



PALAVRA DO PRESIDENTE

Caros associados e associadas!

Com a chegada do outono renovamos nossa reflexão e determinação. Essa estação nos lembra que preservar raízes e fortalecer laços é essencial para seguir em frente com esperança e equilíbrio.

Em março celebramos o mês das mulheres homenageando a história, a coragem e a contribuição das mulheres aposentadas e pensionistas que representam força e dedicação em nossa comunidade.

No plano nacional seguimos engajados pela aprovação do Projeto de Lei 4434/2008 de autoria do senador Paulo Paim que dispõe sobre o reajuste dos benefícios mantidos pelo regime geral de previdência social e o índice de correção previdenciária. O projeto foi aprovado no Senado Federal em 2008 mas permanece engavetado na Câmara dos Deputados há muitos anos esperando votação em plenário apesar de esforços e pedidos de urgência apresentados por deputados e lideranças da categoria para que seja incluído na pauta de votação e apreciado pelos parlamentares.

A aprovação do PL 4434/2008 é importante para milhões de aposentados e pensionistas que tiveram seus benefícios corroídos ao longo do tempo. A mobilização de todos divulgando a causa, conversando com deputados federais e fortalecendo as redes de representação e apoio é

fundamental para dar visibilidade política a essa pauta e tentar acelerar sua apreciação no processo legislativo.

Nossa luta por dignidade e justiça na renda dos aposentados e pensionistas continua. Que o espírito de renovação do outono e a força das mulheres nos inspirem a seguir unidos firmes na defesa dos direitos de toda a nossa comunidade.

Com respeito e solidariedade

Ronaldo Menezes

Presidente ASAPREV-RJ

Aconteceu!

Samba da ASAPREV-RJ

Letra: Elton Melodia e ASAPREV-RJ

*Sua vida de aposentado vai começar,
A ASAPREV vai te orientar,
Se já é aposentado,
Vai ter o apoio que precisar.*

(A ASAPREV)

A ASAPREV

Protege os seus direitos

O aposentado em "Primeiro Lugar"

São 40 anos de história, vem também.

Vem pra ASAPREV, pode vir, Vem!!!



 (21) 98521-0568  (21) 2544-3396

40 anos ASAPREV-RJ



Visite nosso Instagram!

Veja e ouça o nosso samba lá!

www.instagram.com/asaprevrj

MULHERES DE LUTA

Mulher, envelhecimento e poder: a trajetória de Maria Ponciano

Psicóloga formada pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) em 1976 e ex-auditora do Banco Central do Brasil, Maria José Ponciano Sena Silvestre construiu uma trajetória marcada pela militância política e pela defesa dos direitos das pessoas idosas.

Seu engajamento com a pauta do envelhecimento começou em 1999, Ano Internacional da Pessoa Idosa. A partir desse momento, passou a atuar no Instituto Vivendo e no Fórum Permanente da Política da Pessoa Idosa, integrando também articulações nacionais e redes latino-americanas dedicadas ao tema do envelhecimento. Para Maria Ponciano, envelhecimento e condição feminina são temas profundamente interligados. Ela observa que o movimento de mulheres, ao longo de décadas, concentrou grande parte de suas lutas nas questões que envolvem a vida feminina até a menopausa, deixando muitas vezes em segundo plano as demandas específicas das mulheres idosas.

Maria destaca que o artigo 22 do Estatuto do Idoso determina a inclusão do tema envelhecimento nos currículos escolares. No entanto, segundo ela, essa determinação raramente é cumprida de forma efetiva no país.

Inspirada no conceito de “violência simbólica”, desenvolvido pelo sociólogo Pierre Bourdieu, Maria Ponciano avalia que a ausência dessa discussão na formação educacional reproduz desigualdades de maneira silenciosa. Para ela, quando o envelhecimento não é debatido desde cedo nas escolas, perpetuam-se preconceitos e práticas de exclusão contra pessoas idosas.

Outro ponto destacado por Maria é a sobrecarga histórica das mulheres no cuidado familiar. Mesmo após décadas



de avanços sociais, são elas, e especialmente as mulheres idosas, que continuam assumindo grande parte das responsabilidades com netos, familiares dependentes e outros idosos.

Neste mês dedicado às mulheres, a ASAPREV-RJ parabeniza todas as mulheres que, com coragem e dedicação, ajudam a construir uma sociedade mais justa e solidária. A entidade registra, de forma especial, seu reconhecimento à trajetória de Maria Ponciano, exemplo de compromisso com as causas sociais, com a defesa dos direitos das mulheres e das pessoas idosas, inspirando novas gerações a seguir na luta por respeito, dignidade e cidadania.

LEMBRETES:

A ASAPREV-RJ iniciou o ano com encontros, atividades culturais e novas articulações. Confira alguns destaques de janeiro e fevereiro.

- Samba da ASAPREV-RJ

Em janeiro, na última reunião do mês, aconteceu o samba da ASAPREV-RJ, em um momento de confraternização e descontração entre os associados. A letra do samba acompanha esta edição.

- Campanha solidária

Já estamos preparando a campanha do próximo trimestre em prol do Lar Mãe Ritinha. Entre abril, maio e junho arrecadaremos lacres de latinhas e tampas plásticas. Pedimos que o material seja entregue, de preferência, lavado, por questões de higiene. Em breve divulgaremos novas informações e as regras da campanha.



- Destaque literário que vem por aí

Fechando esta coluna com elegância, em breve teremos também o lançamento do novo livro do Doutor Reginaldo Mathias, que promete ser mais um momento especial de celebração da cultura e da produção intelectual entre os amigos e associados da ASAPREV-RJ.



O OUTONO

Uma das quatro estações do ano, além do verão, inverno e primavera. No nosso país o outono começa no mês de março terminando em junho e traz uma paisagem marcada pela queda das folhas e das temperaturas com dias mais curtos. Iniciam o período das colheitas de diversas frutas e nas regiões do país a plantação de várias verduras e legumes.

O escritor Rubens Braga em sua crônica; Chegou o outono, narra como sentiu os efeitos dessa estação. “O outono invadiu o reboque. Invadiu e bateu no lado esquerdo de minha cara sob a forma de uma folha seca. Atrás dessa folha veio um vento, e era o vento do outono. No Rio de Janeiro faz tanto calor que depois que acaba o calor a população continua a suar gratuitamente e por força do hábito durante quatro ou cinco semanas ainda. O outono chegou.”

Já na visão do cantor e compositor Chico César em sua versão musical Outono aqui. Tem em uma de suas estrofes o verso:” Caiu a flor, as folhas caem, tem outra cor, triste demais.”

Para a dupla desfeita de Sandy & Junior na musica que cantavam juntos As quatro estações, o outono compartilha sua presença na descrição de outras estações. “ Passa o inverno, chega o verão, o calor aquece minha emoção, não pelo clima da estação, mas pelo fogo dessa paixão. E segue com sua narrativa : Na primavera calmaria, tranquilidade, uma quimera, queria sempre essa alegria, viver sonhando, quem me dera.

Enfim essa canção alerta o que representa essa estação.” No outono é sempre igual, as folhas caem no quintal, só não cai o meu amor, pois não tem jeito, é imortal.”

Na criação dos seres, parte-se de uma semente de compartilhamento, nas plantas semeamos para uma boa colheita. Nascer, crescer, reproduzir é uma finalidade da existência.

Ivonete Bueno
Associada ASAPREV-RJ

Pensadores de diferentes épocas mostram como a presença, a responsabilidade pessoal e o equilíbrio interior contribuem para uma vida mais significativa em todas as fases da vida.

Ao longo da história, diversas tradições espirituais e correntes filosóficas refletiram sobre o tempo, a consciência, a responsabilidade individual e a felicidade. Apesar das diferenças culturais e temporais, há um ponto comum entre essas ideias: a vida acontece no presente e as escolhas cotidianas moldam nossa experiência de felicidade futura. Para aposentados e pensionistas, esse olhar pode significar ressignificar o cotidiano, valorizar o agora e fortalecer o bem-estar emocional e social. A reflexão consciente favorece mais serenidade e propósito.

A ASAPREV-RJ, comprometida com a dignidade e qualidade de vida de seus associados, destaca as seguintes citações para inspirar pausa, reflexão e fortalecimento interior:

“Cada dia que amanhece assemelha-se a uma página em branco, na qual gravamos os nossos pensamentos, ações e atitudes. Na essência, cada dia é a preparação de nosso próprio amanhã.”

Chico Xavier

“Não viva no passado, não sonhe com o futuro; concentre a mente no momento presente.”

Buda

“Não existe um caminho para a felicidade. A felicidade é o caminho.”

Thich Nhat Hanh

“A vida é agora. Nunca houve um momento em que a sua vida não fosse agora, nem nunca haverá.”

Eckhart Tolle

“A felicidade é quando o que você pensa, o que você diz e o que você faz estão em harmonia.”

Mahatma Gandhi

“Enquanto adiamos, a vida passa.”

Sêneca

Os autores citados compartilham a valorização da consciência do tempo presente e da responsabilidade individual como caminhos para uma vida mais equilibrada e significativa. Suas ideias, provenientes da espiritualidade e da filosofia, convidam à pausa, ao autoconhecimento e à construção de uma felicidade acessível em qualquer fase da vida.

Ao trazer essas reflexões aos seus associados, a ASAPREV-RJ reafirma seu compromisso com o cuidado integral, o bem-estar e a valorização da trajetória de vida de cada um.



A Nova Face dos Golpes Bancários: Atenção Redobrada para Aposentados e Pensionistas

Nos últimos anos, o Brasil tem assistido a uma verdadeira **explosão de fraudes bancárias e golpes digitais**. O avanço da tecnologia trouxe muitos benefícios, mas também abriu espaço para criminosos cada vez mais organizados e sofisticados. Entre as principais vítimas estão **aposentados e pensionistas**, frequentemente escolhidos por golpistas que exploram a confiança, a boa-fé e, muitas vezes, a urgência emocional.

Um tipo de fraude que vem crescendo desde **2023** envolve algo ainda mais preocupante: **o uso indevido do nome de advogados e de escritórios de advocacia** para enganar clientes que possuem ou possuíram processos judiciais.

Como funciona o golpe

Os criminosos se aproveitam de uma característica do próprio sistema judicial brasileiro: **muitas informações processuais são públicas**. Dados de processos podem ser encontrados em diversos sites jurídicos, como o conhecido **Jusbrasil**, além de páginas oficiais de tribunais.

- A partir dessas informações públicas, os golpistas fazem o seguinte:
- Identificam **nomes de advogados, clientes e números de processos reais**;
- Copiam **fotografias verdadeiras de advogados** disponíveis na internet;
- Utilizam **dados pessoais obtidos ilegalmente**, como telefones e informações básicas;
- Criam **documentos falsos**, simulando sentenças judiciais ou extratos bancários.
- Em seguida, entram em contato com as vítimas — geralmente por **WhatsApp** — afirmando que **o processo foi ganho e que existe dinheiro disponível para saque**.

Mas há uma condição: para “liberar o valor”, pedem que a vítima faça **um depósito via PIX**, normalmente em conta de terceiros.

É aí que mora o golpe.

Um alerta muito importante

É fundamental deixar claro:

Quem vence uma ação judicial NÃO precisa pagar nenhum valor para receber o dinheiro da causa.

Se houver valores a receber, o pagamento ocorre por meios oficiais da Justiça, como **RPV ou precatório**, e eventuais honorários são descontados conforme contrato previamente firmado com o advogado.

Portanto, **ninguém precisa fazer depósito antecipado para liberar valores de processo**.

Sempre que alguém exigir pagamento para “destravar”, “liberar” ou “autorizar” levantamento judicial, **desconfie imediatamente**.

Em caso de dúvida, pare e verifique

Lembre-se sempre:

Se você venceu uma ação judicial, **não precisa pagar nada para receber o que é seu**.

O dinheiro da Justiça **não se libera por PIX, nem por depósitos antecipados**.

Golpistas vivem de pressa e pressão. A Justiça, ao contrário, **funciona com transparência e formalidade**.

Na dúvida, **pare, respire e confirme diretamente com seu advogado**.

O Tempo é o seu e não do outro: no telefone ou na internet, não decida nada às pressas.

Seu cuidado pode impedir que criminosos levem embora o fruto de uma vida inteira de trabalho.

Conte sempre com a **ASAPREV** e com seu corpo jurídico!

Reginaldo Rama Mathias

Advogado – OAB/RJ nº 99.547

@rmathiasadv

Reginaldo Mathias
A D V O G A D O S



Nossa Missão

Prestar serviços jurídicos de qualidade, por profissionais e colaboradores capacitados, comprometidos com os interesses dos nossos clientes e com os mais elevados conceitos de ética, credibilidade e excelência, mantidos por nossa equipe há mais de cinquenta anos.

