa conquista inédita, nada melhor que celebrá-la no mais novo Espaço Gourmet, colocado à disposição do quadro associativo na sede social de Curitiba, no mês de agosto. Na sequência, tivemos a alegria e a honra de entregar, em setembro, a ampliação do espaço exclusivo da mulher, oferecendo mais conforto e comodidade às usuárias.

Na sede de Caiobá, entregamos o tão necessário almoxarifado

para melhor guardar as ferramentas, materiais, utensílios e produtos diversos, antes espalhados em vários locais. Também, na sede, anunciamos, com muita alegria, a realização de uma reivindicação antiga dos sócios: a colocação de ar condicionado em todos os apartamentos, já para temporada 2014/2015.

Neste ano, ainda temos prevista a conclusão da primeira etapa da construção da sede de lazer e pesca de Alvorada do Sul. A obra é resultado de campanha de filiação na região Norte do estado, em especial a Regional Londrina, à qual a sede ficará vinculada.

Em Curitiba, iniciamos a construção da sonhada academia de ginástica e musculação, prevista para estar concluída até fevereiro de 2015. Nas regionais, Toledo viabilizou, em outubro, a instalação de ar condicionado no salão de festas, melhorando o conforto térmico. Até o final do ano, Paranavaí, Cornélio Procópio, Londrina e, possivelmente, Umuarama oferecerão o mesmo benefício aos respectivos sócios.

Os recursos para viabilizar essas melhorias são oriundos das próprias regionais, que ficam com 90% das mensalidades dos seus sócios. A APCEF-PR tem contribuído com 50% dos valores investidos. No campo dos direitos trabalhistas, tivemos mais uma campanha salarial com resultados positivos.

Nunca é demais repetir: todas essas conquistas só são possíveis graças, sobretudo, à mensalidade do quadro associativo, aumentado em 1700 novas filiações nos últimos cinco anos. Os recursos obtidos são utilizados com muito critério e responsabilidade, para juntos fazermos uma APCEF-PR cada vez melhor.

*Wilson Willemann
presidente da APCEF-PR*

Foto-momento

Colaboradores

Treinamento valoriza seu papel e trabalho na associação

Colaboradores da APCEF-PR passaram por um treinamento no dia 16 de setembro, na sede social, em Curitiba. Sob a condução do diretor de Comunicação e Marketing, Jesse Krieger, e presença de outros dirigentes, funcionários de diversas áreas receberam orientações sobre sua

importância e papel na contribuição para o sucesso da organização. O treinamento iniciou com um café da manhã e, na sequência, foi apresentado o filme "O empacotador". Após ouvir sugestões e realizar feedback em relação ao treinamento, foi servido almoço de confraternização.



Funcionários participantes da atividade, com dirigentes.

De olho na língua portuguesa

Mudanças com a reforma: acentuação dos ditongos abertos

As regras da nova ortografia já estão sendo adotadas há algum tempo, mas algumas delas ainda geram dúvidas. É o caso das palavras com ditongos abertos EI e OI nas paroxítonas, que perderam o acento agudo. No entanto, os ditongos abertos ÉI, ÉU e ÓI, nas oxítonas, continuam a ser acentuados. Confira alguns exemplos:

- Ditongos abertos EI e OI nas paroxítonas: Ideia, colmeia, heroico, joia e paranoico
- Ditongos abertos ÉI, ÉU e ÓI nas oxítonas: Papéis, troféu, céu, herói, heróis
- Atenção, continuam com acento: Méier e contêiner
- (são paroxítonas terminadas em R)



O Baile do Haváí está chegando

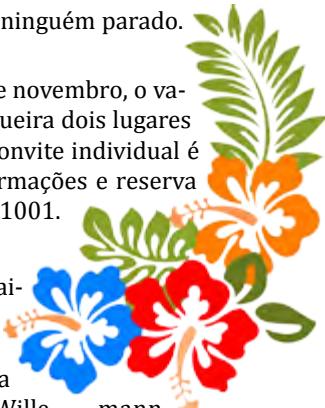
Em Curitiba e Londrina, o evento será no final de novembro

Muita animação, música e cores. É o que promete o Baile do Haváí na sede de Curitiba, agendado para o dia 29 de novembro. A Memories Banda Show é responsável em agitar os associados e não deixar ninguém parado. O evento terá início às 23h.

A venda de convites já iniciou. Após o dia 1º de novembro, o valor da mesa para seis pessoas é R\$ 250,00. Caso queira dois lugares a mais na mesa, paga-se R\$ 50,00. Para sócio, o convite individual é R\$ 50,00 e, para convidado, R\$ 70,00. Mais informações e reserva na secretaria da APCEF-PR ou pelo telefone 3083-1001.

Mais festa

No mesmo dia do evento da capital, haverá o Baile do Haváí na Regional Londrina. O início está marcado para as 22h e a festividade tem a tradição de movimentar a sede até a madrugada. Na ocasião, estarão presentes o presidente Wilson Willemann e o diretor de Secretaria, Gilberto Luiz Pereira, com suas respectivas esposas.



No caminho da Colônia Mergulhão

Caminhada por trecho turístico encerra edições do ano

A Colônia Mergulhão/Caminho do Vinho, em São José dos Pinhais, foi o destino do grupo APÉCEF no dia 18 de outubro. Os caminhantes percorreram cerca de 10 km, por estrada de terra, contemplando belezas naturais e espaços turísticos. Nesta 8ª edição, o grupo contou com a parceria da AEA-PR, do qual participaram seus associados.

O casal Paulo César e Ivone Sartor estreou nessa caminhada e aprovou a programação. Ele considerou boa a organização e interessante o local. "A atividade possibilita um movimento diferente entre os sócios do que ocorre na APCEF-PR". Mesmo com a chuva após o trajeto, Paulo Sartor disse que a animação continuou.

Para recuperar as energias, os caminhantes almoçaram no Restaurante



Grupo na sede social antes de seguir ao destino.

Fruitos da Terra, onde foram servidos pratos caseiros e tipicamente coloniais. À tarde, o grupo retornou à Curitiba, com vontade de agendar o próximo destino. Essa foi a última caminhada do ano e, agora, só haverá outras a partir de 2015.

Em Curitiba

Acesso à sede, inclusive de convidados, tem mais rigor

Em outubro, a exigência de identificação de associados e de convite para convidados passou a ser intensificada na portaria da sede social. Apesar de os sócios terem conhecimento das normas e elas estarem disponíveis no site, por meio do regulamento da sede, os porteiros estão lembrando-as para incrementar a segurança dos filiados.

Segundo o diretor de Comunicação e Marketing, Jesse Krieger, a medida permite também que a entidade receba maior número de associados e dependentes, não excluindo o seu ingresso, mas com controle rígido. "Afim, a estrutura é para o uso dos associados que pagam as mensalidades e é para eles que devemos reservá-la".

Coluna dos Aposentados

Negociações com a Caixa

Aposentados obtêm compromisso de busca de soluções para questões importantes

Na campanha salarial da categoria bancária deste ano, os aposentados também tiveram espaço para discutir algumas questões importantes da classe. Nas negociações específicas com a Caixa Econômica Federal, o presidente eleito da Fenacef, Edgard Antônio Bastos Lima, apresentou e defendeu propostas do segmento, como o auxílio-alimentação e o retorno dos aposentados por PADV ao Saúde-Caixa. Como integrante da Comissão Executiva dos Empregos da Caixa (CEE/CAIXA), ele conseguiu o compromisso da empresa em manter o processo de negociação aberto, em busca de solução. Sobre o auxílio-alimentação, a Caixa prometeu analisar a questão referente àqueles que, aposentados até fevereiro de 1995, perderam as ações na Justiça. No caso dos PADVs, a proposta é a criação de um Grupo de Trabalho paritário, cujos integrantes deverão ser indicados para tratar da possibilidade de opção pelo Saúde Caixa.

Simpósio dos Aposentados

No Costão do Santinho, delegação da AEA defende os direitos da classe

O Costão do Santinho, em Florianópolis (SC), foi o destino de um grupo de 52 sócios e dirigentes da AEA-PR, no período de 19 a 23 de outubro. Mas eles não foram apenas apreciar as belezas naturais e as diversas atividades de lazer e entretenimento. O principal motivo da viagem foi a participação na 36ª edição do Simpósio Nacional de Aposentados e Pensionistas da Caixa Econômica Federal, que contou este ano com a participação de cerca de 1,2 mil pessoas. O foco maior do grupo foi discutir questões importantes a serem reivindicadas com a Caixa e a Funcef. Na plenária, a associação do Paraná, como a de outros estados, apresentou proposições para melhor atender as necessidades da classe. Lá, os paranaenses também aproveitaram para conhecer as praias da região, riquezas culturais, delícias gastronômicas, além de visitar a Oktoberfest e Brusque.



Abertura do simpósio: presença efetiva dos paranaenses.

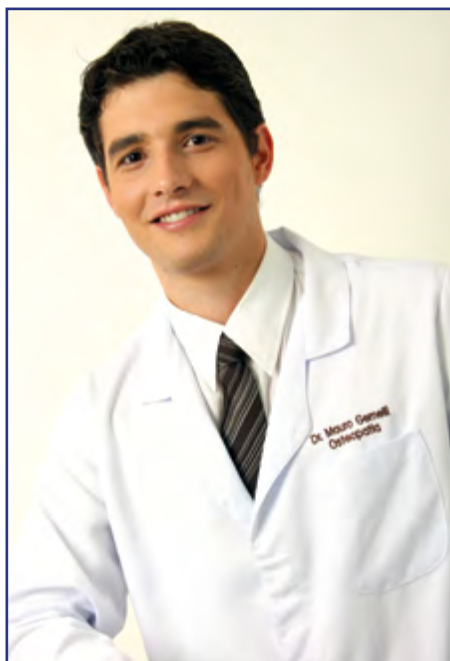
Prevenir problemas na coluna evitam desgastes piores

Fisioterapeuta explica os problemas mais comuns de coluna e como evitá-los

Desgastes na coluna são mais comuns do que a maioria das pessoas imagina. Pode afetar pessoas mais jovens ou mais velhas de acordo com sua condição e suas atividades. É o que alerta o fisioterapeuta osteopata, Mauro Gemelli, que concedeu entrevista ao Colega e explica quais os tipos mais comuns de problemas na coluna, por que são causados e em quais condições. Confira:

O Colega - Quais são os problemas mais comuns na coluna e por que são causados?

Mauro - Eu recebo pacientes com algum tipo de dor ou por desgastes maiores, como artrose ou artrite, tanto na região cervical, quanto na lombar. Algumas pessoas têm forte degeneração, porque as dores são ocasionadas por alterações de posturas ou posturas erradas no ambiente de trabalho, onde ficam muitas horas na mesma posição. O corpo acaba cansando e essa posição gera dores. A repetição de movimentos ou a má postura no trabalho, sobrecarga, como carregar peso ou fazer muita força, aumenta as chances de provocar esse processo de mau jeito ou desgaste da coluna.



Mauro Gemelli: "A maior parte dos casos de coluna é possível tratar com fisioterapia ou Pilates".

O Colega - O que é mais frequente nos pacientes: dores ou algum tipo de lesão mais grave?

Mauro - Movimento brusco ou ficar muito tempo na mesma posição pode causar fadiga ou cansaço das estruturas da articulação ou das estruturas musculares. Esse cansaço favorece o mau jeito na coluna lombar ou um torcicolo. Na hora, a pessoa sente um desconforto grande e às vezes não consegue fazer o movimento de arcar o corpo para frente ou para trás. Esse é o princípio da maior parte dos problemas de coluna. Se não os tratar, o músculo vai continuar contraído para segurar a articulação. O corpo vai condensar e fazer com que outras regiões trabalhem. Se isso acontecer de forma crônica, a pessoa poderá, por exemplo, desenvolver desgastes na articulação e ocasionar hérnia de disco ou artrose.

O Colega - Em quais idades são mais comuns o aparecimento de dores e a ocorrência de lesões?

Mauro - As alterações posturais, ou seja, o aumento ou modificação dessas curvaturas, que são essenciais para os impactos na nossa coluna, se desenvolvem na fase da adolescência. É a fase essencial para identificar e tratar algum problema. Se deixar para tratar esse indivíduo mais tarde, há pouca eficiência nesse processo. Para a artrose, há uma alteração direta temporal, então, quanto mais tempo ficar sem tratar, maior a chance de desgaste. Mas os maus jeitos não têm idade. Já vi crianças com dor no pescoço, na cervical e isso ocorre também com pessoas mais velhas.

O Colega - Em casos mais graves, a cirurgia pode ser necessária?

Mauro - Sim. Para alguns processos, como fraturas, traumatismos mais graves ou escorregamento de vértebras, pode ser necessária a cirurgia. Mas a maior parte é possível tratar com fisioterapia ou pilates. Um fortalecimento é muito importante nesses casos. A cirurgia é um processo mais clínico, em que o paciente tem perda de função, de força muscular, atrofia ou diminuição do diâmetro de uma perna em relação à outra.

Terapias naturais são alternativa saudável

Há cerca de um ano, Marcia Natalino trabalha na prevenção e tratamento de dores, estresse e problemas emocionais. Mas ela não é médica ou psicóloga e, sim, natuterapeuta. Seu trabalho é baseado em terapias naturais, que podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida e partem de métodos menos agressivos ao organismo do que remédios ou tratamentos químicos.

O trabalho de Marcia, que é formada em natuterapia, com ênfase em terapias orientais, começa com uma consulta de pouco mais de uma hora. Ela consiste na utilização de técnicas de medicina oriental chinesa, que identificam os principais problemas e, a partir disso, são escolhidas as terapias que melhor atendem as necessidades de cada pessoa.

A natuterapeuta coloca em prática cinco técnicas utilizadas: a acupuntura (tratamento com agulhas em regiões estratégicas do corpo), a auriculoterapia (uso de pequenas sementes em diversas regiões da orelha), a iridoterapia (avaliação através da íris do olho), a fitoterapia (que usa plantas medicinais em chás, cápsulas e também florais) e a cromoterapia (que usa luzes e cores em regiões do corpo).

Apesar de serem técnicas diferentes, elas podem ser integradas para beneficiar e equilibrar o organismo. "Algumas dores podem ser causadas por fatores emocionais e aí se combina fitoterapia, acupuntura ou florais, por exemplo", afirma Marcia.

Segundo ela, o principal objetivo dessas terapias naturais é atuar na prevenção de novas doenças ou complicações futuras que podem surgir. A especialista esclarece que essas alternativas, porém, não podem substituir medicamento ou tratamento médico convencional. "A terapia ajuda a pessoa melhorar junto com o tratamento".

Para os associados que têm interesse nas terapias naturais, Marcia Natalino atende todas as quartas-feiras, das 9h às 12h, na sede da AEA, e também às quartas e quintas-feiras à tarde na clínica da Faculdade Espírita.

Greve curta, mas com avanços significativos

Com sete dias de paralisação, categoria bancária conquista aumento salarial e reajuste do piso acima da inflação e outros benefícios

Em apenas sete dias de greve, os bancários obtiveram propostas da Federação Nacional dos Bancários (Fenaban) e da Caixa Econômica Federal consideradas satisfatórias. E mais: pelo 11º ano consecutivo, elas garantiram aumento salarial acima da inflação de 8,5% para o reajuste das funções de confiança e de 9% para o piso (2,5% de ganho real).

No caso da Caixa, os avanços abrangem outras cláusulas além das econômicas, como carreira e Saúde Caixa. No dia 13 de outubro, quando foi assinada a Convenção Coletiva de Trabalho dos bancários, também houve a assinatura do acordo aditivo com a empresa.

O acordo prevê ainda reajuste no Plano de Cargos e Salários (PCS), manutenção da PLR Social e extensão do vale-cultura para quem ganha até oito salários mínimos. Há ainda conquistas importantes no que diz respeito às condições de trabalho, sobretudo combate ao assédio moral e às metas abusivas, jornada, saúde do trabalhador, aposentados, Funcef e cláusulas sociais.

Para o diretor de Relações de Trabalho da APCEF-PR, Victor Guilherme Esteche, o resultado da campanha salarial deste ano foi positivo. "A conquista de aumento real e o avanço em questões, como o pagamento de 100% das horas extras realizadas para unidades com até 20 empregados e a criação do Fórum para discutir as condições de trabalho, são importantíssimas para a melhoria efetiva na qualidade de trabalho", avaliou o diretor. Ele lembrou que a isonomia ainda ficou pendente e precisa continuar na pauta, considerando ser necessário o efetivo envolvimento dos empregados pós 98, que hoje representam mais de 60% do quantitativo de empregados da Caixa.

Alguns dos principais itens do acordo específico da Caixa

- **Reajuste salarial para cargo efetivo** - A Caixa aplicará os 9% (2,49% de aumento real), definidos na mesa da Fenaban para reajuste do piso da categoria, em todos os níveis das tabelas salariais de cargo efetivo.
- **PLR - Será composta de:**
 - a) PLR Regra Fenaban, com a regra básica mais a parcela adicional.
 - b) PLR Social Caixa: 4% do lucro líquido distribuído igualmente para todos os empregados.
- **Antecipação da PLR** - 60% do valor devido a cada empregado serão depositados até 10 dias após assinatura do acordo.
- **Contratação de novos empregados** - Dois mil novos trabalhadores serão contratados até dezembro de 2015.
- **Referência de ingresso** - Os empregados serão contratados na referência 201 da Estrutura Salarial Unificada (ESU) e nas referências 2401, 2601 e 2801 da Nova Estrutura Salarial (NES).
- **Horas extras** - Manutenção da cláusula referente à prorrogação da jornada de trabalho, assegurando-se o pagamento, com adicional de 50% sobre o valor da hora normal, ou a compensação das horas extraordinárias realizadas. A partir de janeiro de 2015, pagamento de 100% das horas extras realizadas em agências com até 20 empregados, incluindo tesoureiros.

Confira a lista completa no site da APCEF www.apcefpr.org.br, ícone proposta da Caixa 2014

Escritório
especializado
em atendimento
a bancários

www.graboski.adv.br


GERSON GRABOSKI
ADVOGADOS ASSOCIADOS

MATRIZ - CURITIBA: Av. Marechal Floriano Pexoto 306

15º andar, cj. 157 - 80010-130 - F. 41 3323-1597

FILIAIS: Cascavel: Fone/Fax: (45) 3222-5774 | Londrina: Fone/Fax: (43) 3024-6474

Marília: Fone/Fax: (14) 3301-8700 | Ribeirão Preto: Fone/Fax: (16) 3514-8450

Rio de Janeiro: Fone/Fax: (21) 2240-0879 | São Paulo: Fone/Fax: (11) 3392-3052

 Curta nossa página no Facebook

Vem chegando o verão: sol, férias e comodidade

Na capital, a piscina já abriu para o uso dos sócios. Para a temporada em Caiobá e Porto Rico, sócios participam da seleção de apartamentos

A poucos meses da chegada do verão, o sol e o calor já começaram a dar o ar da graça. Em Curitiba, a sede social abriu sua piscina para a temporada na primeira quinzena de outubro e os associados estão podendo se refrescar. Para quem busca planejar as férias no litoral ou em contato com a natureza, as opções da APCEF-PR são as sedes litorânea de Caiobá e pesqueira de Porto Rico.

Para o uso dos apartamentos, os associados participaram do sistema seletivo, que começou com preenchimento da ficha de inscrição. O resultado da seleção ocorrerá na primeira quinzena de novem-

bro, por e-mail e site da APCEF-PR. Depois da conclusão da seleção, o sistema gerará lista de espera, com os sócios que não se classificaram para seus períodos e interessados nas vagas remanescentes.

Na ficha, além de preencher seus dados, o sócio teve de escolher três períodos entre os dez disponíveis, indicados por letras (de A a J), seja para Caiobá quanto para Porto Rico. Pelo sistema, porém, apenas um foi selecionado. Cada período equivale a uma semana na temporada, que inicia em 12 de dezembro e vai até 20 de fevereiro de 2015.

No caso da sede de praia, foi necessário também escolher entre apartamento simples (2 pessoas) e apartamento duplo (5 pessoas). Lá existem 50 apartamentos, todos com TV LCD, geladeira, micro-ondas e, agora, instalação de ar condicionado. Para Porto Rico, há apenas a opção de apartamento duplo, cujo nível é cinco estrelas.

Para maior comodidade dos hóspedes, a APCEF-PR

observa que é necessário levar roupas de cama, mesa e banho. Os apartamentos estão disponíveis para a entrada, a partir das 18h de sexta-feira. A saída será na sexta-feira seguinte, às 12h.

Após preenchimento e envio da ficha de inscrição, o sistema seletivo observou alguns critérios de classificação, de acordo com a ordem de preferência de utilização. No caso da Sede de Caiobá, tiveram prioridade os sócios que nunca fizeram uso da hospedagem e aqueles cujos períodos de uso prescreveram pelo sistema seletivo. Depois, vieram os que utilizaram a sede na temporada 2011/2012 e assim por diante até chegar a este ano. Por fim, encerrou com o sexto critério, destinado a sócios de APCEFs de outros estados. Para Porto Rico, há cinco critérios de uso, começando e iniciando da mesma forma como a sede de praia.



Sede de Caiobá: seleção abrange 50 apartamentos.



Porto Rico: vista do Rio Paraná é um dos atrativos.

Saiba o valor dos apartamentos das sedes de Caiobá e Porto Rico

• Caiobá

- Apartamento simples (2 pessoas) – R\$ 70,00
- Apartamento duplo (5 pessoas) – R\$ 130,00

• Porto Rico

- Apartamento duplo – R\$ 130,00
- Diária para convidado: R\$ 30,00 (em ambas as sedes)

Fique atento à lista de espera, com os sócios que não se classificaram para o período e outros interessados nas vagas remanescentes.

Tchibum!

Piscina da sede social é opção para quem está na capital

Com a chegada do calor, uma boa dica é refrescar-se e aproveitar para se bronzear um pouco. Desde 11 de outubro, a sede social abriu sua piscina para o uso dos associados na temporada. Um médico atende em horário especial para a realização de exame. No sábado, é das 10h às 17h e no domingo, das 9h às 13h. O valor do exame médico é R\$ 15,00.



Piscina: boa opção de lazer em Curitiba.

O lema é construir para incrementar

Mais três obras em sedes são concluídas e outras duas avançam em seu cronograma. Tudo para proporcionar mais comodidade aos associados



Espaço Gourmet 3: inspirado na primeira versão e rampa de acesso.

Em continuidade à série de benfeitorias realizadas nas sedes da APCEF-PR, novas obras ficaram prontas e estão disponíveis para o uso dos associados. Em Curitiba, duas delas abriram ao público com eventos de teste e apresentação de serviços. Em Caiobá, a novidade foi a conclusão do almoxarifado, marcada por um almoço com funcionários que executaram a obra e dirigentes.

Na sede da capital, a churrasqueira 11 passou por reformas e recebeu o nome de Espaço Gourmet 3. No estilo da primeira versão, o local tem capacidade para 80 pessoas sentadas e três banheiros, sendo um para portadores de necessidades especiais, e rampa de acesso. No final de agosto, funcionários e dirigentes

da APCEF-PR testaram o espaço, com um almoço especial, e aprovaram as novas instalações. Prova disso é que o local foi escolhido para a realização da confraternização dos atletas que participaram dos Jogos da Fena, em agosto.

Em setembro, foi a vez do Espaço da Mulher abrir totalmente suas portas e revelar o resultado da reforma e da ampliação pelas quais passou. Um coquetel, prestigiado em sua maioria por mulheres, marcou a remodelação de um ambiente dedicado exclusivamente às associadas. Com as benfeitorias, o Espaço da Mulher quase dobrou de área: passou de 77,16 m² para 134

m². Além de área privilegiada para massagem, as instalações estão totalmente mobiliadas, com recepção, armários, expositores de produtos, divisórias entre as massagistas, oferecendo maior privacidade às sócias. Também foi ampliado o número de espreguiçadeiras, instalados bebedouros, entre outros benefícios.

Na sede do litoral, o destaque foi a construção do almoxarifado, que permite a armazenagem adequada de materiais que hoje estão improvisadamente guardados. Para comemorar a conclusão da



Apresentação do Espaço da Mulher, após ampliação.



Almoxarifado em Caiobá: armazenagem mais adequada de materiais.

obra, a APCEF-PR ofereceu um churrasco aos colaboradores da sede que ajudaram a levantar a edificação, do qual participaram também dirigentes. O almoxarifado foi projetado pelo arquiteto André Perry, também responsável pela idealização das melhorias nos dois espaços na capital, e a execução esteve sob a supervisão do engenheiro Marcelo Machado.

Confira os serviços dos dois novos espaços na sede social:

Espaço da Mulher: sauna, massagens e serviços de manicure



Ana Paula, Teresa e Nilsa: serviços de manicure e massagem.

A sauna, tanto seca quanto úmida, é o destaque do Espaço da Mulher. É oferecida de terça a sexta-feira, das 16h30 às 22h30, e no sábado, das 10h às 18h. No caso das massagens, há diversas especialidades. Duas massoterapeutas atendem as associadas durante cinco dias da semana.

Há oito anos na sede social, Teresa Perez oferece massagem terapêutica (coluna, torcicolo, tensão muscular, reflexologia, etc.), estética facial (limpeza de pele, Tratamento Facial Antissinais, etc.), estética corporal (modeladora, drenagem linfática, esfoliação) e terapias alternativas (florais, ayurvédica – indiana, etc). Ela informa que ainda atua em pós-cirúrgico, como os referentes à lipoaspiração.

Outra massoterapeuta é Nilsa Portela, que também é esteticista, e atende sócias há seis anos. Ela faz trabalhos semelhantes ao de Teresa, com exceção das terapias alternativas. Como diferencial de sua atuação, Nilsa destaca a massagem modeladora com drenagem e limpeza de pele profunda. A massoterapeuta ainda expõe no Espaço da Mulher produtos da Mary Kay, da qual é consultora. Elas atendem de terça a sexta-feira, das 16h às 22h e, no sábado, das 10h às 18h.

Para completar o time da saúde e da beleza, ingressou na APCEF-PR a manicure Ana Paula de Melo, que faz mão, pé e escova. Ela atende às quartas, quintas e sextas-feiras, a partir das 18h. No sábado, só com hora marcada.

Todos os serviços são realizados normalmente com hora marcada. O contato para consulta de valores e agendamento é (41) 3083-1014.

Espaço Gourmet 3: reservas antecipadas ao mês desejado

As reservas são feitas para 50, 60, 70 e 80 pessoas, cujo valor varia de acordo com o número de pessoas. Elas devem ser feitas no primeiro dia do mês que antecede o mês de reserva, considerando grande demanda. Esse procedimento só é efetivado por meio de e-mail (ivanice@apcefpr.org.br). Mais informações pelo telefone (41) 3083-1001 (com Ivanice).



Construção da sede de Alvorada do Sul e de academia evolui

Enquanto novas benfeitorias são finalizadas, outras avançam em seu cronograma. A construção da sede pesqueira em Alvorada do Sul já chegou à terceira medição, em setembro, e começou a ganhar forma. Na sede social, a edificação da sonhada academia está mais próxima de virar realidade, com início das obras há mais de um mês.

Em Alvorada do Sul, diversas instalações foram concluídas e outras estão iniciando. A Construtora Casarin é quem está responsável pela edificação da nova sede. Ela contempla dois sobrados geminados, com sala e cozinha conjugadas, quarto, banheiro e garagem, além de área social (banheiros, churrasqueira, cozinha e área de alimentação).

Para a construção da academia, o presidente da APCEF-PR, Vilson Willeman, e o diretor Financeiro, João Maria do Nascimento, assinaram contrato com o engenheiro Hélio Botto de Barros para a execução da obra, em 10 de setembro, na sede da AEA. Na ocasião, também es-

tiveram presentes o arquiteto André Perry, que elaborou o projeto da academia, o vice-presidente José Megume Tanaka e os diretores Dirceu Baldi Rosa, Reinaldo Horácio e Jesse Krieger, sendo que estes dois últimos assinaram o contrato como testemunhas. Em seguida ao ato, as obras iniciaram e agora estão na fase da estruturação superior.

Para melhor viabilidade do processo, o arquiteto André Perry fez algumas modificações no projeto inicial. Entre elas está a substituição de dois telhados que se encontravam por um só, facilitando a manutenção da cobertura, e a redução de vidros na fachada, visando melhorar o desempenho da climatização do ar. Pelo projeto, a academia terá espaço separado para aulas de ginástica e musculação. Também estão previstos recepção, banheiros e outras áreas afins.

A previsão é que a construção de Alvorada do Sul esteja finalizada no final do ano e da academia até fevereiro de 2015.



Presidente e engenheiro nas obras da academia: fase de estruturação.

Sorteios de seguro contemplam duas seguradas

Entrega de TVs, patrocinadas pela Projeção, ocorre nos últimos meses

Nos meses de agosto e outubro, mais duas TVs de 43 polegadas foram sorteadas entre os segurados da apólice de vida em grupo e acidentes pessoais da APCEF-PR. A primeira contemplada foi a sócia atleta Lenice Ferelli Maia, que recebeu a premiação durante o almoço de confraternização dos atletas da delegação do Paraná que participaram dos Jogos da Fena.

A entrega foi feita no dia 6 de agosto, por Vilson Willemann, presidente da associação, e por Paulo A. Eckhardt, diretor-presidente da Projeção Corretora de Seguros, que patrocina a compra das premiações dos sorteios bimestrais e com quem a APCEF-PR mantém parce-



Wilma e familiares recebem premiação de Willemann.



Entrega da TV com a presença de dirigentes e representante da Projeção.

ria há 42 anos. Willemann também entregou a TV à segurada Wilma Denise Gasparin, acompanhada de familiares, em 25 de outubro, na sede social.

Atleta desde 2006, Lenice Maia conta que foi a primeira vez que ganhou algum prêmio e classificou como ótima a promoção do sorteio. “É muito bom ganhar prêmios, e uma TV é sempre bem-vinda”. Para Wilma, a parceria entre a APCEF e a Projeção, além de propiciar segurança aos sócios com a apólice, transmite satisfação e alegria, por meio do sorteio de prêmios. “Estou muito feliz de ter sido contemplada. Não havia ganhado uma premiação tão significativa antes”.

Segurados do INSS que se aposentaram a partir de 5 de outubro de 1988 e 31 de dezembro de 2003 podem pedir revisão de suas aposentadorias ou pensões

« Aposentados e pensionistas que tiveram seus benefícios concedidos pelo INSS entre 5 de outubro de 1988 e 31 de dezembro de 2003, e ainda não pediram a revisão da aposentadoria ou pensão, podem requerer. Para verificar se possui ou não o direito, é necessário a carta de concessão da aposentadoria ou outro documento que contenha os dados do benefício previdenciário.

« Outras possibilidades :

- Desaposentação
- Tempo especial
- Aposentadoria especial
- Aposentadoria por tempo de contribuição
- Aposentadoria por invalidez
- Pensão por morte
- Outras revisões dos benefícios do INSS e da Funcef



Curitiba
 (41) 3225-1168
 R. Visc. Do Rio Branco, 1.630, 5º andar,
 Centro, CEP 80420-210

Paranaguá
 (41) 3424-8999
 Avenida Gabriel de Lara, 754, Centro,
 CEP 83203-550

Telêmaco Borba
 (42) 3272-8169
 Alameda Oscar Hey, 55, Centro,
 CEP 84261-640

Florianópolis
 (48) 3324-0030
 Av. Rio Branco, 404, sl. 904 Torre I, Centro,
 CEP 83202-550



www.koskur.com.br



Vilson Willemann e o vice-presidente, José Tanaka, comemoram um dos três troféus gerais recebidos no evento.

Paraná é vice-campeão dos Jogos da Fenae

Atletas elevam o nome da APCEF à melhor colocação geral, depois de ter sido a número 1 há dez anos

Desde que os Jogos da Fenae foram retomados, em 2004, o Paraná conquistou sua melhor colocação na classificação geral este ano: o segundo lugar entre os estados participantes. Dez anos antes, os paranaenses tinham soltado o grito de campeão na edição realizada em casa (Curitiba), mas o número de modalidades era um pouco menor e, por conseguinte, a quantidade de medalhas (15).

Nos seis dias de competição deste ano, a delegação conquistou 21 medalhas, das quais nove de ouro, sete de prata e seis de bronze. Os atletas paranaenses marcaram 492 pontos nesta edição, realizada de 16 a 23 de agosto, em Goiânia (GO), e considerada recorde de números em diversos aspectos.

Com 756 pontos, a campeã foi a delegação do Distrito Federal, que comemorou o bicampeonato durante a premiação. A terceira colocação ficou

para os gaúchos (452 pontos). Os resultados do evento foram anunciados durante cerimônia que aconteceu no restaurante do Sesi Antônio Ferreira Pacheco, no qual houve um almoço de confraternização.

Antes de anunciar os nomes dos vencedores dos Jogos, o diretor de esportes da Fenae, Paulo César Cotrim, pediu um minuto de silêncio em homenagem ao presidente da Fenacef (Federação Nacional dos Aposentados e Pensionistas da Caixa Econômica Federal), Décio de Carvalho, que faleceu no dia 20 de agosto.

Entre os destaques da conquista do Paraná, está a equipe de corrida que obteve sete medalhas, sendo três de campeões, o quarteto do revezamento 4 x 100 m feminino e o enxadrista Eros Lang, que subiram ao topo do pódio. Também fizeram história a equipe de vôlei masculino e a dupla do tênis de campo feminino, que suaram a camisa para ganhar dois ouros inéditos para o estado.

O presidente da APCEF-PR, Vilson Willemann, esbanjava alegria ao receber o troféu de modalidades que ganharam o ouro e colaboraram para o vice-campeonato do Paraná. “Agradeço aos atletas, técnicos, diretoria,

colegas que não puderam participar, gestores e demais apoiadores”, ressaltou o presidente. “É a melhor classificação da história da associação, desde que foi retomado o ranking geral por pontos. O empenho e a dedicação de cada um fez a diferença”.

Durante uma semana, mais de 2.200 atletas representando as 27 Apcefs de todo o país participaram das disputas em 25 modalidades. As competições foram realizadas no Sesi Antônio Ferreira Pacheco, no Clube Jaó, na PUC Goiás e na Associação Atlético Banco do Brasil (AABB).

Confira a classificação do Paraná desde o início da contagem por pontos:

- 1994 – Curitiba (PR) – 1º lugar
- 1998 – Salvador (BA) – 4º lugar
- 2004 – Belo Horizonte (MG) – 3º lugar
- 2006 – Blumenau (SC) – 3º lugar
- 2008 – Brasília (DF) – 6º lugar
- 2010 – Fortaleza (CE) – 3º lugar
- 2012 – Vitória (ES) – 3º lugar
- 2014 – Goiânia (GO) – 2º lugar

Os atletas prateados da APCEF-PR

Saiba quem são os integrantes da delegação paranaense e suas modalidades

Futsal Feminino

- Débora Cristina Milhoretto
- Juliana Nardino Pereira
- Sabrina Amorim Vieira Capistrano
- Tamy Yukary Hara
- Amanda Fakih Leite Scheller
- Mônica Cavalcante
- Ketyllen Denise Albino Siplaki
- Juliana Linzmayer Salgado
- Miriam Kiyomi Ohara Uguma
- Regina Welter Bertozzi Corrêa
- Liane Margarete de Rosso

Futsal Masculino

- Fausto Heleno Santos
- Thiago de Almeida Mendes
- Rafael Ivano Razini da Conceição
- Rodrigo Rodrigues de Andrade
- Gabriel Gonçalves Marquesi
- Yan Jacometi Athanázio
- Samuel Kazuo Araki
- Rogério Molina Wilens
- Joel Marcilio Paris
- Murilo Santos Arsie
- Guilherme Rebello Nunes

Futebol Soçaito Master

- Marcos Renato Beraldo
- Sidiney Morita
- Mauro Bettoni
- Júlio César Grossmann
- Herivelto C Martins
- Celso José Dzis
- Silvano Zanon
- Renato Franceschini
- Silvio Krubniki Júnior
- Rafael Leandro K. Ribeiro
- Mauro Luiz Misturini
- Maurício Pereira
- Antônio Marcos Ferreira
- Reinaldo Horácio
- Miguel Ângelo Barea
- Edvaldo Hideo Sigaki

Futebol Soçaito Livre

- Carlos Alberto da Silva Souza
- Murilo Santos Arsie
- Rosivelt de Paula Pitante
- Dayvis Guilherme de Oliveira
- Tarcizio Cristiano F. M. Delelli
- Joel Marcilio Paris
- Tiago Laurentino Ruda

- Guilherme Capra Boldarini
- Paulo Edison Cavet Ribas Jr
- Paulo Franco Santini
- Guilherme Rebello Nunes
- Rafael Leandro K. Ribeiro
- Thiago de Almeida Mendes

Vôlei Feminino

- Catarina Haico Uyeno Okada
- Elisa Bittencourt
- Elza Satomi Muraoka Hara
- Josiane Caglioni Tarifa
- Juliana Celina da Silva Lorenzetti
- Juliana Vieira Araújo
- Ketyllen Denise Albino Siplaki
- Margareth Mie Isizaki
- Melaine Rodrigues Yasumoto
- Mônica Cavalcante
- Vanessa Lazarotti

Vôlei Masculino

- Alan Koudy Isizaki
- João Mateus Muller
- Felipe Alexandre de Almeida
- Laerte Atamantchuk Albuquerque
- Anderson Dias da Cunha





Anderson Flávio de Souza
Murilo Henrique Costa
Elcio Silva
Eduardo Caldeira Baduy
André Felipe A. C. do Rosário
Eloi José da Silva

Basquete Masculino

Alexandre Silveira Barbosa
Márcio Aroldo Liparotti Deflon
Ricardo Maia Loss
Tiago Clementin de Andrade
Alex Willy Grasel
Igor de Gracia Barboni
Marcelo A. Santos Medeiros
Rafael Pereira Candido
Ênio Casado de Oliveira

Natação Masculino

Gabriel Sanches Pedroso
Rubens Ferreira Luiz Júnior
Renato Cortes Schreiber
Thiago Augusto Gonçalves Pinto

Natação Feminino

Eneida Maria Cezar de Oliveira
Tereza Harue Fugivala
Elisiane Mara Brito
Rosemari Rodrigues

Atletismo Feminino

Liane Margarete de Rosso
Regina Welter Bertozzi Corrêa
Valquíria Bastos Benatto
Miriam Kiyomi Ohara Uguima
Waldirene Reis Catarino
Lenice Ferelli Maia

Atletismo Masculino

Ismael Pereira da Silva
José Antenor de Almeida
Thiago Augusto Gonçalves Pinto
Herivelto Cezar Martins
Daniel Mann Sotto Maior
Rodrigo Rodrigues de Andrade
Guilherme Capra Boldarini
Renato Cortes Schreiber
Tiago Clementin de Andrade

Canastra

Nilson da Silva Freire
Edvaldo Hideo Sigaki

Xadrez

Eros Antonio Ferreira Lang

Dama

Domingos Chiuji Kanehisa

Sínuca

Marcelo Aduari Coelho

Tênis de mesa masculino

Olides Millezi Júnior

Tênis de mesa feminino

Célia Maria Silvestre

Tênis de campo feminino

Eliane Euzébio Grossi Conte
Juliana Linzmayer Salgado

Tênis de campo masculino

José Ricardo Cunha
Mário Schwartz

Representantes da APCEF-PR

- Vilson Willemann
- Reinaldo Horácio

Diretores responsáveis por modalidades

- José Ricardo Cunha - Tênis de campo masculino e feminino
- Reinaldo Horácio - Futebol Soçaite Master
- João Maria do Nascimento - Futebol Soçaite Livre
- Jesse Krieger - Atletismo /Corrida
- Everaldo Donizette da Silva - Vôlei masculino e feminino, vôlei de areia feminino, vôlei de areia masculino.
- David Vasconcellos - Sinuca/natação/vôlei
- Victor Guilherme Esteche - Tênis de mesa masculino e feminino, canastra, xadrez e dama
- Gilberto Luiz Pereira - Basquete
- Emerson Alves Pinto - Futsal masculino e feminino
- José Megume Tanaka - Diretor da Fenae
- Ester Kokubu - Gerente de Esportes (supervisão geral)
- Técnicos
- Leandro A. Moreira de Carvalho - Vôlei
- Cleverson Otávio Fraton - Futebol Soçaite
- João Carlos Bini Cordeiro - Futsal
- Bruno Nahuili Bressan - Basquete
- Francisco A Tucunduva Sobrinho - Auxiliar técnico



Vôlei masculino

Conquista do título inédito é uma das mais celebradas

Uma das conquistas mais celebradas pelo Paraná nos Jogos da Fena foi a **medalha de ouro no vôlei masculino**, após a vitória por 3 a 1 contra Minas Gerais. O Paraná teve uma campanha invicta, com seis vitórias em seis jogos e apenas dois sets perdidos em toda a competição. Os atletas mostraram que a união entre eles fez a diferença e coroou um trabalho de muito esforço e superação.

A equipe também contou com grande apoio da torcida. Segundo o coordenador do vôlei da APCEF-PR, João Mateus Müller, a equipe se dedicou muito e foi apoiada pela associação. Ele explica qual foi o diferencial da equipe. “Muito treino e vontade de vencer: O time jogou com raça e determinação”. E completa: “Nosso técnico também é excelente, fez um trabalho excepcional com o time. Desde a sua chegada nosso volume de jogo cresceu vertiginosamente”.

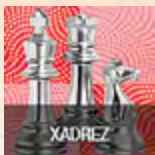


O técnico Leandro Alves Moreira de Carvalho já trabalha com o grupo da APCEF-PR há três anos. Em 2012, foi vice-campeão com a equipe e agora se sagrou **campeão**. Além disso, a equipe também foi campeã dos Jogos do Sul e Sudeste neste ano. Leandro Carvalho é um dos nomes mais experientes na área, uma vez que também faz parte da comissão técnica da seleção brasileira infanto-juvenil.

Ele explica que o time treina três vezes na semana e trabalha todos os fundamentos do vôlei, além da musculação. Segundo o treinador, a experiência e o trabalho em equipe foram essenciais para a conquista. “O grupo sempre teve um grande potencial, mas ainda tínhamos algumas dificuldades em relação a questões táticas. Trabalhamos muito para melhorar nesse quesito e superar as demais equipes que também são muito qualificadas”.

“ Participar dos Jogos da Fena 2014 foi um grande prazer, e representar as equipes de vôlei não tem preço. O Paraná conquistou uma inédita segunda colocação e não podia ser diferente, pois vimos em todas as modalidades, nas quais os paranaenses participaram, um enorme comprometimento, fazendo jus a todo apoio dado pela diretoria. Os esforços concentrados dos atletas, técnicos, diretoria, colaboradores da APCEF-PR e torcedores fizeram com que obtivéssemos esse honroso segundo lugar. Mas a alegria por essa conquista é passageira, pois já estamos com o pensamento nos Jogos do Sul e Sudeste, em 2015, e nos Jogos da Fena, em 2016, e com certeza faremos ainda mais para conseguirmos conquistar o primeiro lugar. ”

Everaldo Donizete da Silva, diretor de Administração, responsável pela coordenação de vôlei de quadra e areia masculino e feminino



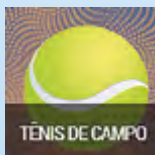
Xadrez

Paranaense é bicampeão depois de 25 anos da 1ª conquista

O Paraná não dependeu apenas de esportes coletivos ou em duplas para realizar uma bela campanha nos Jogos da Fena. A equipe também mostrou que tem muitos talentos individuais. Um deles foi Eros Lang, que ganhou a **medalha de ouro no xadrez**. Ele venceu quatro das seis partidas que disputou, a última contra Raimundo Nascimento Felix (DF) e ficou em primeiro lugar.

Ele já havia sido campeão em 1989 em Natal (RN), quando também havia sido o primeiro ano como funcionário da Caixa. O xadrez já o acompanhava há mais tempo: desde 1975. Sua longa carreira no xadrez também foi composta por diversas competições nacionais e internacionais.

Para chegar ao bicampeonato nos Jogos, sua preparação envolveu, além de treinos com outros competidores de alto nível, confrontos em grandes torneios de xadrez do mundo, pela internet. Ele celebrou muito os resultados de sua conquista. “O nível dos atletas foi muito bom, com diversos jogadores ranqueados na Federação Internacional de Xadrez. Então só posso considerar o meu resultado como excelente”.



Tênis de duplas

Dupla feminina é destaque dourado na modalidade

Ganhar a medalha de ouro nos Jogos na Fena é um sonho para qualquer atleta da APCEF. E foi realizado por Eliane Conte

e Juliana Linzmayer, que conquistaram o **ouro inédito** na modalidade de duplas femininas do

tênis. Na final, elas derrotaram a dupla do Rio Grande do Sul por 2 a 0, com parciais de 6/1 e 6/2. O resultado também contribuiu para o segundo lugar geral do Paraná deste ano.

Como não poderia deixar de ser, elas suaram muito para chegar a essa conquista. Os treinamentos aconteciam algumas vezes por semana, em aulas

e amistosos. A participação de Juliana na competição foi ainda mais intenso. “Fiquei três meses parada devido

a uma lesão. Nas duas semanas que antecediam os jogos, treinava todos os dias para tentar chegar a melhor boa forma possível”, afirma ela. Essa também foi sua primeira participação na competição. Já Eliane tinha sido vice-campeã em 2012, quando perdeu na final para o Rio Grande do Sul e agora conseguiu devolver o resultado.

As tenistas também destacaram que a conquista deve ser muito celebrada, já que o nível técnico e a experiência das atletas eram altos. Eliane ressaltou que foi essencial para a conquista do título o apoio da associação. “Cada modalidade tem seu diretor esportivo que acompanha os atletas, os jogos e os resultados. A APCEF-PR incentiva a participação dos jogos no estado, na competição regional, nos Jogos da Fena e está de parabéns”.



“Embora no tênis masculino o nosso desempenho não tenha sido satisfatório (7º lugar no simples e 8º nas duplas), considerando o cruzamento/chaveamento das equipes/delegações, no feminino esta edição foi excelente. Ficamos com o ouro nas duplas e quarto lugar no simples feminino.”

José Ricardo Cunha, diretor de Tecnologia, responsável pela coordenação de tênis de campo simples e de duplas



Corrida de 5 km e 10 km Equipe comemora a soma de sete premiações

A **equipe de corridas** do Paraná deu um show no asfalto. Com sete medalhas ganhas (3 de ouro, 3 de prata e 1 de bronze), a maioria dos corredores subiu ao pódio, inclusive estreantes. Esse desempenho rendeu ao estado o destaque nas corridas, tanto no feminino como no masculino. No atletismo, as paranaenses, em especial, se destacaram e colaboraram para elevar o nome da APCEF à terceira colocação geral.

Na corrida, **Ismael Pereira da Silva** já é sinônimo de experiência e medalha. Nesta edição, ele somou mais um ouro



nos 10 km. Para assegurar esse feito, o maratonista reduziu a quilometragem semanal e fez mais treinos de velocidade. “Meu resultado foi uma consequência de meu treinamento, de minha dedicação e experiência em corrida de rua”, avaliou o atleta. “A delegação do Paraná também mostrou muita dedicação e a contribuição das diversas modalidades resultou numa colocação bastante expressiva em nível nacional”.

No feminino, Valquíria Benatto ganhou o primeiro lugar nos 10 km (*ver mais na página 17*). Pela categoria acima de 51 anos, Lenice Ferelli Maia ficou com o segundo lugar nessa distância e sentiu-se satisfeita com o resultado. “Vou para os Jogos com certa insegurança. Mas corri bem em Goiânia, mantive um bom ritmo e finalizei com tranquilidade, o que é im-



portante para o físico também”, comentou a corredora, que, logo após a competição, participou da Meia Maratona de Curitiba.

Nos 5 km, Thiago Augusto Gonçalves Pinto, em mais uma participação no evento, levou uma medalha. Ele conquistou o bronze na categoria 31 a 40 anos.

Para completar a equipe, ainda marcaram presença os corredores José Antenor de Almeida, Waldirene Reis Catarino, Guilherme Capra Boldarini, Renato Schreiber e Regina Welter Corrêa.



Corridas de rua Atletas estreiam e ganham medalhas em suas categorias

Em sua primeira participação na corrida ou nos Jogos da Fenae, atletas surpreenderam com sua performance. Herivelto Cezar Martins, que correu pela categoria acima de 51 anos, já tinha participado do futebol na competição, mas estreou nos 5 km e chegou ao ouro. A premiação foi recebida pelo presidente Wilson Willemann, já que Herivelto estava participando do futebol soçaite no horário da entrega. Para atingir seu objetivo, ele se preparou e participou das corridas de 10 km e 21 km, com vistas à prova na competição, seguindo planilha específica. “O grande diferencial em uma corrida de rua e no esporte em geral é o treinamento, buscando a cada dia incentivos para melhorar mais”.

Em sua estreia na competição nacio-

nal, **Daniel Sotto Maior** se sentiu acolhido pelos colegas e mostrou seu talento, revelado nos Jogos Economiários do Paraná (Jepar). Por meio de treinamentos de velocidade e longa distância, além de musculação, ele ganhou a prata na categoria 31 a 40 anos, nos 10 km. “Com dores no joelho e devido ao calor a partir da metade da corrida, não foi possível diminuir o tempo que apresentei nos jogos regionais realizados em março deste ano”. Apesar dos transtornos, Daniel ainda correu a prova dos 1500 m e ficou em oitavo lugar.

Reestrela - Nos 10 km, Tiago Clementin de Andrade, que já havia participado da edição de 2012, classificou-se em segundo lugar na categoria de 18 a 30 anos. Sobre o resultado obtido, ele indica a



preparação como essencial para o bom desempenho nas disputas e ter uma vida saudável. Para o atleta, o diferencial dos paranaenses nos Jogos foi a seriedade com que todos tiveram durante a competição, desde os atletas recém-chegados até o presidente da APCEF.

“ Na corrida de 5 km e 10 km, conseguimos sete medalhas, sendo três de ouro, três de prata e uma de bronze. Na sequência, tivemos mais duas medalhas no salto em distância e no revezamento feminino, além de bronze nos 100 m feminino e dois quartos lugares nos 200 m feminino e nos 100 m masculino. Ou seja, temos um grupo de velocistas e corredores espetaculares. É importante salientar que tivemos novos corredores que estrearam com muito êxito, demonstrando que o Paraná estará muito bem representado nos próximos Jogos.

Jesse Krieger, diretor de Comunicação e Marketing, responsável pela coordenação da corrida e do atletismo



Revezamento 4 x 100 m e outras provas

Meninas superpoderosas da pista levam o ouro

Unindo suas forças e experiência, Liane Margarete de Rosso, Valquíria Benatto, Miriam Uguma e Regina Welter Corrêa conquistaram algo que vinham buscando há pelo menos duas edições do evento no revezamento 4 x 100 m: o ouro. Em 2010 e 2012, elas tinham ficado com a vice-liderança. Liane resumiu o sentimento de ter ganhado a medalha tão desejada. “Sinto-me brilhando e realizada”.

As demais colegas também demonstraram estar felizes e com o dever cumprido, após concluir o revezamento em 59’78”. “É uma prova emocionante, em que a adrenalina fica a 1000”, avalia Valquíria. Quem conta o diferencial da vitória é Miriam. “Estávamos focadas em busca do ouro e, mesmo sendo de cidades diferentes e não conseguindo treinar em conjunto muitas vezes, cada uma procurou se preparar da melhor maneira possível e a vontade de ganhar resultou em sermos campeãs”.

Os **poderes desse quarteto** são ainda mais surpreendentes, considerando que a maioria delas ganhou mais uma medalha em outras provas individuais.

Liane pulou 4,25 m no salto em distância e alcançou mais uma premiação dourada. Por ser a primeira vez que participou dessa prova, ela comemorou ainda mais o resultado. “Tinha dúvidas se conseguiria. Classifiquei-me para o salto que sempre foi realizado pela Regina Welter, nas seletivas (Jepar). Então, a responsabilidade de um bom desempenho nos Jogos da Fenae era grande”.

Valquíria também subiu ao degrau mais alto do pódio na corrida de 10 km.

Para chegar a esse resultado, ela treina há mais de um ano, desde os Jogos do Sul e Sudeste, e segue planilha de treinos regularmente. Já Miriam, velocista conhecida das pistas, garantiu o bronze nos 100 m e ficou em quarto lugar nos 200 m. Ela se preparou por meio de treinos em academia e na pista, o que a ajudou a avaliar o nível técnico dos competidores. “O nível continua bom e aumentou no sentido de mais atletas se prepararem e terem condições de disputar as primeiras colocações”.



Vôlei de praia feminino

Entrosamento da dupla rende medalha de bronze

Na quadra de areia, a dupla **Elisa Bittencourt e Josiane Cagliani Tarifa** não correu tanto quanto as velocistas do revezamento, mas mostrou também força e garra. As atletas disputaram o terceiro lugar com a dupla do Maranhão, de quem ganharam por 2 a 0. O entrosamento contribuiu muito para alcançar esse resultado, segundo Elisa, com confirmação de Josiane.

“Os treinamentos específicos para o vôlei de areia se deram mais próximos à data dos Jogos da Fenae, mas levamos a experiência e treinamento do vôlei de quadra para a areia”.

A dupla perdeu o primeiro jogo da competição, mas não perdeu a esperança de conquistar uma boa colocação. Determinadas, elas venceram todos os demais jogos até chegar à semifinal, na qual perderam para as mineiras, que foram as campeãs. “Esse resultado é mais um incentivo para continuarmos nossa preparação para os próximos Jogos, pois percebemos que o nível dos atletas nas partidas está cada vez mais elevado”.

Na quadra, as meninas também se empenharam para evidenciar o nome da associação e mostrar seu empenho e dedicação. O resultado dessa performance foi a sexta colocação e pontos para a delegação.

Masculino – No vôlei de areia, a experiente dupla Eduardo Baduy e Elcio Silva representou o estado, classificando-se em 7º lugar e marcando pontos.





Natação

Nadadoras são nº 1 no revezamento. Nadador leva 3 medalhas



A natação foi um dos esportes que mais rendeu medalhas ao Paraná. Ao todo, foram cinco medalhas, sendo um ouro, uma prata e três bronzes tanto no masculino quanto no feminino. As premiações também fizeram a diferença para a classificação geral do estado no fim da competição.

O ouro conquistado pela **equipe** veio em conjunto, no revezamento 4 x 50 m livre. As grandes premiadas Eneida Maria Oliveira, Tereza Fugivala, Elisiane Brito e Rosemari Rodrigues marcaram o tempo de 2min45s72, deixando para trás ou-

tras oito equipes. Rosemari afirma que equipe ficou muito satisfeita com o resultado, uma vez que a competição possui atletas de alto nível. Mas também destaca o papel da APCEF-PR no apoio aos competidores paranaenses. "Além da dedicação de cada atleta nos treinos individuais em sua modalidade, a associação, por meio dos seus coordenadores, tem estado presente nas diversas modalidades, estimulando os atletas nos treinamentos", conta Rosemari, que também foi medalha de prata nos 50 m borboleta, com o tempo de 44'20".

Já Tereza Fugivala disse que deve haver uma participação maior por parte dos atletas mais jovens, que competissem nas modalidades até 40 anos. Ainda assim, ela comemorou o resultado e revelou o segredo para a conquista. "Eu nado regularmente duas vezes por semana há mais de 20 anos porque gosto de nadar.

É o único esporte que eu me sinto bem e minha preparação não foi específica para os jogos", explicou.

Mas não foram só as mulheres que se saíram vitoriosas na competição. Entre os homens, **Rubens Ferreira Luiz Júnior** foi o grande premiado, com três bronzes, nos 50 metros nado livre, costas e borboleta. Ele faz sua avaliação do resultado. "Fiquei feliz por ter subido ao pódio três vezes, mas em uma competição sempre esperamos o lugar mais alto", afirma o nadador, que já foi ouro no evento. Segundo Rubens, o bom nível dos competidores estimula um ritmo mais forte de treinos e melhora a qualidade das disputas.

No masculino, junto com Rubens, representaram o Paraná Gabriel Sanches Pedroso, Renato Cortes Schreiber e Thiago Augusto Gonçalves Pinto.



Torcida de ouro

Torcedores são exemplo de incentivo e animação

Se na pista, na piscina, na quadra e no campo, os atletas evidenciaram o nome da APCEF-PR e mostraram garra, na arquibancada a **torcida** fez uma verdadeira festa para incentivá-los. Em diversos momentos, ela empurrou as equipes e deu ânimo para que fossem atingidos os melhores resultados.





Sinuca

Faltou pouco para a conquista do ouro

Na sinuca, mais uma vez o Paraná teve um resultado expressivo. **Marcelo Adauri Coelho** foi medalha de prata na competição contra atletas de outros sete estados. Sua campanha foi impecável, com seis vitórias em seis jogos. Somente no jogo decisivo acabou sendo derrotado por 5 a 2 pelo goiano Nivaldo Coqueiro.

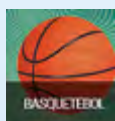
Mas a prata não foi motivo de tristeza para ele e sim, de muita comemoração. O atleta reforçou que o nível dos atletas e a qualidade das jogadas era excelente (“com tacadas dignas de filmagem”), cujo objetivo era conquistar uma medalha na competição nacional. “A preparação foi muito boa, treinei bastante para conseguir o objetivo. Eu almejava uma boa colocação, pelo menos entre os três primeiros e quase consegui o ouro. Para mim, está muito bom”.



Tênis de mesa, canastra e damas Atletas representam o PR e alguns pontuam



Atletas paranaenses também marcaram presença em outras modalidades individuais e de duplas. No tênis de mesa masculino, **Olides Milezzi Júnior** que havia sido campeão na edição anterior da competição, encontrou adversários ainda mais bem preparados e, em uma disputa acirrada com o atleta do Mato Grosso do Sul pelas quartas-de-final, que também já havia sido medalhista de ouro, perdeu por 3 a 2. Mesmo assim, o tenista ficou com o 7º lugar e marcou pontos para o estado. No feminino, a representante paranaense foi **Célia Maria Silvestre**. A dupla Edvaldo Sigaki e Nilson Freire também pontuou para o Paraná na canastra. Eles ficaram em oitavo lugar na classificação final. Ainda nos jogos conhecidos como de salão, o paranaense Domingos Kanehisa disputou várias partidas nas damas.



Basquete

Mesmo enfrentando adversário forte, equipe marca pontos

Na quadra, o time de basquete também marcou pontos. Depois de arremessar várias cestas, a equipe chegou às quartas de final, em que perdeu para o Distrito Federal, que se tornou campeão da modalidade, e ficou em quinto lugar.



“ *A equipe de basquete novamente fez um esforço enorme para bem representar o Paraná. O técnico Bruno (Bressan) e os atletas participantes se prepararam e tiveram uma brilhante participação. Ficamos em 5º lugar, mas com o sentimento de que nos próximos Jogos teremos um desempenho melhor, pois a equipe está em evolução. Quanto a performance do Paraná, o segundo lugar nos enche de orgulho e dá a certeza de que estamos no caminho certo.* ”

Gilberto Luiz Pereira, diretor de Secretaria, responsável pelo basquete

“ *A delegação do Paraná mostrou alto nível de comprometimento, competitividade e responsabilidade nos Jogos da Fenaé, em todas as modalidades que participou. A diretoria esteve coesa e isso facilitou o trabalho na coordenação das respectivas modalidades, por meio de ajuda mútua e compartilhamento de informações em tempo real. Em razão do trabalho sério desenvolvido pelos atletas, técnicos e diretores, conseguimos o melhor resultado dos últimos tempos para a APCEF-PR. Fiquei muito satisfeito em ter participado dessa conquista histórica e esperamos que, em 2016, possamos melhorar ainda mais e quiçá sermos os grandes campeões dos Jogos da Fenaé.* ”

Victor Esteche, diretor de Relações do Trabalho, responsável pela coordenação do tênis de mesa feminino e masculino, canastra, xadrez e dama



Soçaite master Depois da disputa de pênaltis, equipe é vice-campeã

O futebol é a grande paixão nacional e sempre leva grandes emoções aos torcedores. Nos Jogos da Fena, com o Paraná, não foi diferente. Na final do futebol soçaite master, o time empatou em 0 a 0 com a equipe do Distrito Federal e perdeu por 4 a 2 nos pênaltis. O resultado garantiu medalha de prata ao time e 60 pontos ao estado na classificação geral.

A **equipe** fez uma grande campanha, com quatro vitórias e dois empates até chegar à final. O técnico Cleverson Fratoni elogiou a campanha e o trabalho realizado pelo time. “Infelizmente não conseguimos a vitória, mas merecíamos o título, porque marcamos 12 gols e tivemos superioridade nas partidas. Acredito nesse grupo experiente e de homens fantásticos, que lutaram do início ao fim”.

Segundo ele, o resultado só foi possível devido à estrutura e ao trabalho em parceria com a diretoria, a comissão técnica

e os jogadores. “Tivemos uma preparação muito boa e uma estrutura difícil de ver até mesmo em futebol profissional. A diretoria não mede esforços para fazer um excelente trabalho. Ao longo desses anos de competição, conquistamos o respeito dos demais estados do Brasil com a nossa organização e nosso trabalho em conjunto”, comentou Fratoni.

Futebol soçaite livre

No futebol soçaite livre, a equipe paranaense não teve o mesmo sucesso que a do master. O time começou bem, com duas vitórias e um empate na primeira fase. Já nas oitavas de final, perdeu para a Paraíba por 2 a 1 e foi eliminado. Apesar desse resultado, Claver-

son Fratoni informa que o grupo ainda vai incomodar muito os adversários nas próximas competições. “Formamos um grupo com novos jogadores, em que boa parte deles foi pela primeira vez aos Jogos da Fena, mas acredito neles e vamos crescer muito”.



Futsal Equipe masculina marca pontos. Meninas estreiam

A cada edição dos Jogos da Fena, os atletas se preparam mais e o nível técnico cresce. No futsal masculino, as disputas foram acirradas. A **equipe do Paraná** se empenhou para ficar entre as três primeiras, mas na disputa pelo terceiro lugar contra Bahia perdeu por 4 a 3. No feminino, **as meninas** estrearam e representaram o estado com muito empenho e energia.



“ Foi um grupo muito comprometido em seguir as orientações do nosso técnico Cleverson (Fratoni) e o auxiliar, Francisco Tucunduva, que fizeram excelente trabalho técnico e tático com a equipe, a qual demonstrou muita garra, vontade de vencer e chegar à final. Infelizmente, perdemos nos pênaltis, depois de jogar muito melhor que a equipe adversária no tempo normal e prorrogação. Registro que teve uma integração maravilhosa entre os atletas, comissão técnica, diretoria e familiares que lá estiveram. ”

Reinaldo Horácio, diretor de Esportes e Lazer, responsável pelo soçaite master

Eles não param

A cada mês, corredores da equipe da APCEF-PR disputam diversas provas

Mesmo após os Jogos da Fena, as atividades do atletismo da APCEF-PR, em conjunto com a BPM Assessoria Esportiva, continuam fazendo sucesso e atraindo novos adeptos. É aproveitando essa mobilização que a equipe participou da etapa de setembro das corridas de rua da Secretaria Municipal de Esporte e Lazer já tem presença marcada para as próximas corridas.

No dia 19 de outubro, um grande número de atletas participou das Corridas da Caixa de 5 km e de 10 km no Centro Cívico, em Curitiba. Já no dia 9 de novembro, acontecerá o Circuito de Estações Caixa. Os atletas estão convidados a usar a camiseta da APCEF-PR para a foto do grupo na barraca da instituição e da BPM.

O associado que deseja começar a participar dessas corridas, entrar em forma ou simplesmente fazer uma atividade que



Grupo de corredores participantes da Corrida da Caixa.

faça bem à saúde pode participar dos treinamentos realizados semanalmente. No Parque Barigui, os encontros são realizados às segundas e quartas-feiras, a partir das 6h45, terças e quintas-feiras, às 18h, e aos sábados, a partir das 8h. Já na Praça Oswaldo Cruz, os treinos acontecem às segundas e quarta-feiras com início às 18h30. “Estamos contentes com a receptividade do grupo aos novos corredores, o que fortalece o atletismo da APCEF-PR”, afirma o coordenador de atletismo da instituição, Darci Agostini.

Tênis

Conheça os 1^{os} colocados do torneio de setembro

De 13 a 20 de setembro, foi disputada a 5ª edição do Torneio de Tênis. Ao todo, disputaram 48 inscritos nas categorias A Especial, A, B e C. O campeão na categoria A especial foi Gustavo Sayao e o vice Rildo Santos. Na categoria A, venceu Cleverton Ferreira e na segunda colocação



Campeão e vice da categoria A especial (acima);
Campeão e vice da categoria A (abaixo).



Vice e campeão da categoria B (Acima); Líder e vice-campeão da categoria C (Abaixo).

ficou Guilherme Schwartz, na categoria B Luiz Miyag derrotou Acir Melo e na categoria C o vencedor foi Ivo Rodrigo contra Rogério Alves. A próxima etapa teve início no dia 25 de outubro e terminou em 1º de novembro. Essa é a última antes do Masters Cup, que reúne os melhores tenistas do ano.

Tranca

Divulgado o resultado do torneio de outubro

Na 12ª etapa do Torneio de Tranca, realizada no dia 12 de outubro, a vencedora foi Célia Bucenko Bittencourt. Em segundo lugar, ficou Bernardo Taytelbaum e em terceiro, Rute Santos Rocha. Os três receberam troféus como prêmios. A líder do ranking é Luísa Eiko Nagazava Maller, enquanto o segundo e terceiro colocados são Bernardo Taytelbaum e Rute Santos da Rocha. Ainda faltam mais três etapas do torneio (8 de novembro e 29 de novembro).



Rute, Bernardo e Célia: os primeiros premiados.

Truco

Última etapa está agendada para novembro

Com partidas bem disputadas, a 7ª etapa do Torneio de Truco aconteceu no dia 19 de setembro. Os vencedores foram a dupla Airton Antônio Jitkoski e Marcilio José de Oliveira. Em segundo lugar, ficou a dupla Abdo Hanna Tannouri e Miguel Poletto Rocha. Os terceiros colocados foram Joani Matos e Rosmael Veiga. A penúltima etapa deste ano ocorreu em 31 de outubro. A última será no dia 21 de novembro. Ao todo, são nove etapas realizadas no ano.



Dupla vencedora (à dir.) e vice-campeã.

Soçaites Livre, 40+, 50+ e Futsal Interagências

Campeonatos de futebol iniciam com força total em outubro

O mês de outubro foi marcado pelo início de quatro campeonatos de futebol na sede social, em Curitiba. O pontapé inicial do Soçaites Livre ocorreu no dia 4, com a disputa de associados e dependentes de 14 equipes, divididas entre as séries ouro e prata. Até o fechamento desta edição, quatro rodadas já haviam sido realizadas, e na classificação geral o Choop Bol liderava a chave 1 e o Centauro, a chave 2.

No dia seguinte à rodada inicial do Soçaites Livre, começou o Futsal Interagências, envolvendo cinco times. Cada um deles tem o nome de uma equipe paranaense do passado ou termos antigos, como Ferroviário, Colorado, Matsubara, Selete e Seminário. Quatro rodadas também haviam sido realizadas até encerrar

essa notícia, com a liderança de Matsubara e, em seguida, Seminário.

No Soçaites Quarentinha, seis equipes participam da competição, que começou em 8 de outubro. Pelo menos três etapas aconteceram enquanto esta edição era finalizada. Até então, os destaques eram os times Elco e Gercam.

O último campeonato de futebol a colocar a bola rolar em outubro foi o Soçaites Cinquentinha. A primeira rodada aconteceu em 25 de outubro, quando seis times disputaram três partidas. Com exceção do tradicional Cri-



Soçaites Livre: o primeiro a começar da série de competições.

de Cride, os demais ganharam nome de parque. É o caso de Parque São Lourenço, Parque Tingui, Parque Barigui, Passeio Público e Jardim Botânico.

Tênis de Mesa

Atleta vence 7ª etapa do Campeonato Paranaense

Depois de quatro partidas disputadas, o atleta Olides Millezi Júnior, da APCEF-PR, foi campeão da 7ª etapa do Campeonato Paranaense de Tênis de Mesa, pela categoria Veterano - V5. Na decisão, realizada no dia 13 de setembro, em Campo Mourão, ele venceu o competidor de Toledo, por 3 a 2. Apesar de não ter participado de duas etapas, com esse resultado, ele ficou em terceiro lugar na classificação final de sua categoria.



Olides: 3º lugar na classificação da categoria.

Para o atleta, seu desempenho foi razoável, considerando que, nas sete etapas da competição deste ano, ele não participou de duas delas: campeão por equipes e terceiro lugar no individual. Olides informa que seus próximos desafios são continuar os treinamentos e participar do Campeonato Paranaense, que terá novo calendário a partir de 2015.

Ginástica

Há aulas para diversos gostos e necessidades. Participe!



As aulas acontecem à noite, durante a semana.

Para quem quer se movimentar e se exercitar, uma boa opção são as aulas de ginástica, sob o comando da professora Maria Carolina Gonfio. Elas acontecem de segunda a sexta-feira (primeira aula, às 18h10, segunda, às 19h10, e terceira aula às 20h). Entre as opções, há local, alongamento, abdominais, jump (pequeno trampolim), step (pequeno degrau), gap e pump. A professora ressalta que são três tipos de aulas nos dias de ginástica. É só se animar e participar!

Futsal

Elas estão com a bola toda e participam de quadrangular

Em paralelo ao Futsal Interagências, o Campeonato de Futsal Feminino teve início no dia 12 de outubro, na sede social. Além da APCEF-PR, participam das disputas as equipes da Acaff, Campina Grande e Shalom. Segundo o técnico de futsal, João Car-

los “Bini” Cordeiro, o objetivo da competição é manter a equipe de futsal feminino em atividade e agregar experiência em eventos com foco nos Jogos Sul e Sudeste e Jogos da Fenae. “O time da APCEF-PR evoluiu muito em termos técnicos, físico e tático”, avaliou

Bini. “Um trabalho que iniciou em novembro de 2012, como motivo de lazer para as associadas, tomou uma proporção significativa para se tornar equipe de competição”. A rodada mais recente ocorreu no dia 26 de outubro.

Elco é bicampeão do Futsal Livre

Decisão com Terça Nobre é disputada. Pela série prata, Cride Jr. fica com o título



Time do Elco: manutenção da base e respeito pelo adversário.

Com uma campanha impecável, a equipe do Elco se sagrou campeã pelo segundo ano consecutivo pela série ouro do Campeonato de Futsal Livre. O título foi conquistado após vencer o Terça Nobre em uma emocionante final por 4 a 3, tornando-se invicto. O atacante da equipe, Eduardo Soares de Moura, também foi o artilheiro da competição, com 14 gols.

Em terceiro lugar ficou o Insano, que bateu o Centauro por 4 a 2.

O coordenador da equipe do Elco, Nilton Sunahara, avaliou o motivo do sucesso do seu time pelo segundo ano seguido. “Fomos novamente campeões, porque conseguimos manter os mesmos jogadores do ano passado no grupo. Encaramos todos os jogos como uma decisão e respeitamos nossos adversários”, afirmou o coordenador. “Com a união de todo o grupo, conseguimos o nosso objetivo”. Nilton também aproveitou para agradecer todos os jogadores, familiares e a organização da competição.

Na série prata, o Cride Jr. foi o campeão ao derrotar o Elco Jr. na final, pelo placar de 7x4. A equipe teve uma campanha de três vitórias e duas derrotas.

Em terceiro lugar ficou a equipe do Green Valley.

Para o jogador do Cride Jr., Juliano França, o que levou a equipe a conquistar o título foi a organização, o comprometimento do time e a amizade de todos que formam um grupo unido há 15 anos. Apesar disso, Juliano lamentou a duração curta da competição e as datas próximas dos jogos. Ele afirmou que espera que as datas sejam revistas para o próximo ano.

O Campeonato de Futsal Livre aconteceu do dia 26 de julho a 13 de setembro e contou com 12 equipes participantes que fizeram 276 gols em 40 jogos.

Saiba o resultado final do Futsal Livre

Série Ouro

- 1º Lugar - Elco
- 2º Lugar - Terça Nobre
- 3º Lugar - Insano
- 4º Lugar - Centauro

Série Prata

- 1º Lugar - Cride Jr.
- 2º Lugar - Elco Jr.
- 3º Lugar - Green Valley



Na série de prata, Cride Jr. vence decisão de goleada.

Gercam leva o título do Futsal Quarentinha

Equipe vence o Green Valley na final e contabiliza apenas uma derrota na competição

No Campeonato de Futsal +40, conhecido como Quarentinha, o Gercam soltou o grito de campeão após golear a equipe do Green Valley, na decisão, por 7 a 3. Com esse resultado, o time somou quatro



Jogadores do Gercam comemoram título.

vitórias, além de uma derrota e um empate. A partida ocorreu em 13 de setembro, quando o time Guerreiros classificou-se em terceiro lugar.

Um dos líderes da equipe do Gercam, Anderson Zarif, destacou que o jogo mais difícil foi a derrota por 2x1 para o Green Valley na primeira fase, em que a equipe não se encontrou em campo. Apesar do revés, ele destaca a motivação dos jogadores para seguir em frente e conquistar o título: foco em todas as partidas. “Os principais fatores da conquista foram a união e a determinação da equipe. Os atletas conseguiram reunir em um grupo a amizade, a doação e o respeito por todos”, explica Zarif.

De acordo com ele, o grande destaque do time foi Deni, que chamou a responsabilidade e trouxe tranquilidade para as finalizações. “É um jogador com dribles desconcertantes que sabe armar muito bem as jogadas”, elogia o atleta.

Com 11 gols, o artilheiro da competição foi Maurício Pires de Oliveira, do Green Valley. O campeonato, iniciado em 26 de julho, teve cinco equipes que fizeram 106 gols.

Confira a classificação do campeonato

- 1º lugar - Gercam
- 2º lugar - Green Valley
- 3º lugar - Terça Nobre
- 4º lugar - Guerreiros

Domingo muito legal

Dia das Crianças é festejado com passeio ciclístico e muitas brincadeiras na sede social

O dia 12 outubro, que caiu no domingo este ano, ficou mais divertido e colorido para os sócios mirins, pais e outros familiares. A comemoração do Dia das Crianças começou de manhã, com passeio ciclístico no Parque Náutico do Iguazu e seguiu em direção à sede social, onde teve uma grande festa, com direito a brinquedos, brincadeiras e diversas guloseimas. O sol completou a festividade.

No Parque Náutico, crianças e seus pais tiveram um breve aquecimento e pedalarão na pista, contemplando o verde e as belezas naturais. Após o passeio, eles foram à sede e participaram do sorteio de brindes, entre eles bicicletas, patinete, skate, bonés e camisetas da APCEF-PR. Para compensar o esforço, os participantes e outros associados que compraram o convite para o almoço puderam apreciar o prato do dia: alcatra de igreja e outros acompanhamentos.

À tarde, a festa se concentrou no ginásio 1, que se transformou em um pequeno “parque” com muitas cores e diversões. O que não faltou foram brinquedos e brincadeiras para diversos gostos e faixas etárias. Entre as novidades, esteve o Cantinho do Saci, com pintura a tinta, confecção de escultura, usando caixa de leite, e chute a gol, no qual com frequência se formava filas. Tudo alusivo ao conhecido personagem do folclore brasileiro, cujo dia é comemorado em outubro.

Os filhos de Pedro e Edna Foggiatto aprovaram a brincadeira. Bruno, de 9 anos, participou e até o pequeno Renan,



Passeio ciclístico abriu a programação da festa.



No ginásio 1 concentraram-se as brincadeiras, entre elas pintura e montagem da escultura de Saci.

de 1 ano e oito meses, também quis marcar seu golzinho. Em sua segunda vez na Festa da Criança com a família, Pedro diz que este ano as atividades se ampliaram e com várias opções para a garotada. “Vale a pena participar, as crianças se divertem e o ambiente é familiar”.

Para integrar a família, Ruy Leal de Meirelles levou 13 pessoas, entre esposa, filhos, sobrinhos, neto, nora e cunhada, à festividade. Em sua estreia no evento, ele aproveitou a oportunidade para interagir com os filhos, como jogar dama em formato gigante com Rony, de 12 anos. “Esse é um momento importante com os filhos, a família e de participar de brincadeiras do meu tempo, como perna de pau, e dama”, comentou Ruy.

Os pais ainda tinham como opção se integrar com as crianças, por meio de outras diversões em tamanho ampliado, a exemplo do dominó. Piscina de bolinhas, cama elástica, pintura de rosto e de papel, futebol no balão, escorregador inflável e outras atividades também fizeram a

alegria da garotada.

Outra atração foi a apresentação do grupo de Ginástica Rítmica de Curitiba. Jovens ginastas mostraram elegância e beleza ao público com coreografias usando bola, fita e maças (espécie de bastões com “cabeça” mais grossa). Entre uma atividade e outra, sócios e convidados se deliciaram com algodão doce, pipoca e sorvete, distribuídos gratuitamente, e outras guloseimas.



Família Foggiatto: crianças se divertem em ambiente familiar.

“

”

O que será do futuro?
O que VOCÊ criar.

Vestibular de Verão
www.santacruz.br

Encontro em Porto Rico chega à terceira edição

Colegas do Norte e Noroeste se reúnem na sede para comemorar mais uma vez a integração e reforçar a consolidação do evento



Alegria e amizade marcam estada animada em Porto Rico.

Para associados do Norte e Noroeste do Paraná, a segunda quinzena de setembro (do dia 19 a 21) foi especial. O motivo foi o encontro anual de colegas na sede pesqueira e de lazer de Porto Rico

e arredores da cidade, onde alguns deles mostraram seus dotes culinários e disputaram torneios esportivos.

De Curitiba, participaram o presidente Vilson Willemann e o diretor Gilberto

Luiz Pereira. Entre os participantes, também compareceu o superintendente da SR Norte do Paraná, Élcio Jose Coelho de Lara.

Batizado de Clube do Bolinha, o encontro começou com um jantar na sexta-feira na sede, preparado por Fernando Palma. No dia seguinte, a programação incluiu um almoço em uma das ilhas do Rio Paraná, sob a responsabilidade de Gilson Pinto da Silva, o Chula, e do churrasqueiro Enivaldo Neves, com som ao vivo. Também foi organizado torneio de truco pelos colegas Silvio Krubniki Júnior e David Vasconcellos, cuja dupla vencedora foi Alan Ribeiro e Wilson Sfeir. À noite, ocorreu um jantar na sede, preparado por José Carlos.

No domingo pela manhã, um jogo de futebol soçaite agitou os atletas das duas regiões, com vitória de 4 a 3 para o Noroeste. Um dos destaques foi o presidente Wilson Willemann, que defendeu as cores do time campeão. Para recuperar as energias, foi servido um delicioso almoço na sede da APCEF-PR, preparado por Emerson Abrão e Wilson Sfeir.

“ O encontro mais uma vez foi um sucesso. Tivemos momentos de confraternização, muita amizade e companheirismo. Também foi um tempo para desfrutar e apreciar a sede de Porto Rico e conhecer as belezas da cidade, e com amigos. ”

Vilson Willemann, presidente da APCEF-PR

“ Tive o privilégio de participar das três edições. Anualmente, o evento se supera e vai ficando cada vez melhor. Considero o melhor encontro entre a diretoria da APCEF-PR, Regional Maringá e Regional Londrina. Mais uma vez, as organizações foram fundamentais para a harmonia e confraternização de todos. Assim, dedico especial espaço aos cabeças de cada regional, ao presidente Vilson Willeman, ao amigo dedicadíssimo Luizão (Luiz Carlos Martins) na condução e liderança da nossa turma de Londrina e ao incansável Everaldo (Donizete da Silva) de Maringá. ”

Silvio Krubniki Júnior, coordenador da Regional Londrina

“ O evento foi inesquecível. Significou um reencontro de amigos, comidas deliciosas, paisagens lindas do Rio Paraná e o nosso tradicional futebol no ritmo lento da natureza. São muitas amigas a agradecer. Simbolicamente, representando a coordenação do evento, agradeço ao Everaldo e ao presidente Vilson Willemann, pelo apoio na realização desta terceira edição. Obrigado a todos os colegas da Caixa, da SR Noroeste e Norte do Paraná, que participaram e já marcaram novo encontro para os dias 18, 19 e 20 de setembro de 2015. ”

Luiz Carlos Martins, gerente geral da Agência San Remo (Londrina)

“ O encontro do Clube do Bolinha do Norte e Noroeste do Paraná é um evento criado para integrar as duas regiões, o que já vinha ocorrendo com partidas de futebol entre veteranos. Hoje, com a realização de sua terceira edição, o evento já se tornou parte do calendário das duas regionais e, quando termina um, já estamos com vontade de iniciar o outro. ”

Everaldo Donizete da Silva, coordenador da Regional Maringá e diretor Administrativo da APCEF-PR

Jogos do Norte e Noroeste à vista

Regionais preparam-se para mais uma edição do evento, que será sediado este ano em Londrina

Atletas do Norte e Noroeste do Paraná podem começar a se aquecer para a 6ª edição dos Jogos Regionais, que acontecerá no dia 22 de novembro, na Regional Londrina. A competição é a oportunidade de se mostrar as habilidades com vistas aos Jogos do Sul e Sudeste, em 2015, e aos Jogos da Fena, no ano seguinte.

Do polo Norte, além de Londrina, as regionais participantes são Bandeirantes, Apucarana, Cornélio Procópio e Jacarezinho. Do Noroeste, integram o evento as regionais de Maringá, Campo Mourão, Umuarama e Paranavaí.

Em um só dia, os atletas defenderão sua delegação, disputando futebol suíço livre, futebol suíço master, vôlei masculino e feminino, futsal feminino, basque-

te, tranca, truco, xadrez, pôquer, cacheta dura e cachetão, buraco, dominó, damas, tênis de mesa masculino e feminino, tênis de campo masculino e feminino, natação masculino e feminino, corrida masculino e feminino 5 km e 10 km. Nas disputas, será permitida a participação em mais de uma modalidade, desde que o atleta tenha responsabilidade sobre eventuais conflitos de horários.

A intenção inicial da organização para as modalidades coletivas é a formação de um time de cada esporte por polo. No entanto, há possibilidade de formação de um time para cada regional ou mesmo a união de regionais, dependendo do número de atletas

Outras fronteiras

Um pouco antes ao evento, no dia 8

novembro, os Jogos Regionais irão integrar o Oeste, Sudoeste e Campos Gerais em Pato Branco. Atletas dessas regiões disputarão futebol suíço, vôlei de areia, tênis de campo, tênis de mesa, sinuca (mata 8), pôquer e truco. As inscrições para as modalidades coletivas deverão ser realizadas com o coordenador de cada regional. No caso das individuais, poderão ser feitas no dia do evento. Os Jogos terão início às 9h na sede da Regional Pato Branco.



Atletas do Norte festejam conquista de medalhas no evento do ano passado.

Tem obras nas regionais

Sedes do interior recebem melhorias, entre a mais comum está a instalação de ar condicionado

A série de obras da APCEF-PR também continua nas sedes do interior. Em Toledo, as melhorias incluíram pintura e instalação de ar condicionado no salão social. No dia 21 de outubro, um jantar na Regional, onde participaram cerca de 60 pessoas não só de Toledo, mas de Marechal Cândido Rondon e Santa Helena, marcou a instalação.

Na oportunidade, esteve presente o presidente da associação, Vilson Willemann, que convidou os não sócios a se filiarem, além de falar sobre todas as ações da APCEF-PR, desde abril de 2009, nas sedes de Curitiba, Caiobá e em quase todas



Visita a Cascavel, com coordenadores regionais: melhorias e sede ampliada.

as regionais. Ele deu ênfase às construções da sede de lazer e pesca de Porto Rico e de Alvorada do Sul, prevista para dezembro de 2014, além de academia de ginástica e musculação em Curitiba, prevista para ser concluída até fevereiro de 2015, e o novo ginásio poliesportivo de Maringá. Willemann agradeceu ao coordenador João Alberto Horn, representando os demais convidados.

Em Cascavel, o destaque foi a ampliação da sede em 60 m², com espaço dedicado às crianças, inclusive com brinquedos, colocação de vidros e pintura nova. Essas benfeitorias também foram conferidas por Willemann, mas no dia seguinte à visita a Toledo. Na Regional Cascavel, o presidente participou de um jantar com cerca de 40 associados, no qual fez explana-

ção sobre a entidade, e agradeceu a todos coordenadores, na pessoa de Mauro Luiz Misturini.

No dia 5 de novembro, será a vez de Paranavaí receber a presença do presidente para um jantar alusivo às melhorias na sede e colocação de ar condicionado. O equipamento ainda foi instalado em Cornélio Procópio, que passou por obras. Em Jacarezinho, o destaque foi a ampliação da sede, prevista para ficar pronta em dezembro.



Em Toledo, jantar em comemoração a instalação de aparelhos de ar condicionado e outras melhorias. No detalhe, um exemplar instalado.

Mais convênios e novos benefícios

Em quase um mês, a APCEF-PR formalizou pelo menos dez novos convênios com empresas de diversas áreas. Entre os destaques está a parceria com o Slaviero Hotéis, em cinco unidades, e com Ita Thermas Resort e Spa, em Santa Catarina, com desconto de diárias e pacotes de hospedagem. Na área de saúde, uma das novidades é o contrato de convênios assinado com o Hospital da Plástica de Curitiba.

Para usufruir dos serviços e produtos, basta apresentar a carteirinha de associado à empresa parceira. No site www.apcefpr.org.br, você encontra a relação de todas as empresas conveniadas.

Confira a maioria dos novos parceiros:

• Slaviero Hotéis

Endereço: Rua Senador de Alencar Guimarães, 50 - Centro
Rede Slaviero Curitiba-PR: Slaviero Slim Centro; Slaviero Suítes Curitiba; Slaviero Slim Alto XV; Slaviero Executive Batel e Slaviero Rockefeller.

Site: www.slavierohoteis.com.br e e-mail: reservas@slavierohoteis.com.br

Benefícios: desconto no valor da diária (base tarifa balcão).

• Ita Thermas Resort e Spa

Endereço: Rodovia SC 155 - km 72, Bairro Lago Azul - Santa Catarina.

Site: www.itathermas.com.br

E-mail: falecom@aitathermas.com.br

Benefícios: 15% (quinze por cento) de desconto no valor das diárias e pacotes praticados na época da hospedagem, exceto em pacotes de feriados nacionais prolongados e tarifas promocionais; 10% (dez por cento) de desconto no valor das diárias e pacotes nos feriados nacionais prolongados, a exemplo: pacotes de Natal, Reveillon, Carnaval, Páscoa, dentre outros.

• Formulashop Farmácia de Manipulação

Endereço: Rua Tibagi, 443 Centro

Telefone: (41) 3324-2000

E-mail: contato@formulashop.com.br

Benefícios: 20% de desconto em medicamentos manipulados, entrega grátis para Curitiba e até 30% de desconto para medicamentos genéricos ou similares e 10% suplementos.

• Hospital da Plástica de Curitiba

Endereço: Av. Candido Hartmann, 2010

Telefone: (41) 3027-1413

Site: www.hospitaldaplastiacuritiba.com.br

Benefícios: Tabela com valores exclusivos para funcionários da Caixa.

• Vida e Saúde Pilates Stúdio

Endereço: Avenida Cândido de Abreu, 526 cj. 207A

Telefone: (41) 8715-4444

Site: www.vidaesaudepilates.com.br

Benefícios: 10 % de desconto no pacote trimestral.

• NetLinguae Soluções em Idiomas

Endereço: Rua Dr. Alexandre Gutierrez, 747

E-mail: vendas5@netlinguae.com.br

Site: www.netlinguae.com.br

Benefícios: Aulas com 20% de desconto (40% para estudantes em horários diurnos), aulas *in company* (10-20 participantes) e 60% (não incluso deslocamento e material didático).

Novos sócios

Conheça os novos sócios (de agosto a 11 de outubro), a quem a APCEF dá as boas-vindas

Ana Laura Mascote Calixto

Bruna Scudlarek

Cacilda Mara Garcia

Cleiberton Ruela

Cristiane Aparecida Miotto

Daiana Vivian Duarte

Diogo Larossa Furlan

Eduardo Barcelos Munoz

Fabiana Groskopf

Felipe Yasuo Nakamatsu

Flávio Junho Espiga

Gisele Zinco

Guilherme Borges Alves da Silva

Guilherme Lenartovicz Santos

Helton Gabardo

Henrique da Silva Correa

Henrique de Andrade Portilho Leonardi

Hernande Cabral de Oliveira

Higor Ricardo Puliquezi

Humberto Vinicius Paulino Baena

Indianara Lourenco Ribeiro

José Renato Dario

Josiane de Fátima Jaeger

Júlio Cesar Gomes do Prado

Larissa Zadinello

Leticia Garzone Ozanan Carneiro

Luisa Daher

Luiz Carlos Nerez de Souza

Luiz Júnior da Silva

Marcelo Gaspar

Milena Dias Bochnia Souza

Natalino Pereira da Cruz

Priscila Diniz

Rafaela Mariah Ângelo

Renata Pombo de Souza

Renato de Oliveira

Rodrigo Przybycien

Rosemeri de Fátima Dall Agnol

Steffane Alves de Azevedo

Vagner Leão Hisamura Gevigier

Vanessa de Oliveira Ribeiro Bueno

Waniele Smitek Dzadzio

NOVO CONVÊNIO

AAPCEF-PR e a Eckhardt Corretora de Seguros de Pessoas firmaram junto à Previsul Seguradora, do Grupo Caixa Seguros, contrato de seguros de vida e acidentes pessoais. Trata-se de apólice com ótimas coberturas e excelente custo benefício.

É mais uma opção que oferecemos aos nossos associados e/ou funcionários da Caixa Econômica Federal.

Para mais informações e agendamento, contate ailsonmartins@eckhardtcorseg.com.br ou ligue para (41) 3336- 3717 (falar com Ailson, Paula ou Camila).

Consulte-nos:
Eckhardt Corretora de Seguros de Vida
parceira da Projeção Corretora de Seguros.


PROJEÇÃO
CORRETORA DE SEGUROS


Eckhardt
Corretora de Seguros de Pessoas

Baile do Havaí

Dia 29 de novembro

Em Curitiba, animação com a Memories Banda Show

Na sede social, a partir das 23h

Mais informações e reservas na secretaria da APCEF-PR ou pelo telefone (41) 3083-1001

Em Londrina, animação com a Banda The Champ

Na sede da Regional Londrina, a partir das 22h

Mais informações e reservas pelo (43) 3337-7556 ou pelo apceflondrina@apceflondrina.org.br



ESCOLHA SEU ESTILO DE
VIAGEM E **DEIXE A GENTE
CUIDAR DE SUAS FÉRIAS**

PLANO DE FÉRIAS
PROGRAMADAS

PAR
FÉRIAS



Administração
dos planos:

RDC
Férias

Operação
turística:

RDC
Viagens

Para mais informações:

www.rdcferias.com.br

(11) 2172-0275 / 4096-0275