

ATENTE-SE, APOSENTADO!



1º DE MAIO: UM DIA PARA CELEBRAR AS CONQUISTAS SINDICAIS

O Dia do Trabalho, comemorado em 1º de maio, tem suas origens profundamente entrelaçadas com a luta e a resistência dos trabalhadores ao longo da história. O sindicalismo emergiu como uma força vital na defesa dos direitos dos trabalhadores, incluindo aqueles que já se aposentaram.

Movimentos sindicais e ativistas lideraram demandas por jornadas de trabalho justas, condições laborais seguras e salários dignos. Apesar das adversidades, o legado desses movimentos persiste até os dias de hoje. O Dia do Trabalho continua sendo uma ocasião para celebrar as conquistas e para refletir sobre os desafios contínuos, renovando o compromisso com a busca por justiça social e condições dignas de trabalho.



Comemoração de 1º de maio em São Bernardo do Campo, São Paulo em 1980. Fotografia: SMABC

COMO CRIAR UM ORÇAMENTO PARA REALIZAR SEUS SONHOS?

No mês anterior você fez um planejamento. Agora, vamos fazer um orçamento e encontrar espaço para realizar aqueles objetivos. No topo de uma folha de caderno ou em uma planilha, anote as suas receitas. Crie espaços para grupos de despesas, como alimentação, moradia, saúde, lazer, pet, despesas financeiras, etc. Na primeira linha de cada grupo vá tentando definir um limite de gastos. Depois, no dia a dia, vá anotando e conhecendo seu orçamento. As compras parceladas devem ser registradas uma a uma conforme vão sendo pagas. Identifique despesas que podem ser eliminadas e outras que podem ser reduzidas. Renegocie sempre que possível. Confira para onde o seu dinheiro está indo e comece a controlá-lo. É você que manda no seu dinheiro!

Elisete Kronbauer – Economista da UFSCM

O DIREITO À SAÚDE DA PESSOA IDOSA: DIGNIDADE E BEM-ESTAR NA TERCEIRA IDADE

Assegurado pelo Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741/2003) e pela Constituição Federal, o direito à saúde da pessoa idosa se configura como um pilar fundamental para a promoção da dignidade e do bem-estar durante a terceira idade.

No Brasil, o Sistema Único de Saúde (SUS) é o principal responsável por garantir o acesso universal e igualitário à saúde para todos os brasileiros, incluindo os idosos. Isso significa que eles têm direito a:

- consultas médicas e odontológicas;
- exames complementares;
- medicamentos gratuitos;
- internações hospitalares;
- reabilitação física e psicossocial;
- programas de prevenção e campanhas de vacinação.

O direito à saúde da pessoa idosa vai além do acesso aos serviços básicos.

É dever de toda a sociedade exigir dos governos que invistam na formação de profissionais, melhorem a infraestrutura dos serviços de saúde, ampliem as campanhas de prevenção e informação e fortaleçam o controle social para garantir o direito à saúde da pessoa idosa, pois trata-se de um compromisso de toda a sociedade.



Giovani Bortolini - Assessor Jurídico da ATENS/UFSM

Aposentado, não deixe de fazer parte do nosso grupo no WhatsApp para receber materiais exclusivos! Para participar é só entrar em contato com a Diretora de Aposentados, Vania Durgante, ou com a Comunicação através do WhatsApp (55) 99165-3391.

EXPEDIENTE:

Produção: Diretoria de Aposentados da ATENS/UFSM

Elaboração e diagramação - Assessoria de Comunicação da ATENS/UFSM

Av. Roraima nº 1000, Prédio 03, sala 07 - Centro comercial. Camobi. CEP 97105-900 - Santa Maria/RS