

O APOSENTADO & PENSIONISTA

Orgão Oficial da Associação dos Trabalhadores Metalúrgicos Aposentados e Pensionistas dos Municípios de Santo André, Mauá, Ribeirão Pires e Rio Grande da Serra

Presidente: Cícero Martinha

f /associacaoaposentadosabc

Edição 301 • Abril de 2026



ASSEMBLEIA DESTACA LUTA DAS MULHERES E COMBATE AO FEMINICÍDIO



Associação reforça a força e a valorização feminina



**1º DE MAIO
É LUTA!**

**Aposentados
ampliam a
luta em defesa
de direitos**

**13º ANTECIPADO:
ALÍVIO NO BOLSO**

**INSS paga
benefícios entre
abril e maio; veja
quem tem direito**

**DA ROTINA AO MAR:
UM DIA DE DIVERSÃO**

**Passeio à Praia Grande
vira tradição e fortalece
laços entre associados**

Sede: Rua Gertrudes de Lima, 202. - Santo André Telefones: (11) 99560-6523 | (11) 4459-5978

Atendimento: de segunda a sexta das 8h às 17h

Colônia de Férias: (13) 99645-9287

1º DE MAIO: DIA DE LUTA E DE DEFESA DA APOSENTADORIA DIGNA



Cícero Martinha
Presidente da Associação
dos Aposentados e
Pensionistas

O calendário avança, mas há datas que não passam se levantam. O 1º de Maio é uma delas. Não é só feriado: é memória viva de quem construiu este país com as próprias mãos. É o dia em que o trabalhador, da fábrica ao escritório, da ativa à aposentadoria, se

reconhece como parte de uma história coletiva feita de suor, coragem e direitos conquistados na marra.

Para quem já deu sua jornada nas linhas de produção, o 1º de Maio tem um sabor ainda mais profundo. É o reencontro com uma vida inteira de contribuição, com madrugadas acordadas, metas batidas, máquinas ligadas e sonhos sustentados. São milhões de brasileiros e brasileiras que ergueram a economia deste país e que, agora, merecem mais do que lembrança: merecem respeito, dignidade e segurança para viver bem a terceira idade.

Mas é impossível falar de aposentadoria sem lembrar os retrocessos recentes. A reforma da Previdência, aprovada em 2017,

deixou marcas profundas na vida do trabalhador. Endureceu regras, aumentou o tempo de contribuição e tornou mais difícil o acesso a um benefício justo.

E é por isso que, ano após ano, o Dia do Trabalhador também é marcado pela luta. Nos atos das centrais sindicais, ecoa uma pauta que não envelhece: aposentadoria digna, valorização dos benefícios, acesso à saúde, políticas públicas que não virem as costas para quem já fez tanto.

A nossa Associação, ao lado do Sindicato dos Metalúrgicos de Santo André e Mauá, não abre mão dessa bandeira. Seguimos firmes na cobrança por ações e medidas que garantam justiça social e respeito aos aposentados.



PLANTÃO JURÍDICO

Dra. Alessandra: segunda e quarta, das 9h às 12h
Dr. Lira: terça e quinta, das 9h às 12h.

ATENDIMENTO MÉDICO

Dra. Bernadete
Ginecologista
Clínica geral
Atende com agendamento, **toda quarta e sexta.**
Falar com Viviane no Departamento Médico:
(11) 4993-8999

JOGOS DE SALÃO

Sinuca, dominó e truco
Toda **segunda, quarta e sexta**, das 10h às 17h.
Terça e quinta, das 11h30 às 17h.

FAÇA SEU IMPOSTO DE RENDA NA ASSOCIAÇÃO



A Declaração do Imposto de Renda 2026 fica mais simples, segura e sem dor de cabeça quando está nas mãos de quem conhece a realidade do trabalhador. Na Associação, uma equipe especializada cuida de tudo pra você do preenchimento à entrega, com confiança, orientação e responsabilidade.

Atendimento de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, e também no 2º sábado do mês, das 8h às 12h.

Endereço: Rua Gertrudes de Lima, 202 – Centro – Santo André.
Informações pelo telefone (11) 94287-4097, com Sandra.

R\$ 80 para sócios

R\$ 100 para não sócios

ANIVERSARIANTES DO MÊS!



Jonas Alves
28/04



José Braz (Fofão)
28/04

NA ASSEMBLEIA DE MARÇO, A FORÇA DA MULHER FLORESCEU EM RESISTÊNCIA

Entre palavras, memória e afeto, ato celebrou as mulheres e reforçou a urgência do combate à violência doméstica

A Assembleia de março foi um encontro de sentimentos. Em meio às falas e aos informes, a diretoria conduziu um momento especial de homenagem às mulheres. Não se tratava apenas de lembrar datas, mas de dar nome às histórias muitas vezes silenciadas e de reafirmar que a violência contra a mulher não pode ser naturalizada.

O presidente da Associação, Cícero Martinha, trouxe à tona um alerta que ecoou entre os presentes: o Brasil segue registrando números alarmantes de feminicídio. “Não podemos fechar os olhos. É preciso agir, denunciar e transformar essa realidade”, reforçou, convocando cada pessoa ali a ser parte ativa dessa mudança.

Na mesma direção, a diretora Ilsa Moura emocionou ao lembrar que muitas mulheres foram ensinadas a suportar em silêncio. “Muitas mulheres da nossa geração aprenderam a suportar em silêncio. Hoje precisamos reafirmar que violência é crime e precisa

ser denunciada”, disse, em palavras que encontraram eco na experiência de muitas ali presentes.

Já a diretora Lia Bernardes destacou o sentido coletivo e histórico da celebração. “Todas nós carregamos histórias de luta e de avanço. Esse é um tempo de reconhecer o quanto já caminhamos e o quanto ainda precisamos seguir”, afirmou. Na mesma linha, a companheira Sueli trouxe à tona a dimensão do afeto como força política, falando sobre o amor, o companheirismo e a força da mulher, encerrando com um posicionamento firme: “é preciso dizer não ao feminicídio”.

E, como quem planta esperança no meio do concreto, a assembleia terminou com um gesto simples e cheio de significado. Além dos tradicionais sorteios, cada mulher recebeu um pequeno vaso de suculenta. Planta de resistência, que floresce mesmo em condições adversas, a suculenta simboliza a força silenciosa e persistente das mulheres.



Companheiras marcam presença na assembleia



Mulheres recebem plantas suculentas como símbolo de força e resistência



Diretoras entregam os prêmios sorteados na homenagem

Presidente Cícero discursa sobre a luta contra o feminicídio



Mulheres: força e coragem!



Próximas assembleias:
11/04 e 09/05

ÚLTIMA QUARTA É DIA DE PRAIA: PASSEIO À COLÔNIA DE FÉRIAS VIRA TRADIÇÃO ENTRE ASSOCIADOS



Todo mês, na última quarta-feira, a rotina ganha outro ritmo para os associados. É dia de colocar o pé na estrada — e, logo depois, na areia. O passeio para a Colônia de Férias, na Praia Grande, já se tornou um compromisso especial na agenda da Associação dos Aposentados, daqueles que não se desmarcam: se

aguardam com entusiasmo.

Mais do que uma viagem, o encontro carrega o valor da convivência. Entre conversas, risadas e o barulho do mar ao fundo, o passeio fortalece laços e cria novos vínculos. É um respiro necessário, um lembrete de que o tempo também pode ser vivido com leveza, partilha e pre-

sença.

Para que tudo funcione bem, a Associação também cuida da parte prática. Hoje, o passeio conta com a parceria de um estacionamento próximo, que abre às 5h30 da manhã e permite que o associado deixe o carro o dia inteiro por um valor acessível. Um detalhe que faz toda a diferença para garantir tranquilidade desde a saída até o retorno.

À frente dessa organização está o diretor Jorge Gonçalves, que acompanha de perto cada etapa do passeio, garantindo

que tudo aconteça com cuidado e atenção. “É um momento de convivência e bem-estar”, destaca, resumindo o espírito de uma iniciativa que vai além da logística e se transforma em experiência coletiva.

Para o presidente Cícero Martinha, o passeio carrega um significado ainda mais profundo. “Mais do que uma ida à praia, esse momento reafirma aquilo que a Associação acredita e pratica todos os dias: envelhecer com dignidade também é ter tempo para o lazer, para o convívio e para a alegria”, afirma.

PRÓXIMOS PASSEIOS PARA COLÔNIA DE FÉRIAS:

29 DE ABRIL e 27 DE MAIO

SERVIÇOS:

Quando: toda última quarta-feira do mês

Onde: Colônia de Férias na Praia Grande

Saída: Sede da Associação em Santo André

Estacionamento parceiro, aberto: a partir das 5h30

APOSENTADOS E PENSIONISTAS DO INSS TERÃO O 13º SALÁRIO ANTECIPADO

Os aposentados e pensionistas do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) irão receber os depósitos referentes ao 13º salário nos meses de abril e maio. O calendário de pagamento da primeira parcela vai de

24 de abril até 8 de maio. A segunda parcela será paga de 25 de maio a 8 de junho. Ela traz o valor restante e pode incluir descontos, como Imposto de Renda, quando for aplicável.

Quem terá direito

Terão direito à antecipa-

ção do 13º quem recebeu, em 2026, benefício por incapacidade temporária, auxílio-acidente, aposentadoria, salário-maternidade, pensão por morte ou auxílio-reclusão.

Quem não tem direito

Não recebem o 13º salá-

rio pessoas contempladas pelo Benefício de Prestação Continuada (BPC), pago a idosos com mais de 65 anos e pessoas com deficiência - desde que comprovem baixa renda - e beneficiários de Renda Mensal Vitalícia.

SEU PAGAMENTO TEM DIA CERTO

ATÉ UM SALÁRIO MÍNIMO

	Final	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0
Mês	ABR	24/abr	27/abr	28/abr	29/abr	30/abr	4/mai	5/mai	6/mai	7/mai	8/mai
	MAI	25/mai	26/mai	27/mai	28/mai	29/mai	1/jun	2/jun	3/jun	5/jun	8/jun

ACIMA DE UM SALÁRIO MÍNIMO

	Final	1 e 6	2 e 7	3 e 8	4 e 9	5 e 0
Mês	ABR	4/mai	5/mai	6/mai	7/mai	8/mai
	MAI	1/jun	2/jun	3/jun	5/jun	8/jun

CUIDADO COM O GOLPE!

Não envie suas informações para ninguém e se foi vítima ou suspeita de golpe procure uma agência do INSS.