



Depois de 20 anos de dedicação à Caixa, Luiz Roberto Xavier, 61 anos, se dobra entre o trabalho como terapeuta e os dois programas de rádio que comanda em Piracicaba. Quando ainda era empregado do banco, Xavier decidiu continuar os estudos de psicologia, não queria se aposentar e deixar de trabalhar.

“Fiz vários cursos, as pessoas não se preparam e o banco toma conta da vida da gente, sempre falei para o pessoal ‘não fique parado’, a gente tem que se aperfeiçoar sempre”, explicou.

Xavier lembra que acompanhou a situação de vários colegas que entraram em depressão, principalmente diante das perspectivas de vida pós-aposentadoria. “Nem

todos têm condições de se preparar como eu. Muitos sonham em realizar algo, ter um negócio próprio, mas não têm suporte financeiro e isso pode deprimir as pessoas, antes mesmo de se aposentarem”, ressaltou Xavier.

Hoje, Luiz trabalha como psicólogo clínico e terapeuta sexual. Mas esta atividade o levou além: “Uma vez fui convidado para dar uma entrevista sobre abuso sexual e pedofilia. Era uma entrevista ao vivo e o âncora do programa gostou, então me convidou para fazer um programa semanal aos sábados pela manhã, ao vivo. Fiquei sete anos nesse programa”, contou.

Depois, por iniciativa do próprio aposentado, foi criado um programa na mesma

rádio com foco em sexualidade. “Queria que fosse um programa preventivo, com dicas, então montei um piloto e a presidente da rádio adorou. Já faz 16 anos que estou na rádio”, completou, celebrando que muitos empregados da Caixa estão entre os ouvintes.

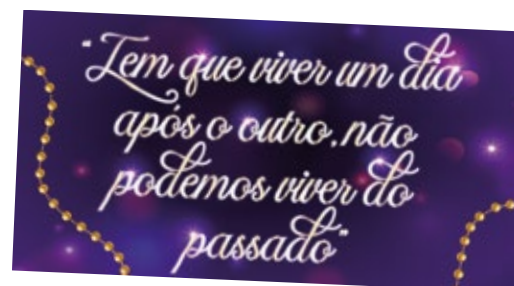
Toda terça-feira, às 8 horas, Xavier dá dicas sobre sexualidade e, nas quartas-feiras, às 20 horas, recebe convidados de diferentes áreas. “Este é um trabalho educativo, a rádio é uma das mais ouvidas da região”, contou. Para ouvir os programas, basta acessar www.educativafm.com.br.

Não bastassem tantas atividades, Xavier faz questão de manter a prática esportiva e faz parte do time de vôlei dos aposentados da Apea/Apcef. “Para jogar, viajo para São Paulo com muito gosto, seja no futebol ou no vôlei, nunca parei, atividade física é fundamental”.

Para os colegas que desejam se aposentar ou já estão aposentados e querem seguir ativos, construindo novas histórias como ele, Xavier dá a dica: “Tem que viver um dia após o outro, não podemos viver do passado”.

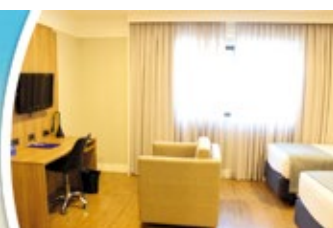


Luiz Roberto Xavier, ao centro, com a camisa 14, nos Jogos dos Aposentados 2018 no clube da APCEF/SP



Flat Paulista, a mais nova opção de hospedagem da APCEF/SP

Informações e reservas: (11) 3017-8300 ou flatapcef@apcefsp.org.br



Sede da APCEF está de portas abertas para recebê-lo dia 30 de julho

Um mix de atividades está programado para os aposentados em 30 de julho, terça-feira, a partir das 9 horas. Serão dois eventos: APCEF nos Passos da Cultura e APCEF de Portas Abertas.

O dia começa com um passeio pelo centro velho de São Paulo e parada para um cafezinho no Espaço Conviver, na sede da APCEF.

Logo após o almoço no Restaurante Peso Nobre, tem início o APCEF de Portas Abertas, com informações sobre as aulas de inglês e a oficina “Quem canta seus Bens encanta”, com a musicista Andressa Parra.

O dia fecha com a comemoração dos aniversariantes de maio, junho e julho.

Inscrições e informações pelo telefone (11) 3017-8339 ou e-mail convites@apcefsp.org.br.



APCEF de Portas Abertas em março, na sede da APCEF/SP, em comemoração do Dia da Mulher

Renove suas energias nas águas medicinais de Caxambu (MG)



Águas santas. Águas de cura. Águas medicinais. Estas são algumas das denominações dadas às características das águas de Caxambu, Minas Gerais, cidade onde encontra-se o maior complexo hidromineral do mundo.

É pra lá que a APCEF/SP vai levar de 19 a 23 de agosto, segunda a sexta-feira.

O roteiro inclui passeio no Par-

que das Águas - que oferece 12 fontes de águas minerais, gasosas e medicinais, cada uma delas com propriedades físico-químicas diferentes -, visita ao sítio Seival, em Baependi, ao lado de Caxambu, à cidade de São João Del Rei e Tiradentes.

Inscrições e informações pelo telefone (11) 3017-8339 ou e-mail convites@apcefsp.org.br.

Festa Junina dos Aposentados na Colônia de Suarã



APCEF nos Passos da Cultura no Templo Oriente e Sítio Nakahara

APCEF nos Passos da Cultura na Estação Ecológica Jureia-Itatins



Corrida Fenae do Pessoal da Caixa na Praia de Suarã



Para ver mais fotos e vídeos, acesse www.apcefsp.org.br > Informações > Multimídia

Aprenda inglês com a APCEF/SP



Terá início, em 1º de agosto, novas turmas de inglês para aposentados. As aulas acontecem na sede da APCEF/SP, bem pertinho da estação República do metrô.

Em 26 de junho foi realizada uma aula especial de fechamento do semestre, com o tema Restaurantes (foto). Os participantes aproveitaram para aprender mais da língua inglesa e se confraternizar.

Informações, (11) 3017-8358 ou convites@apcefsp.org.br.

Agenda

Julho

De 26 a 28 de julho

Canções e Recordações ao Som da Viola, na Colônia de Avaré

Dia 30

APCEF de Portas Abertas, na sede da APCEF/SP

Agosto

Dia 1

Início de novas turmas de inglês

Dia 19

Excursão para Caxambu (MG)

WhatsApp

Para receber informações das atividades da APCEF/SP pelo WhatsApp, adicione (11) 99900-3146 nos contatos do seu celular e envie mensagem com seu nome completo para o mesmo número.

Unidades de lazer

- Avaré, (14) 3848-3000
- Bauru, (14) 3234-6166
- Campos do Jordão, (12) 3042-2177
- Clube, (11) 5613-5600
- Flat, (11) 3017-8300
- Suarã, (13) 3426-3860
- Ubatuba, (12) 3832-2452

Expediente

Diretor-presidente: Kardec de Jesus Bezerra. Diretora de Imprensa: Claudia Fumiko Tome. Jornalistas (textos e revisão): Luana Arrais (Mtb 007108-4), Raquel Benini (Mtb 39.593) e Tania Volpato (Mtb 24.688). Diagramação e arte: Marcelo Luiz e Cláudia Tieri. Impressão: TM Gráfico. Tiragem: 4.500 exemplares. Sede: Rua 24 de Maio, 208, 10º andar, República, capital.