

# AABB

REVISTA DIRIGENTE



Publicação FENABB, Ano 14, edição 82  
JANEIRO A MARÇO de 2018



CINFAABB SALVADOR  
FICARÁ NA HISTÓRIA

ABEBEANO DE CORAÇÃO

HOSPEDAGEM E CAMPING

20 MOTIVOS PARA  
FREQUENTAR A AABB

ENTREVISTA COM

***Emanuel,***

EMBAIXADOR DO ESPORTE

PROGRAMAÇÃO  
FENABB 2018 **07**

FESTA POPULAR MAIS  
CELEBRADA NO BRASIL **20**

COPA DO MUNDO  
É NA AABB **30**



## 07 GESTÃO

Programação FENABB 2018.....	07
Seis ENCADs são realizados no primeiro trimestre de 2018.....	08

## 10 ABEBEANO DE CORAÇÃO

## 12 ACONTECEU NA AABB

## 16 ESPORTE, CULTURA E LAZER

CINFAABB Salvador ficará na história.....	16
Festa Popular mais celebrada no Brasil é sucesso nas AABBs.....	20
Hospedagem & Camping nas AABBs, mais opções pra você!.....	24

## 28 ESPECIAL

20 motivos para frequentar a AABB.....	28
Copa do mundo é na AABB.....	30

## 32 ARTIGOS

Dicas para escrever corretamente.....	32
Comentários às contribuições sindicais sob a ótica da Reforma Trabalhista.....	34
A importância da comunicação digital para os clubes.....	36
Depressão mal do século: Como prevenir?.....	38

## 39 COMUNICAÇÃO & MARKETING

O Portal do Programa AABB Comunidade está de cara nova.....	39
---	----

### CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

**Presidente:**

Rene Nunes dos Santos

**Vice-Presidentes titulares:**

Gustavo Boeira da Silva  
Jezreel Agra Cordeiro  
Pedro Carvalho Martins  
Pedro Paulo Campos Magno

**Suplentes:**

Dilson Piati, Hélio Luiz Otremba,  
Lucivaldo de Jesus Oliveira e  
Rafael Leite Figueiredo

### CONSELHO DELIBERATIVO

**Presidente:**

Haroldo do Rosário Vieira

**Titulares:**

Antonio Cladir Tremarin  
Daniel Liberato  
Carlos Alberto Guimarães de Sousa (Carlinhos)  
Ivorlei Fontana

**Suplentes:**

Alberto Luiz de Araújo Galvão, Melquíades de  
Oliveira Neto, Pedro Romero Guedes Amaro,  
Waldyr Peixoto Filho e Zaki Chagouri Ocke

### CONSELHO FISCAL:

**Presidente:**

Reinaldo Fujimoto

**Titulares:**

José Augusto de Oliveira  
Maurílio Gomes de Oliveira

**Suplentes:**

Francisco Paulino de Carvalho,  
Pedro Vilaça Neto e Regina Fátima de Souza Cruz

### INDICADOS PELO BANCO DO BRASIL:

André Teixeira Sereno  
Raimundo Moreira

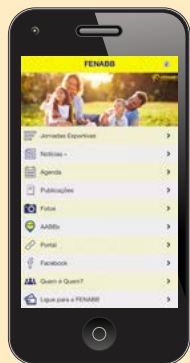
## DEPRESSÃO MAL DO SÉCULO: COMO PREVENIR? 38



### APP FENABB

Fique por dentro das notícias da FENABB e das AABBs.

Disponível para todas as plataformas.



FENABB - Federação Nacional de AABBs

#### Produção:

Núcleo de Comunicação

#### Redação e Correspondência

FENABB – Federação das AABBs SDS Ed. Boulevard

Center, 3º andar CEP: 70.391-900 – Brasília (DF)

Tel.: (61) 2106 1100 | Fax: 2106 1131

0800.704.2106

[www.fenabb.org.br/](http://www.fenabb.org.br/) [fenabb@fenabb.org.br](mailto:fenabb@fenabb.org.br)

Tiragem: 14.000

## PALAVRA DO PRESIDENTE

A velocidade da informação está obrigando as pessoas a pensar e agir com rapidez, para processar as novas ideias, que são atualizadas a todo instante. Por isso, alinhada às exigências da era da informação, da era digital e da sustentabilidade empresarial, a FENABB decidiu por disponibilizar no seu site e no App a Revista Dirigente no formato digital, deixando de enviar a versão impressa a partir de agora.

Nesse novo formato, a revista traz artigos interessantes, aliando histórias de sucesso no esporte, a arte de escrever corretamente, as novidades da reforma trabalhista, a importância da comunicação digital para os clubes e como prevenir o mal do século: a depressão.

Além disso, a Revista Dirigente mostra as realizações que acontecem no dia a dia dos clubes e que se transformam em belas histórias para serem compartilhadas com as AABBs de todo o País.

Como diz o adágio popular que uma andorinha só não faz verão, com as AABBs não é diferente, pois precisam ter importantes parceiros, entre os quais destacamos o administrador das suas agências de relacionamento. Nesse exemplar temos a grata satisfação de apresentar a trajetória de Vanduil José da Silva, Gerente Geral da Agência do Banco do Brasil em Curimatá (PI), parceiro de primeira linha, abebeano de carteirinha desde quando entrou no Banco como Menor Aprendiz: um abebeano de coração.

Temos também um evento que nos enche de orgulho e emoção: o CINFAABB. No mês de março, nossa afiliada em Salvador (BA) recebeu mais de 2.500 pessoas para participar do XXIV Campeonato de Integração dos Funcionários Aposentados do Banco do Brasil. Desse contingente, 1.465 eram atletas, que deram show em diversas modalidades esportivas, num clima de conagração e espírito de equipe. A todos nosso reconhecimento e congratulações.

Não poderíamos deixar de falar sobre o maior evento esportivo mundial: a copa do mundo da Rússia. Entendemos ser um período com oportunidades excepcionais para as AABBs promoverem a integração dos associados com a comunidade.

Finalmente, listamos vinte motivos para associar-se a uma AABB, além de mostramos as opções de hospedagem ofertadas pelos clubes, seja por meio da utilização dos chalés, seja pela utilização dos espaços de camping.

Tenha uma excelente leitura e fale conosco sempre que precisar. Inclusive, se quiser sugerir alguma pauta para a próxima edição, envie um e-mail para [fenabb@fenabb.org.br](mailto:fenabb@fenabb.org.br).

Forte abraço!

**Rene Nunes dos Santos**  
Presidente da FENABB



ENTREVISTA COM  
*Emanuel,*  
EMBAIXADOR DO ESPORTE

**E**m todo o país, o esporte abebeano é fortalecido e expandido através de diversas ações. Incentivar a prática esportiva é um dos maiores atributos das Associações Atléticas Banco do Brasil - AABBs. Pensando em levantar ainda mais a bandeira esportiva, esta edição da Revista Dirigente traz uma entrevista motivadora com Emanuel Fernando Scheffer Rego, um dos maiores esportistas do Brasil. Nome conhecido nos meios esportivos, respeitado entre os brasileiros e reconhecido como o jogador com mais títulos no voleibol de praia, além de ter sido escolhido como Atleta da Última Década do Século. Nascido em Curitiba, no dia 15 de abril de 1973, sua carreira no vôlei começou pela versão indoor, defendendo o Curitibano, no Paraná. Em 1991, Emanuel passou a jogar paralelamente na praia, modalidade que viria a optar para dedicação exclusiva mais à frente.

Embarque conosco nesse jogo de perguntas e respostas e não perca um só lance dessa jogada.

**Para muitos o esporte serve para a busca de um corpo perfeito, já outros acreditam que as atividades físicas são importantes para uma vida saudável. E você, com essa bagagem vasta, como avalia a prática esportiva? Sua avaliação de hoje é a mesma de quando começou a praticar esportes?**

Acredito muito que a atividade física traz uma vida saudável. A rotina de você ter uma atividade esportiva, pelo menos duas ou três vezes na semana, melhora muito a autoestima e a vontade pessoal de realizar. Eu acredito que nosso corpo se acostuma com o exercício e isso apresenta vários benefícios a nível fisiológico e até mecânico. Acredito, principalmente, que a prática esportiva pode ajudar a manter a nossa longevidade. Em minha experiência durante tantos anos praticando atividade física, desde quando comecei a praticar o vôlei pelos 11 anos de idade e até encerrar a minha carreira aos 44, o esporte refletiu positivamente na minha saúde. O meu corpo responde muito bem aos estímulos que eu tenho. Depois de 30 anos fazendo esporte, eu sou muito

mais saudável do que eu poderia ser.

**É importante que as AABBs tenham Escolinhas Esportivas? É possível destacar pontos positivos e negativos da iniciação esportiva na infância?**

No meu ponto de vista é fundamental ter escolinhas esportivas de todas as modalidades. Porque uma estrutura como a da AABB é uma oportunidade que os jovens têm de ter contato com o esporte e aprender um pouco mais. E também dos próprios funcionários ou pais levarem seus filhos para um lugar saudável. Quando você está em uma escolinha você não aprende só a modalidade, você aprende a socializar, aprende a ter regras, a cumprir horários, manter amigos. Nesse momento em que a sociedade está mais voltada para o uso de tecnologias, o esporte faz com que você aprenda a interagir com outras pessoas e viver na coletividade. A primeira coisa que você tem que pensar na escolinha na infância são os profissionais. Tem que ter profissionais adequados para cada faixa etária. A criança mais nova tem que aprender

através da recreação, recrear para aprender. Em um segundo estágio começar a moldar essa criança para entender as regras do jogo e começar a competir. E no terceiro momento estar preparada para entrar em competição e aprender tudo que tem no lado emocional, na diversão com a vitória, além de saber também os valores das vitórias e das disputas contra outras equipes.

**Ao longo de sua carreira, você já conheceu/associou/treinou em alguma AABB? Qual a importância dos clubes para os futuros atletas? Fale um pouco dessa experiência.**

Durante a minha vida esportiva eu tive a possibilidade de ficar por um tempo treinando em três AABBs. Na Associação de Curitiba, onde eu estava começando a minha carreira, participei de alguns treinos da seleção de Curitiba. Para mim foi muito importante, pois eu não conhecia e era vinculado apenas ao Círculo Militar e ao Curitibano. Lá eu vi que a estrutura do clube era muito grande. Na segunda AABB eu já estava jogando vôlei de praia e fiquei pelo menos uns

20 dias em Brasília, junto com o Ricardo (Ricardo Alex Costa Santos, parceiro no vôlei de praia), fazendo alguns eventos para o nosso patrocinador que era o Banco do Brasil. Aproveitava o momento para manter a parte física e também a parte técnica em dia. E a terceira oportunidade foi quando fomos para a etapa de Porto Alegre, eu ainda jogava com o Ricardo, a gente passou mais ou menos uns seis dias antes da competição, voltávamos de um torneio internacional. Ficamos treinando tanto na academia como também na parte de areia. Foram três momentos interessantes em que eu pude utilizar as estruturas das AABBs. Eu sei que tem uma AABB, praticamente, em cada uma das cidades do Brasil, e eu acho que poderia ser importante usá-las mais vezes. Eu acredito que a AABB tem um potencial. Quantos e quantos funcionários dessa família Banco do Brasil podem ter essa iniciação em uma AABB. Eu acho importantíssimo o clube, porque o clube é a segunda parte da estrutura do atleta. A primeira dela, muitas vezes a gente começa a entender sobre esporte na escola, acho que esse momento de despertar e entender alguma coisa sobre a parte inicial. A segunda parte, onde é a formação real do atleta, é nos clubes. É aí que entram os clubes (AABBs), lapidando esses talentos para que eles possam progredir na carreira ou então começar a competir a nível de clubes.

**Na sua opinião o esporte pode ser um fator potencializador para o crescimento e visibilidade das AABBs no país?**

Eu acredito que o esporte é fundamental para qualquer entidade, ou empresa. Hoje em dia, o esporte está presente em todas elas, ou como patrocinador, ou como uma forma de dar uma recreação para seus colaboradores, mas a AABB tem um fator primordial porque está presente, praticamente, em todo o



*“Quantos e quantos funcionários dessa família Banco do Brasil podem ter essa iniciação em uma AABB. Eu acho importantíssimo o clube, porque o clube é a segunda parte da estrutura do atleta*

Brasil. Eu acredito que o esporte pode potencializar sim. Uma forma das AABBs estarem mais presentes é entender o que cada cidade tem de diferente. As cidades de Santa Catarina têm um foco no futsal e no voleibol. Então é entender qual é o esporte daquela cidade e tentar fazer com que ela seja um polo de treinamento nas AABBs. Talvez esse seja um modelo de potencializar cada uma das AABBs, porque cada região tem uma característica específica. Em São Paulo tem o atletismo e o basquete, as AABBs paulistas podem trabalhar esse tipo de esporte. Então, é importante ser mais específico com a leitura do que a cidade tem de melhor para poder potencializar os trabalhos dentro das AABBs.

**Suponhamos que você seja um Administrador de AABB e que o seu parceiro de quadra é o Vice-Presidente Esportivo do clube.**

**Em função das novas tecnologias, vocês precisam se reinventar para promover o esporte. Como faria para jogar a bola para cima e vencer esse desafio?**

Essa pergunta é muito interessante. Primeiro eu colocaria uma câmera em cada uma das estruturas de esporte. Ou seja, dentro do ginásio eu teria uma câmera em que os pais dos alunos daquelas escolinhas determinadas poderiam assistir ao treino online, vendo o que os seus filhos estão fazendo. Por exemplo, se tivesse um filho em uma escolinha de futsal eu poderia, através do computador ou celular, ver o que está acontecendo exatamente naquele momento na escolinha. Isso promoveria a segurança porque o pai ficaria seguro do que estaria acontecendo. Assim seria um bom modelo para que o esporte fosse mais desenvolvido nas AABBs.

# Programação FENABB 2018

**A**tenção Dirigentes! Em janeiro deste ano a FENABB disponibilizou, no site e App da Federação, a Programação 2018. O documento, elaborado para melhor atender os Dirigentes em suas diversas demandas ao longo do ano, é uma apresentação formal e organizada de um conjunto de atividades, auxílios, produtos e serviços em benefício dos clubes, com parâmetros e regras de utilização bem definidas, que atende, individualmente ou coletivamente, as afiliadas.

A Programação traz uma seqüência de todas as possibilidades operacionais que permitirão às afiliadas oferecerem aos seus associados, entre outros benefícios, novas e melhores opções de lazer, convivência e integração, determinantes para o fortalecimento e a pujança da AABB. O conteúdo está organizado na seguinte ordem: Área Esportiva, Sociocultural, Socioeducativa, Comunicação, Financeira, Administrativa e Jurídica.

“A Programação FENABB 2018 foi planejada para facilitar o ingresso das AABBs aos inúmeros programas que a Federação oferece, com o objetivo de auxiliar a diretoria das Associações no processo de gestão dos clubes. Para um bom planejamento das atividades, as AABBs devem ficar atentas aos ajustes que foram implementados nos programas. Buscamos sempre implantar soluções que atendam as afiliadas de forma efetiva, para que os resultados sejam alcançados rapidamente”, disse o Presidente da FENABB, Rene Nunes.

Atenta aos princípios da sustentabilidade empresarial, a FENABB não enviará, a partir deste ano, exemplares impressos do documento, podendo



cada AABB, CESABB ou Conselheiro Microrregional acessar nosso site ([www.fenabb.org.br](http://www.fenabb.org.br) > Publicações > Programação FENABB) e imprimir a Programação.

AUTOR: MÔNICA LOPES

# Seis ENCADs *realizados no* PRIMEIRO TRIMESTRE DE 2018

Os CESABBs do Maranhão, Goiás, Distrito Federal, Tocantins, Santa Catarina, Minas Gerais, Rio Grande do Sul, Ceará e Piauí realizaram, entre os meses de fevereiro e março, etapas do Encontro de Administradores de AABBs – ENCAD. Juntos, os eventos congregaram 394 Presidentes de afiliadas do Sistema AABB, em seis cidades: São Luis (AABBs do Maranhão), Goiânia (AABBs de Goiás, Tocantins e Brasília), Belo Horizonte (AABBs de Minas Ge-

rais), Balneário Camboriú (AABBs de Santa Catarina), Porto Alegre (AABBs do Rio Grande do Sul) e Fortaleza (AABBs do Ceará e Piauí).

A pauta dos encontros teve uma coisa em comum: a busca pelo fortalecimento do Sistema AABB, através de um modelo de gestão eficiente e que atenda às necessidades da rede de clubes e de seus associados.

O Superintendente Estadual do BB no Rio Grande do Sul, Edson

Bündchen, enalteceu a iniciativa. “São ações que aproximam as autoridades do BB dos Presidentes abebeanos. Sem dúvidas o fortalecimento do Sistema AABB é reflexo destas ações”, destacou.

“Fortalecemos nossos trabalhos no que diz respeito à unicidade e direcionamento para que os clubes tenham um papel cada vez mais importante junto ao funcionalismo e à comunidade. Conseguimos alinhar estratégias que envolvem a SUPER, a FENABB, as agências e



ENCADs Goiás e Tocantins



ENCAD Santa Catarina



ENCADs Ceará e Piauí



ENCAD Maranhão



as AABBs”, declarou Marco Antônio Felício Sanches, Superintendente Estadual no Goiás.

Na opinião do Superintendente do BB no Maranhão, Álvaro Fertig, encontros como este são de fundamental importância para a saúde do Sistema. “Ampliam a integração dos objetivos comuns que envolvem o Sistema AABB, alinhando isto ao propósito do Banco do Brasil em sua estratégia de bem atuar nas diversas comunidades em que já está presente”, disse.

“Os ENCADs promovem o estreitamento de laços entre as Associações, a capacitação de Dirigentes e o alinhamento de metas e objetivos. Todos os encontros superaram as nossas expectativas. Parabéns aos CESABBs pela organização, agradeço o reforço do nosso maior parceiro, o BB, e agradeço a participação de cada colega que deixou a sua contribuição”, pontuou o Presidente da FENABB, Rene Nunes.

Confira o calendário completo dos ENCADs previstos para 2018:

DATA	ESTADO SEDE	LOCAL	PARTICIPANTES	FEV/17	NOV/17
				AABBs	ATIVAS
16.02.18	Maranhão	São Luís	MA	27	27
23.02.18	Goiás	Goiânia	DF, GO e TO	58	57
02.03.18	Santa Catarina	Balneário Camboriú	SC	61	60
	Minas Gerais	Belo Horizonte	MG	137	135
09.03.18	Rio Grande do Sul	Porto Alegre	RS	131	130
	Ceará	Fortaleza	CE e PI	36	36
06.04.18	Bahia	Salvador	BA e SE	98	84
	Mato Grosso Sul	Campo Grande	MS	36	33
13.04.18	São Paulo	Itanhaém	SP	114	107
19.05.18	Pará	Belém	PA e AP	27	26
20.04.18	Paraná	Maringá	PR	110	105
27.04.18	Pernambuco	Recife	PE e AL	33	30
	Amazonas	Manaus	AM, RR e AC	6	6
04.05.18	Paraíba	Patos	PB e RN	29	20
26.05.18	Rio de Janeiro	Cabo Frio	ES e RJ	21	21
	Mato Grosso	Cuiabá	MT e RO	34	32
<b>Total</b>				<b>958</b>	<b>909</b>

AUTOR: MÔNICA LOPES



ENCAD Rio Grande do SUL



ENCADs Goiás e Tocantins



ENCADs Ceará e Piauí



ENCAD Maranhão



ENCAD Minas Gerais



ENCAD Minas Gerais

# ABEBEANO DE CORAÇÃO

**U**ma história longa e envolvente, escrita por meio de muito trabalho e dedicação, marcada pelo desenvolvimento de atividades esportivas, sociais, educacionais e culturais. Muito mais do que isso, a história do Sistema AABB é marcada por gente, por pessoas que se dedicam e que se dedicaram, com afinho e boa vontade, ao propósito de manter às Associações sempre saudáveis, como é o caso do Gerente Geral do Banco do Brasil em Curimatã, no Piauí,

Vanduil José da Silva, que revitaliza, promove, incentiva e engrandece AABBs por onde atua.

Conheça um pouco da história desse grande abebeano e veja o que o motiva a vestir a camisa do Sistema AABB e atuar junto aos Gestores das AABBs do Piauí.

Vanduil José da Silva, 49 anos, funcionário do Banco do Brasil há 33 anos, abebeano de carteirinha desde 1984 (data em que entrou no BB como Menor Aprendiz), conta que o amor que tem pelo

Sistema AABB é o que o move a vestir a camisa.

Não é por acaso que o Gerente atua incansavelmente pelo fortalecimento da rede de clubes durante anos, sempre priorizando ações coletivas que visam integrar a comunidade, além de promover projetos que proporcionem, em primeiro lugar, qualidade de vida e bem-estar aos frequentadores das AABBs.

O abebeano afirma que a parceria com estabelecimentos (farmácias, supermercados, entre outros) para concessão de descontos para os associados; desconto em festas realizadas pela Associação; promoção de eventos no clube em datas comemorativas (dia das mães, crianças, trabalhador, entre outras); controle da inadimplência, foram fatores primordiais para os resultados alcançados em todas as ações.

Para Vanduil o apoio do CESABB e FENABB, não só financeiramente, mas também com orientações, sempre foram fundamentais para os resultados obtidos: “O suces-



AABB Simplício Mendes (PI)



AABB Simplício Mendes (PI)



Vanduil, ao centro, entre amigos

so dessas realizações é de todos. Até mesmo dos que muitas vezes duvidaram. Podemos ter a ideia e a vontade, mas se não conseguirmos mobilizar, não chegaremos a lugar nenhum”, destaca.

Outro ponto importante citado por Vanduil é a valorização dos associados. “Ouvimos as demandas dos nossos “clientes” (associados) e buscamos atender quando possível”, disse.

Conheça as ações já realizadas por Vanduil e confira os resultados alcançados em cada uma delas:

### AABB Gilbués (PI)

1. Construção de 1.435m<sup>2</sup> do calçamento da entrada principal até a sede do clube;
2. Colocação de 600m<sup>2</sup> de grama na área da piscina;
3. Construção de um palco para shows.

**RESULTADO:** crescimento de 180 para 400 associados (incremento de 220 novos associados).

### AABB Valença do Piauí (PI)

1. Idealização da construção do clube, onde só existia um terreno. O valor da obra ultrapassou a quantia de R\$ 1.000.000,00 na época.

**RESULTADO:** antes mesmo de concluída a obra, a AABB já era uma das maiores do Estado, com 500 associados no seu quadro.



AABB Valença do Piauí (PI)

### AABB Paulista (PI)

1. Recuperação da arquibancada, gramado e colocação/restauração do alambrado no minicampo society 1;
2. Construção de uma passarela de acesso ao minicampo society 2;
3. Recuperação da quadra de vôlei de areia.

**RESULTADO:** crescimento de 250 para 470 associados (incremento de 220 novos associados).

### AABB Simplício Mendes (PI)

1. Construção de um minicampo Society, que custou R\$ 120.000,00;
2. Construção de uma quadra de vôlei de areia;
3. Troca da iluminação do minicampo society 1 e colocação de rede de proteção com dez metros de altura em 75% do mesmo.

**RESULTADO:** crescimento de 200 para 410 associados (incremento de 210 novos associados).

### AABB Curimatá (PI)

“Chegamos a pouco mais de dois meses. Já ajudamos a incrementar em 120 associados o quadro do clube. Tínhamos 160 e hoje já estamos com 280 associados”, disse Vanduil.

O Gerente Geral do BB destaca que, entre as ações citadas, a de maior desafio foi idealizar, motivar, mobilizar e perseverar na constru-

ção da AABB Valença do Piauí-PI. “Vencemos todos os obstáculos, tanto dentro como fora do BB, e alcançamos o objetivo”, disse.

Perguntado sobre o seu desejo para os próximos 10 anos do Sistema, ele é enfático. “Que continue crescendo, aumente a interação entre as afiliadas. Ao invés de termos nossos clubes fechando, que tenhamos mais clubes sendo construídos, conservados e revitalizados”, declarou.

Vanduil aproveitou o espaço para deixar uma mensagem de incentivo a todos os abebeanos. “Caros colegas do BB, somos a maior rede de clubes de classe do Mundo. Clubes que levam o nome da empresa em que nós trabalhamos. Isso é motivo de orgulho para todos nós. Vamos participar mais e cuidar do que é nosso. Vamos atuar como fiéis parceiros desse sólido Sistema”, finalizou.

### Palavra do CESABB-PI

Antonino José de Melo Neto, Presidente do CESABB-PI, ratifica a força do Vanduil. “Onde ele chega, o processo roda. Se todos os estados contassem com pelo menos um Vanduil como o nosso, o número de AABBs saudáveis só aumentaria. Onde ele está presente ele está levantando um contribuinte. Ele aproveita a força do BB para integrar todos no mesmo processo de fortalecimento do Sistema AABB. Somos muito gratos pela dedicação às Associações do nosso estado”, declarou.



AABB Paulista (PI)

## AABB Recife é destaque em Ranking Nacional de Natação nas categorias Mirim e Petiz



A AABB Recife (PE) tem muitos motivos para comemorar. Pela primeira vez a equipe de natação do clube recebeu o título de “Melhor Clube Mirim e Petiz do Brasil em 2017”. Este é o quinto ano do Ranking Nacional Mirim e Petiz realizado pelo Best Swimming, o site mais visitado pela comunidade brasileira dos profissionais de natação.

## AABB São Miguel do Iguaçu realiza premiação Craque de 2017



No dia 10 de janeiro, a AABB São Miguel do Iguaçu (PR) conferiu ao associado e atleta Diógenes Piloni o prêmio “Craque do Ano de 2017”. A iniciativa tem como objetivo incentivar a prática do esporte entre os associados e homenagear o atleta que se destacou nas competições esportivas do ano. Para a escolha do premiado, foi levada em consideração, além do nível técnico, a regularidade, a agregação social e o fortalecimento do grupo em prol do esporte.

## AABB Valença do Piauí celebra aniversário com dois dias de festa



A AABB Valença do Piauí (PI) celebrou os sete anos de fundação, nos dias 13 e 14 de janeiro, com festa. Mais de 400 pessoas, entre associados, familiares, comunidade e convidados solenizaram mais um ano do fortalecimento da marca AABB junto à comunidade de Valença do Piauí. As atividades contaram com muito esporte, música ao vivo com os cantores Fernando Rocha e Vanvan, o Furacão do Forró, sorteio de presentes entre os associados e premiação das competições esportivas realizadas pelo clube.

## AABB Cafelândia recebe estudantes do Projeto Férias 2018



A AABB Cafelândia (SP) recebeu, nos dias 17 e 18 de janeiro, o Projeto Férias 2018, uma iniciativa da Prefeitura do município que tem como objetivo oferecer atividades para estudantes no período das férias escolares. Cerca de 200 pessoas, entre alunos da rede municipal de ensino e monitores do projeto, usufruíram do espaço do clube durante os dois

dias. Para garantir que o objetivo fosse alcançado, foi oferecido uma série de atividades recreativas para a criançada. Além disso, elas jogaram futebol, competiram na quadra de vôlei e ainda se divertiram brincando no parquinho.

## AABB Fortaleza inicia Planejamento Estratégico com Workshop



A diretoria, conselheiros e convidados da AABB Fortaleza (CE) participaram, nos dias 22 e 23 de janeiro, de um Workshop ministrado pela empresa Parceria Consultores Associados, na sede do clube. O curso teve como objetivo realizar um diagnóstico da atual estrutura organizacional da Associação, dando início ao Planejamento Estratégico que deve nortear as ações da diretoria pelos próximos quatro anos.

## AABB Salvador prepara funcionários para implantação do Sistema SICLUS



Funcionários da AABB Salvador participaram, nos dias 29 e 30 de janeiro, do treinamento para implantação do Sistema SICLUS – Solução Integrada de Gestão de Associações, que já está em fase de implantação nas AABBs. O novo Sistema faz parte de um projeto moderno e audacioso da nova gestão do Clube, denominado *Integração – AABB & Você: Juntos e Conectados*, que será utilizado como ferrame

ta de gestão envolvendo as áreas administrativa, financeira, compliance, comunicação, marketing, auditoria, estatística e cadastro de associados.

## AABB Brumado comemora 41 anos de fundação



A AABB Brumado (BA) promoveu, no dia 27 de janeiro, uma grande festa para comemorar os 41 anos de fundação do clube. A “Seresta de Aniversário” contou com a presença de mais de mil pessoas, entre associados e comunidade local. A animação do evento ficou por conta dos cantores Serginho Cardoso, Roberto Neto e Jorginho dos Teclados, que alegraram os convidados com os maiores sucessos da seresta, o gênero musical que já é uma tradição nas festas da Associação.

## Esportistas da AABB Teresina são selecionados pelo Programa Bolsa Atleta da Prefeitura local



Cinco atletas da Escolinha de Natação da Associação Atlética Banco do Brasil de Teresina (PI) (Maria Eduarda Viana, Isabely Cristine, Gleyson Sousa, Daniely Sousa e Sara Milena)

serão beneficiados através do Programa da Prefeitura com uma bolsa-auxílio de até R\$ 600 mensais. O valor será usado para cobrir gastos referentes à alimentação, assistência médica, odontológica, nutricional, fisioterapia, além de transporte para participação de competições e aquisição de material esportivo. O termo de execução do Programa Bolsa Atleta foi assinado no dia 29 de janeiro.

## AABB Pirassununga é anfitriã do 1º encontro do Programa Estágio AABB 2018



Nos dias 16 e 17 de fevereiro, a afiliada de Pirassununga (SP) recebeu o 1º Programa Estágio AABB de 2018. A ação tem o objetivo de fomentar o desenvolvimento sustentável das Associações, principalmente as de pequeno porte, por meio do compartilhamento de conhecimentos, experiências e boas práticas de gestão. O curso, ministrado pelo Vice-Presidente da FENABB, Gustavo Boeira, em conjunto com o Presidente do CESABB-SP, Anísio Carossini, contou com debates norteados pelos temas, Estatuto, Planejamento Estratégico, Aprovação de Contas, Programação FENABB 2018, entre outros.

## AABB Frederico Westphalen comemora marca histórica de filiação com grande festa



Frederico Westphalen (RS) realizou, no dia 18 de fevereiro, um megaevento para comemorar uma marca histórica – a filiação de 500 associados. O objetivo, alcançado este ano, representa uma grande conquista para o clube. Cerca de 700 pessoas, entre associados e dependentes, solenizaram o feito em grande estilo. A Associação ofereceu no evento uma série de atividades para toda a família.

## Equipe de natação da AABB Brasília conquista 35 medalhas em competição



A equipe de natação da AABB Brasília (DF) participou, nos dias 24 e 25 de fevereiro, do Torneio Abertura da Federação de Desportos Aquáticos do Distrito Federal (FDA-DF). O grupo, composto por 30 atletas abebanos, conquistou 13 medalhas de ouro, 10 de prata e 12 de bronze, nas categorias Mirim, Petiz e Absoluto.

A competição, que aconteceu no Complexo Aquático Claudio Coutinho, deu largada a temporada 2018 de natação do DF.

## Torneio de Futebol Society na AABB Aquidauana reúne centenas de pessoas



A AABB Aquidauana (MS) promoveu, no dia 25 de fevereiro, o 1º Torneio de Futebol Society de 2018. O evento reuniu cerca de 700 pessoas, entre associados, esportistas e torcedores dos times. As disputas iniciaram às 7h30 e encerraram às 21h30, com a premiação das equipes vencedoras. Ao todo, 24 times participaram da competição. O primeiro lugar ficou para a equipe Amigos do Bolita que, como premiação, recebeu R\$ 2 mil. Em segundo lugar, o time Kurumin de Miranda, que ganhou R\$ 1 mil. Os times também receberam troféus e medalhas.

## Presidente da AABB Goiânia recebe diploma Mulheres de Destaque



No mês em que se celebra o Dia Internacional da Mulher, a Presidente da AABB Goiânia (GO), Diusa Alves de Almeida, foi proclamada como uma das Mulheres de Destaque na capital Goiana. A Sessão, proposta pela Vereadora Sabrina Garcêz, foi realizada, no dia 9 de março, na Câmara Municipal de Goiânia. O diploma recebido pela Presidente é fruto da indicação do Vereador Felizberto Tavares. A homenagem em destaque representa também a força e a virtude de todas as mulheres do Sistema AABB

que, por meio de seus exemplos, deixaram, e ainda deixam, verdadeiros legados de trabalho e compaixão pelo próximo.

## AABB Sumaré é homenageada por apoiar projeto social



Foi realizada, no dia 19 de janeiro, a confraternização Bueno de Judô, no salão social do clube. Na ocasião, o Presidente da AABB, Juarez Teixeira Souza, recebeu um Certificado de Reconhecimento pelo apoio que o clube tem prestado ao Projeto Bueno de Judô. A Associação cede as instalações para que o projeto atenda crianças e adolescentes carentes da comunidade local, com duas aulas por semana.

## AABB Jussara reúne 64 duplas no 1º Torneio de Truco



Na sede abebeana de Jussara (GO) a prática esportiva esteve em alta, no dia 4 de março, com a realização do 1º Torneio de Truco. A competição congregou 128 atletas, distribuídos em 64 duplas. Na torcida, cerca de 400 pessoas, entre associados, familiares e comunidade, vibraram e se divertiram com as disputas.



CINFAABB  
SALVADOR 2018

# CINFAABB

# Salvador

## FICARÁ NA HISTÓRIA



O XXIV Campeonato de Integração Nacional dos Funcionários Aposentados do Banco do Brasil – CINFAABB, deixou saudades. O evento, realizado entre os dias 16 e 23 de março, na AABB Salvador (BA), reuniu mais

de 2.500 participantes, entre os quais 1.465 atletas.

O clima de conagração e o espírito esportivo prevaleceram durante os oito dias de evento e em todas as disputas. No total, foram 144 jogos de futebol; 28 partidas de voleibol; 10 partidas de

truco, 13 de dominó, 16 jogos de buraco, 15 de canastra, 44 de tênis de quadra, 25 de tênis de mesa e 169 de sinuca.

Na parte de entretenimento a alegria foi total, com apresentações de bandas locais, exposição de artesanato e muitos passeios pela



região. O calendário do evento contou com um dia livre, sem qualquer atividade na AABB, para que os participantes fizessem um tour pela cidade. Nos demais dias, fora dos horários de jogos, o turismo também seguiu aquecido.

Na terça-feira (20), a noite foi de festa. Jogos a parte, o que predominou mesmo foi a amizade, harmonia, conagração e o ingrediente especial desse CINFAABB, a alegria. A primeira atração foi o The Fevers, banda brasileira de rock e pop, que tocou canções da jovem guarda. Em seguida, a animação ficou por conta da Banda Araketu que, literalmente, mostrou a magia da Bahia e deixou os mais de 1.500 participantes, entre atletas, familiares e convidados, “pulando que nem pipoca”.

“Assumi a Presidência da AABB há três meses e logo no início do meu mandato sediar um evento dessa magnitude foi um presente. Fiquei encantado e emocionado com o que presenciei nesse CINFAABB. Vi o brilho nos olhos de cada atleta e senti que realmente eles estavam ali felizes e essa felicidade contagiou a todos. Parabéns aos atletas, FENABB, CESABB e colaboradores da AABB Salvador pelo empenho, que resultou nessa festa tão bonita”, disse Ulisses de Oliveira dos Santos, Presidente da AABB Salvador.

“Este foi o primeiro CINFAABB do qual participei, e fiquei impressionado com a quantidade de delegações e com a estrutura e organização do evento. Durante a abertura pude ter a dimensão do espírito de corpo que o funcionário do Banco do Brasil mantém entre si, mesmo após a aposentadoria. Isso demonstra que as relações que se constroem no Banco são fortes e duradouras, e se estendem para além dos corredores da empresa. O CINFAABB deixou isso muito claro, revelando a essência do que moveu o Campeonato da alegria! Pessoas que lá estavam: rever os amigos, compartilhar momentos de lazer e manter os laços e a essência desta bela comunidade formada pelos funcionários e ex-funcionários do Banco do Brasil. Por fim, enalteço a iniciativa da FENABB, que faz com que esse espírito de corpo possa se perpetuar em diversas oportunidades, por todos os rincões do país”, declarou o representante da DIREG do BB, Augusto César Machado.

Clodoaldo Soares, Presidente do CESABB-BA, fala da alegria em poder sediar o CINFAABB justamente no seu retorno ao Estado. “Esse campeonato, que cresce em número de participantes a cada ano, gera sentimentos diversos a todo momento, para visitantes, visitados e organizadores. Em Salvador não foi diferente, a alegria e a confraternização tomaram conta de todos os nossos queridos atletas e acompanhantes que puderam também curtir e se deleitar com os encantos da nossa cidade. Agradeço a



todos os envolvidos na realização desse maravilhoso evento e que venha o próximo”, pontuou.

“A AABB Salvador já está com saudade do CINFAABB. Vocês fizeram a festa, nós apenas preparamos a casa. Esperamos que tenham gostado dessa velha Salvador, uma senhora cidade com muito charme e elegância que sabe, como outras, receber quem nos visita com alegria e muito axé. Vamos com fé no Senhor do Bonfim nos encontrar no próximo ano em Foz do Iguaçu. Até lá”, disse o Presidente da Comissão Organizadora, Zaki Ocke.

“O CINFAABB é um evento muito importante para o bem-estar da família Banco do Brasil. Com a mobilização dos atletas e a experiência da AABB, o sucesso foi garantido. Parabéns pelo grandioso evento”, declarou o Superintendente Estadual do BB, Carlos Motta.

“A AABB Salvador e o CESABB-BA estão de parabéns pela realização de mais um clássico CINFAABB. Agradecemos o apoio das entidades parceiras. Um reconhecimento especial a organização instituidora e maior parceiro do Sistema AABB, o Banco do Brasil. Meus cumprimentos também aos atletas e familiares que com a alegria de sempre deram vida ao evento e abrihantaram essa histórica festa. Nos vemos em Foz do Iguaçu”, pontuou Rene Nunes, Presidente da FENABB.





## Troféu Confraternização

Como tradicionalmente ocorre, no encerramento, uma das delegações participantes do evento recebe o Troféu de Confraternização, reconhecimento ao grupo mais unido e mais animado do Campeonato. Desta vez, o título ficou com a delegação da AABB Florianópolis (SC), que deu um show de animação durante todos os dias. Os participantes estavam sempre uniformizados com roupas características da região, torcendo pelos seus atletas.



## Parceiros

Considerado o maior evento esportivo do Sistema AABB, o sucesso do CINFAABB também é reflexo do apoio de entidades parceiras que se empenham com afinco e disposição em cada edição. Essa dedicação faz com que, ano após ano, o CINFAABB obtenha ainda maior êxito superando todas as expectativas.

Alguns espaços do clube foram ocupados por estandes da Associação Nacional dos Funcionários do Banco do Brasil (ANABB), da Associação dos Aposenta-

dos e Funcionários do Banco do Brasil (AAFBB), da COOPERFORTE, da Caixa de Previdência dos Funcionários do Banco do Brasil - PREVI, da Caixa de Assistência aos Funcionários do Banco do Brasil - CASSI, da AABB Salvador, além da própria FENABB.

Os atendimentos prestados foram variados e incluíram a prestação de serviços ao público atendido por essas instituições, fornecimento de brindes, informações úteis, entre outros.



## CINFAABB 2019

No final da cerimônia, o Presidente Rene passou simbolicamente a bandeira da FENABB para o representante da AABB Foz do Iguaçu, Inácio Altnholffen, que no seu pronunciamento agradeceu a confiança depositada na AABB e fez o convite oficial para que todos estejam no CINFAABB 2019, numa festa esportiva e social que promete ser memorável.



# Festa *popular*

MAIS CELEBRADA NO BRASIL  
É SUCESSO NAS AABBS



**A**o longo do tempo o Carnaval enraizou-se tanto na cultura brasileira que, nos dias de hoje, o folguedo brasileiro é referência no mundo inteiro. Com toda essa riqueza cultural, os foliões brasileiros têm várias opções para comemorar a data. Desfiles na Sapucaí, os trios elétricos de Salvador, os bloquinhos de rua das pequenas cidades e os bailes de máscaras.

Fantasia, samba, marchinhas e muita alegria, são os ingredientes que não podem faltar na receita de um divertido carnaval. Este ano, as AABBs conseguiram reunir todas essas tradições e atividades em um só lugar. O carnaval abebeano foi um verdadeiro sucesso. A rede de clubes realizou inúmeras ações festivas para celebrar a data, reunindo milhares de foliões abebeanos por todo o país. As atividades foram desde bailes noturnos até matinês infantis, agradando assim um público de todas as idades. Isso é muito importante e mostra que as Associações estão cada dia mais comprometidas em oferecer aos

associados atividades e serviços que atendam toda a família.

Além disso, a data também foi uma ótima oportunidade para fortalecer a imagem das AABBs. Uma rápida pesquisa na internet mostra que vários veículos de comunicação noticiaram as festividades dos clubes. De certo modo, esses destaques demonstram que as ações promovidas pelo clube são reconhecidas,

lembradas e valorizadas. Outro ponto positivo é que eventos como estes trazem os associados e comunidade para mais perto do clube, fidelizando assim uma boa relação.

“É muito bom ver que as ações das nossas afiliadas têm tido resultado positivo. Ficamos muito felizes com a repercussão das festas de carnaval nas AABBs. Esperamos que os clubes possam realizar várias ou-

tras ações, fortalecendo o vínculo com os associados e proporcionando muito lazer e alegria para a comunidade a qual pertencem. Parabéns pelo carnaval maravilhoso e bonito que foi promovido por todo o nosso Brasil”, destaca o Presidente da FENABB, Rene Nunes.

**Confira abaixo algumas ações carnavalescas promovidas dentro do Sistema AABB:**

## AABB Pedro Leopoldo

Entre os dias 10 e 13 de fevereiro a AABB Pedro Leopoldo (MG) realizou a Matinê de Carnaval. A ação, animada por Rafinha (cantor da banda Altastral), contou com pula-pula, castelo inflável, piscina de bolinha, cama elástica, pipoca, algodão doce, distri-

buição de brindes, sorteio de prêmios, entre outros. De acordo com a diretoria, cerca de 700 pessoas, entre associados, comunidade e convidados, se divertiram com a folia e aproveitaram a estrutura de lazer do clube.



## AABB Caruaru

A AABB Caruaru (PE) realizou mais um carnaval destacando um dia para as crianças. No domingo, concurso de fantasias infantil e oficina de máscaras foram oferecidas aos dependentes. Logo após, Domingos Acyole animou os foliões. Na segunda, o grupo de pagode Pra Mexer ani-

mou os associados e na terça foi a vez da banda New Light. Todos os grupos se apresentaram a partir das 12h30. Este ano a diretoria investiu bastante em estrutura, privilegiando o conforto dos presentes, e reforçou o quadro de atendimento do setor de bar e serviços.



# Festapopular

MAIS CELEBRADA NO BRASIL É SUCESSO NAS AABBS



## AABB Itararé

No dia 11 de fevereiro, por ocasião do Carnaval, a AABB Itararé (SP), em parceria com a Rastur, empresa de turismo local, recebeu a visita de 200 turistas. Com o salão todo decorado para os festejos carnavalescos, o clube ofereceu um jantar aos convidados regado a muita música ao vivo. Segundo a diretoria da afiliada, além da diversão, a visita gerou uma receita especial para o clube.

## AABB Brasília

Com muita alegria e diversão para toda a família, a programação carnavalesca da AABB Brasília (DF) atraiu um público de cerca de 4 mil pessoas no clube durante o período de carnaval. A programação começou, no dia 10 de fevereiro, com a tradicional Feijoada de Carnaval. Já no domingo e na terça-feira, 11 e 13 de fevereiro, foi a vez dos pequenos foliões se divertirem com as matinês infantis. E o carnaval na AABB ainda teve muito axé com a participação da cantora Juliana Muller, que montou bloco na segunda-feira (12), agitando os associados com o melhor do gênero musical.



## AABB Pará de Minas

A Associação realizou, entre os dias 10 e 13 de fevereiro, uma programação carnavalesca especial para os associados, que tiveram direito ao tradicional abadá para aproveitarem os quatro dias de folia em Pará de Minas (MG). Como atração principal, a Cantora Aliny Lee e banda agitaram os foliões com vários ritmos musicais. Além de muita música e alegria, na piscina teve uma aula de hidro especial com o intuito de fazerem todos dançarem e se divertirem. Os associados mais animados receberam brindes. Ao todo, 2.500 pessoas circularam no clube durante o período de carnaval.



## AABB São Paulo

Nos dias 11 e 13 de fevereiro, a AABB São Paulo (SP) agitou seus associados com as tradicionais Matinês de Carnaval. Promovidos nas unidades Sede Sul e Cantareira, juntos, os eventos reuniram cerca de 1.200 pessoas. O clube ofereceu uma programação repleta de atividades para toda a família. Na unidade Sede Sul teve desfile de fantasias, aula de dança, apresentação de frevo, show de Olodum, brincadeiras para as crianças e como atração principal, a apresentação da Escola de Samba Unidos de Vila Maria. Já na unidade Cantareira, a diversão ficou por conta de um show com palhaços, brinquedos para a criançada, pintura de rosto para todos os foliões, além de apresentações musicais de grupos de samba. ■





AABB Maceió (AL)

# Hospedagem & *Camping*

## NAS AABBS, MAIS OPÇÕES PARA VOCÊ!

**A**s AABBs oferecem diversos serviços para seus associados aproveitarem o espaço do clube da melhor forma possível, garantindo assim muito lazer e diversão para toda a família. Além de piscinas, churrasqueiras, quadras poliesportivas, academias, salões de festas, espaços verdes e playgrounds para a criançada, várias AABBs espalhadas pelo país ainda oferecem aos associa-

dos serviço de hospedagem e/ou serviço de camping. Veja abaixo como funciona e quais benefícios esses serviços oferecem:

### **AABBs com Hospedagem**

As AABBs com este serviço oferecem aos associados e à comunidade uma estrutura confortável, num ambiente aconchegante para

hospedagem. Por isso, programar as férias ou mesmo uma temporada de descanso ficou muito mais fácil e prático. O valor da hospedagem é acessível e, no período de baixa temporada, os custos são ainda menores.

O diferencial desses locais é que quase todos ficam em frente à praia ou em pontos turísticos da cidade, oferecendo confor-





AABB Salvador (BA)

táveis acomodações com varanda, sala, cozinha, suíte, ar-condicionado, geladeira, fogão, armários e utensílios de cama, mesa e banho. E a estrutura física dos próprios clubes garante o lazer e a recreação que você e sua família merecem.

## AABBs com Camping

Camping é um espaço destinado para acampamentos. Geralmente são locais indicados para pessoas que desejam se estabelecer provisoriamente, visando participar de algum evento ou mesmo desfrutar de bons momentos em família ou na presença dos amigos.

No Sistema AABB, alguns clubes disponibilizam áreas destinadas ao Camping. Esses locais são próximos à natureza e proporcionam ao acampante amplo contato com o meio ambiente. Além, claro, deles poderem usufruir de toda a estrutura de lazer do clube. A área, em sua maioria, tem estrutura com banheiros com chuveiros, espaço para barracas e acesso às churrasqueiras.



AABB São Miguel do Oeste (SC)



AABB Salvador (BA)

**Maiores informações**

Confira abaixo a relação de AABBs que oferecem hospedagem e seus respectivos contatos:

**AABBs COM**  
**Hospedagem**

Associações	Contatos	E-mail
AABB Aracaju (SE)	(79) 3243-2714 / 3227-1265	chale@aabbaju.org.br
AABB Avaré (SP)	(14) 3732-7326 / 3768-6229.	avare@aabb.com.br
AABB João Pessoa (PB)	(83) 3251-1280/ 9 8625-5146	joapessoa@aabb.com.br
AABB Maceió (AL)	(82) 3375-1300/ 99680-6262	maceio@aabbmaceio.com.br
AABB Manaus (AM)	(92) 3633-3677/ 3081-1944	aabbmanaus@yahoo.com.br
AABB Natal (RN)	(84) 3211-4412/ 3211-5770	aabbnatal@aabbnatal.com.br
AABB Salvador (BA)	(71) 2106-8257 / (71) 2106-8281	chale@aabbsalvador.com.br
AABB São Luís (MA)	(98) 3235-6924/3235-1638	aabbslz@elo.com.br
AABB Teresópolis (RJ)	(21) 2742-0182	aabbtere@terra.com.br
AABB Valença (RJ)	(24) 2453-4590 / 98865-1002	valenca.rj@aabb.com.br



AABB João Pessoa (PB)



AABB São Luís (MA)



AABB Maceió (AL)



AABB Aracaju (SE)



**AABBs COM**  
**Camping**

Associações	Contatos	E-mail
AABB Anápolis (GO)	(62) 3314-1517	anapolis@aabb.com.br
AABB Carazinho (RS)	(54) 3331-3555	carazinho@aabb.com.br
AABB Itapuranga (GO)	(62) 3355-1408	itapuranga@aabb.com.br
AABB Paraíso do Tocantins (TO)	(63) 8462-9466	paraisodotocantins@aabb.com.br
AABB Piraju (SP)	(14) 3351-3344	piraju@aabb.com.br
AABB Unai (MG)	(38) 3676-8869	unai@aabb.com.br



Mais do que defender  
os seus interesses,  
a **AAFBB** cuida  
do seu **bem-estar.**

A instituição tem como principal papel defender os direitos e interesses dos funcionários, aposentados e pensionistas do Banco do Brasil. Mas nós vamos além, e oferecemos diversos benefícios:



Seguros de vida e automóvel com condições especiais para os associados.



Descontos em estabelecimentos por meio do Clube de Benefícios.



Prêmios, ingressos de cinema e passagens aéreas do Clube de Vantagens.



Acesso exclusivo a convênios médicos, clínicas e laboratórios.



Sede campestre para você desfrutar momentos de lazer com sua família e amigos.



Orientação jurídica gratuita.

E você tem a oportunidade de perpetuar a convivência dos tempos do trabalho nos nossos encontros e eventos sociais. **Aproveite!**

Acesse nosso site e conheça a Representação AAFBB mais próxima de você!

**www.aafbb.org.br**

**0800 701 0805**

**aafbb**

Associação  
dos Aposentados e  
Funcionários do Banco do Brasil

# 20 motivos PARA FREQUENTAR A AABB



## 1 QUALIDADE DE VIDA

Investir na qualidade de vida dos associados e comunidade é um dos principais objetivos do Sistema AABB. Independentemente da idade, são inúmeras as opções de esporte, lazer e cultura que contribuem para a melhoria do bem físico, psicológico e emocional.

## 2 SEGURANÇA

As AABBs são lugares que permitem que associados participem de várias atividades, seja esportiva, cultural ou de lazer. Além de diversão garantida para toda a família, o melhor de tudo isso é que os clubes oferecem todos os serviços com muita segurança, desde a entrada no clube, um salva-vidas sempre perto das piscinas e vários funcionários capacitados para melhor atender os associados.

## 3 DIVERSÃO NAS FÉRIAS

Diversão garantida no período em que as crianças e adolescentes estão longe das salas de aula. Além do espaço do clube, várias AABBs realizam neste período Colônia de Férias, com várias atividades culturais, esportivas e lúdicas garantindo muita diversão e também muito aprendizado.

## 4 ESPORTE

Promoção de atividades esportivas com ênfase nos princípios do bem-estar e da confraternização entre os associados das AABBs e seus dependentes. Seguindo essas convicções, são oferecidas várias modalidades esportivas para o associado escolher o esporte de sua preferência.

## 5 INTEGRAÇÃO DOS APOSENTADOS

Pensando no bem-estar e qualidade de vida dos colegas aposentados do Banco do Brasil, as AABBs desenvolvem várias atividades voltadas para esse público que são, sem dúvidas, responsáveis pela construção e fortalecimento do Sistema AABB. Entre os eventos realizados está o Campeonato Nacional de Integração dos Funcionários Aposentados do Banco do Brasil – CINFAABB, maior festa esportiva do Sistema AABB, que reúne aposentados de todo o país em um só lugar, com competições esportivas, apresentações culturais e muito mais.

## 6 ÁREA VERDE

Estudos comprovam que o contato com áreas verdes e com a natureza fazem bem a saúde, diminuindo a incidência de doenças crônicas e aumentando a expectativa de vida. Espaços verdes não faltam nas AABBs. Muitas árvores e grama criam uma linda paisagem nos clubes. Muitos associados aproveitam o espaço para fazer aquele piquenique de fim de tarde e fazer aquela boa caminhada.

## 7 INCENTIVO À CULTURA

Promover ações culturais em parceria com a comunidade local tem sido referência nas AABBs. Para isso, desenvolvem projetos culturais no espaço do clube como corais e grupos de balés, e ainda cedem espaço para a sociedade realizar shows culturais, teatrais e cursos que visem o desenvolvimento da cultura no nosso país.

## 8 COMPETIÇÕES ESPORTIVAS

As AABBs promovem durante todo o ano várias competições esportivas em diversas modalidades. Cada competição tem características diferentes, mas o objetivo é o mesmo: valorizar o esporte local e unir os associados em momentos de confraternização e lazer. Além dos torneios, as AABBs ainda participam das Jornadas Esportivas promovidas pela FENABB e, o maior evento esportivo do Sistema AABB, o CINFAABB.

## 9 LAZER

As AABBs oferecem vários serviços para que os associados e dependentes aproveitem o espaço do clube da melhor forma possível. Piscinas, churrasqueiras, quadras poliesportivas, academias, salões de festas, espaços verdes, parquinhos, áreas verdes. O objetivo dos clubes é sempre o de oferecer para o associado lazer e diversão para toda a família.

## 10 ACADEMIA

Praticar exercícios físicos faz bem para a saúde e para o corpo. Uma vantagem para os associados das AABBs é que boa parte das Associações oferecem equipamentos e toda a estrutura de uma academia para que o associado possa aproveitar o espaço da melhor forma possível.

## 11 HOSPEDAGEM

Programar as férias ou mesmo uma temporada de descanso fi-

cou muito mais prático. AABBs de diversas localidades do país oferecem aos associados e à comunidade uma estrutura de hospedagem confortável, num ambiente aconchegante. O preço é bastante acessível e você, associado de qualquer AABB do país, pode desfrutar desse serviço.

## 12 CAMPING

No Sistema AABB, muitas Associações possuem áreas destinadas ao Camping. Esses locais são, geralmente, próximos à natureza e proporcionam ao acampante amplo contato com o meio ambiente. Além disso, oferecem estrutura com banheiros equipados com chuveiros e acesso a todo o espaço de lazer do clube.

## 13 SUSTENTABILIDADE

Promoção de ações e atividades que visam suprir as necessidades atuais dos seres humanos sem comprometer o futuro das próximas gerações. A sustentabilidade tem sido um dos objetivos mais importantes para o Sistema AABB e pauta permanente dos encontros de Gestores, para que se fortaleça ainda mais esse princípio.

## 14 SOLIDARIEDADE

Investimento em ações e projetos sociais em prol das comunidades em que estão inseridas. Várias são as parcerias de AABBs com grupos da comunidade que desenvolvem alguma ação que beneficie de forma positiva a comunidade.

## 15 CHURRASQUEIRAS

Os clubes oferecem espaço para aquele churrasco de fim de semana que reúne amigos e familiares em um momento de lazer e confraternização. Geralmente, o espaço de churrasqueiras é equipado com toda a estrutura necessária para a preparação dos alimentos, como pia, mesa, utensílios de cozinha, entre outros.

## 16 SALÕES DE FESTA

Realizar seu evento nunca foi tão prático! A maioria das AABBs possuem salões de festas e serviço de buffet. Outra vantagem, é que para quem é associado, o aluguel do espaço e do serviço ficam mais acessíveis.

## 17 RESTAURANTES

A maioria dos clubes também disponibilizam restaurantes para os associados aproveitarem o dia de lazer com maior comodidade e ainda para saborearem uma comida preparada especialmente para toda a família.

## 18 ESPAÇO PARA EVENTOS

Além de promover uma série de eventos esportivos e/ou sociais, o clube está sempre aberto para a comunidade realizar celebrações, festas e solenidades importantes. Isso permite que o associado da AABB também possa ter oportunidade de participar de ações junto à comunidade.

## 19 COMEMORAÇÕES FESTIVAS

Sabe quando aquele feriado está chegando e você não sabe o que fazer? Os clubes não só oferecem o espaço de lazer, mas também promovem festas em datas especiais para que os associados possam se divertir com seus familiares e amigos. Festas carnavalescas; festas juninas e festas de fim de ano são algumas das atrações.

## 20 DIVERSÃO TODOS OS DIAS

Frequentar uma AABB é diversão certa. Além de toda a estrutura e serviços oferecidos para o público de todas as idades, é possível se divertir todos os dias. Os clubes não param! ■

# Copa DO MUNDO é na AABB!



**F**altam poucos meses para começar o maior evento esportivo de futebol, a Copa do Mundo FIFA, que será realizada na Rússia. O maior país do mundo será responsável por receber atletas, organizadores, imprensa, turistas, fãs e amantes do futebol de todos os cantos do planeta, durante o evento esportivo que começa em junho.

Aqui no Brasil, as AABBs terão uma missão muito importante. Afinal, as afiliadas não podem perder a oportunidade de transformar esse megaevento em festa e confraternização nos clubes, reunindo associados, familiares e amigos

para torcerem juntos pela seleção brasileira e quem sabe festejar a conquista do Hexa.

Se tem uma coisa que o brasileiro gosta, sem dúvidas, é de futebol. Aqui nasceram muitos dos melhores jogadores do mundo. Há décadas vibramos com os gols do Pelé, que é reconhecido como o Rei do Futebol, e como esquecer os dribles do Garrincha que fez história. E ainda os “Ronaldos”, Fenômeno e Ronaldinho Gaúcho. Foi com a força e habilidade deles que alcançamos o Penta e nos tornamos a seleção com maior número de títulos do mundial. Agora vibramos com o Neymar, que faz parte

da nova geração de futebol. Juntos vamos alcançar o Hexa para enriquecer ainda mais a nossa história!

Os ídolos sempre mudam, mas se tem algo que não muda é a tradição brasileira. Casas decoradas, ruas enfeitadas com as bandeiras do nosso país e rapidamente tudo fica verde e amarelo. Já nos dias dos jogos reunir toda a família e amigos é crucial para que a partida renda gols. E no clube, segunda casa dos associados e referência no mundo esportivo, não poderia ser diferente: seguimos à risca essas tradições. Veja abaixo como foram as últimas Copas nas AABBs:

# 2010



AABB João Câmara (RN)



Santa Cruz do Sul (RS)



AABB Alto Araguaia (MT)

# 2014



AABB Colíder (MT)



AABB Ji Parana (RO)



AABB Patos (PB)

## Vem 2018!

Em 2018 vai ser ainda melhor! Queremos ver todas as nossas afiliadas promovendo grandes eventos. Para isso, é importante que o clube esteja preparado e comece desde já a planejar como será a realização desses eventos.

Abaixo listamos algumas ideias de ações que podem ser promovidas durante a Copa do Mundo:

- Reunir os associados para assistirem os jogos em um telão;
- Aproveitar a data dos jogos e promover uma festa junina;
- Criar festas temáticas ou almoços de confraternização;
- Aproveitar o clima da Copa e promover jogos de futebol solidário; entre outros.

“A Copa do Mundo é uma ótima oportunidade para promovermos eventos nos clubes e reforçarmos a importância do incentivo ao esporte, de momentos de lazer, harmonia e conagração entre associados e comunidade. A Copa do Mundo de 2018 é muito esperada pelos brasileiros que tanto almejam e torcem pelo Hexa. Por isso, é um momento que não podemos deixar passar em branco. Nossa missão é promover a integração entre nossos associados e comunidade para o maior evento de futebol do mundo. Vamos todos juntos comemorarmos mais uma conquista para o esporte brasileiro”, acredita o Vice-Presidente Esportivo da FENABB, Pedro Paulo Campos Magno. ■

# Dicas

## PARA ESCREVER corretamente

“MANDE ÁUDIO...! MANDE ÁUDIO...! NÃO MANDE ESCRITO NÃO...!”

ESSE ÁUDIO, QUE TERIA SIDO POSTADO EM UM GRUPO NO WHATSAPP, VIRALIZOU NAS REDES SOCIAIS. NESSA POSTAGEM, UMA PESSOA INSISTE PARA QUE NÃO MANDEM MENSAGENS ESCRITAS, POIS MUITOS PARTICIPANTES DO GRUPO TERIAM DIFICULDADE PARA LER. É PARA MANDAR “ÁUDIO” (SIC)!



A tecnologia da informação permite hoje que várias pessoas distantes umas das outras, sem domínio da escrita, se comuniquem, utilizando o áudio assíncrono. Isso é magnífico! Não significa, porém, o fim da escrita.

Na verdade, apesar das muitas possibilidades de divulgação de som

e da imagem, nunca se escreveu tanto na história da humanidade! Não só porque somos hoje mais de sete bilhões de pessoas no planeta, grande parte alfabetizada, mas especialmente por conta das tecnologias de informação que ampliaram também de forma admirável as possibilidades de interação com o uso da palavra escrita.

### Dessacralização da escrita

Essa facilidade de escrever e divulgar nossos textos acabou mudando nossa relação com a escrita, essa maravilhosa tecnologia criada, pelo que diz a história, há seis mil anos lá na região onde hoje é o



Iraque. A escrita perdeu a sacralidade que tinha no passado, quando havia poucas pessoas que sabiam escrever.

Essa “deserotização” do ato de escrever acabou resultando em uma certa banalização do texto escrito e na legitimação social de muitas variáveis linguísticas antes marginalizadas. Evita-se hoje dizer que um texto “está errado”. É mais elegante dizer que o texto “está inadequado.”

A Linguística nos ensina que gramáticas são várias. E cada uma é adequada para uma comunidade de falantes ou escreventes em um processo de interação específico, mais ou menos formal, mais ou menos fiel à Gramática Normativa, que é a gramática “oficial” dentre tantas outras.

## Muitos textos... pouco tempo

Fiz essa introdução para tentar mostrar a dificuldade que é apresentar “dicas para escrever corretamente” que é o tema que me foi solicitado. A dificuldade existe porque uma forma de escrever que é usual (“correta”) em uma comunidade de escreventes pode ser inadequada (“incorreta”) em outro ambiente.

Mas há, sim, algumas dicas que vão além do “escrever corretamente” e que valem para qualquer tipo de texto escrito em qualquer situação de comunicação: seja um artigo científico, um e-mail administrativo, uma redação do ENEM ou um post ou mensagem no Whatsapp, Facebook, Instagram, Telegram...

Afinal, independentemente da escolaridade do leitor, hoje, todos temos muita pressa, muitos textos para ler e...indisposição para a leitura. Vamos a essas dicas!

# AS DICAS

**1. ESCREVA FRASES CURTAS. ABUSE DOS PONTOS!** A cada ideia completa, coloque um ponto. Considere uma ideia completa aquela que você pode destacar do texto sem perder o sentido.

**2. ESCREVA NA ORDEM DIRETA!** E qual é a “ordem direta” da Língua Portuguesa? Sujeito + verbo + objeto + complemento. E se você não sabe o que é “sujeito”, “verbo”, etc.? Observe uma criança de dois anos elaborando uma frase. Ela utiliza a ordem direta: “Nenê qué papá!” Sujeito: Nenê. Verbo: qué. Objeto: papá. E o complemento? É o que vem depois do objeto! “Nenê qué papá no colo da Vovó!” Essa é uma frase na ordem direta com uma ideia completa.

**3. FAÇA PARÁGRAFOS CURTOS.** Parágrafo é um bloco de frases. Um parágrafo não pode ter mais que cinco linhas. E depois de cada parágrafo, dê um espaço duplo. Parágrafos com poucas linhas e bem arejados facilitam a leitura.

**4. NÃO ESCREVA COMO VOCÊ FALA.** A oralidade dispõe de recursos, especialmente de entonação e volume, que modalizam o discurso. Podemos até “atropelar” a fala, que esses recursos acabam “consertando” a frase. Na escrita, não temos nada disso. Apenas a pontuação (Abuse dos pontos!), e alguns recursos gráficos, como a caixa alta, negrito, itálico, cores. E essas possibilidades devem ser usadas com moderação, para não poluir o texto e dispersar a atenção do leitor.

**5. NÃO ESCREVA COM PRESSA!** A pressa não é apenas inimiga da perfeição. A pressa é amiga da confusão! Leia várias vezes o que for divulgar. Revise, altere, revise de novo, depois envie ou publique. Se você tem pressa, telefone ou “mande audo...!”

Umberto Eco, filósofo italiano, disse que as redes sociais deram espaço para os imbecis se expressarem. Ora, o que é imbecilidade para uns pode não ser para outros. De qualquer forma, seja idiotice ou não, procure escrever com alguma qualidade. E aqui fica a última dica:

**6. Se formos escrever uma idiotice, que seja, pelo menos, bem escrita...**

COMENTÁRIOS ÀS CONTRIBUIÇÕES  
SINDICAIS SOB A ÓTICA DA

# reforma trabalhista



COM O ADVENTO DA LEI Nº 13.467/17, COMUMENTE CONHECIDA COMO “LEI DA REFORMA TRABALHISTA”, DIVERSOS DISPOSITIVOS FORAM ALTERADOS, INCLUSIVE AQUELES REFERENTES À “CONTRIBUIÇÃO SINDICAL”, QUE TRATAREMOS ADIANTE.

DESDE MEADOS DE 1940 O RECOLHIMENTO DA CONTRIBUIÇÃO SINDICAL ERA OBRIGATÓRIO, TANTO PELOS EMPREGADOS COMO PELOS EMPREGADORES. ATUALMENTE, O SEU RECOLHIMENTO PASSOU DE OBRIGATÓRIO A MERAMENTE VOLUNTÁRIO, OU SEJA, DESDE QUE FORMALMENTE AUTORIZADO POR CADA UM DOS CONTRIBUINTES.

**A**ssim, a **contribuição sindical dos empregados**, que corresponde a 01 (um) dia de trabalho, somente poderá ser descontada pelo empregador, no mês de março de cada ano, se o empregado voluntariamente autorizar o recolhimento em favor do respectivo sindicato, prévia e expressamente. Vejamos o que estabelece a nova redação dada ao Art. 582, da Consolidação das Leis do Trabalho – CLT:

*“Art. 582.  
Os empregadores são obrigados a descontar da folha de pagamento de seus empregados, relativa ao mês de março de cada ano, a contribuição sindical dos empregados que autorizaram prévia e expressamente o seu recolhimento aos respectivos sindicatos.  
(...)”*

Portanto, o desconto da contribuição sindical em folha de pagamento está sujeito à anuência dos trabalhadores, de modo que, somente pagarão a contribuição aqueles que a autorizarem.

Caso algum empregado não esteja trabalhando no mês destinado ao desconto da contribuição sindical, e que venha a autorizar expressamente o recolhimento, o valor correspondente será descontado no primeiro mês subsequente ao do reinício do trabalho.

Assim, a fim de regular a rotina administrativa e contábil da empresa, bem como resguardar a Associação em caso de eventual questionamento por parte dos Sindicatos, pode o empregador, com antecedência ao processamento da folha de pagamento do mês de março de cada ano, comunicar formalmente os seus empregados, seja por e-mail coletivo ou outro canal de divulgação normalmente utilizado, para a entrega da autorização prévia e expressa por aqueles que optarem por autorizar o desconto da contribuição sindical correspondente a um dia de seu salário.

**Quanto aos empregadores**, o recolhimento da contribuição sindical, em favor do respectivo sindicato patronal, passa também a ser facultativo, consoante assim determina o Art. 587, da CLT:

*“Art. 587.  
Os empregadores que optarem pelo recolhimento da contribuição sindical deverão fazê-lo no mês de janeiro de cada ano, ou, para os que venham a se estabelecer após o referido mês, na ocasião em que requererem às repartições o registro ou a licença para o exercício da respectiva atividade.”*

Para os empregadores, a denominada **contribuição sindical patronal** corresponde a uma importância proporcional ao capital social da firma ou empresa, registrado nas respectivas Juntas Comerciais ou órgãos equivalentes, mediante a aplicação de alíquotas, conforme a tabela progressiva indicada no inciso III, do Art. 580, da CLT. Contudo, em seu parágrafo 6º, consta previsto que a Contribuição Sindical Patronal não é devida pelas entidades ou instituições que comprovem não exercerem atividade econômica com fins lucrativos e que não remunerem seus dirigentes.

Desse modo, as AABBs que se enquadrem em tais condições, em verdade, permanecem isentas do recolhimento da Contribuição Sindical Patronal.

Prestadas as informações, aproveitamos para tecer breves comentários a respeito de outras modalidades de contribuições, quais sejam:

a) A **Contribuição Estatutária**: é aquela prevista no Estatuto do Sindicato e decorre de filiação voluntária, sendo cobrada uma determinada mensalidade do filiado. Portanto, tal contribuição somente será devida pelos empregados ou empregadores efetivamente filiados ao sindicato da categoria, em contrapartida aos serviços prestados pelas entidades sindicais, como atendimento médico, dentário, assistência judiciária, etc.;

b) A **Contribuição Assistencial**: também denominada “taxa assistencial” ou “desconto assistencial”, é aquela aprovada em assembleia geral da categoria e fixada em convenção coletiva de trabalho. Sua cobrança está relacionada com o exercício do poder de representação da entidade sindical no processo de negociação coletiva. Seu desconto é facultativo, não podendo ser feito em relação ao não associado ao sindicato;

c) A **Contribuição Confederativa**: tem por objeto o custeio do sistema confederativo, do qual fazem parte os sindicatos, as federações e confederações, tanto da categoria profissional como da econômica, sendo fixada em assembleia geral do sindicato. Assim como na contribuição sindical, os empregadores só serão obrigados a descontar a contribuição confederativa dos empregados quando por estes forem prévia e expressamente autorizados.

Maiores esclarecimentos sobre o assunto podem ser obtidos junto à Consultoria Jurídica da FENABB ([juridico@fenabb.org.br](mailto:juridico@fenabb.org.br)).

# A IMPORTÂNCIA DA comunicação *digital* PARA OS CLUBES



**F**oi-se o tempo em que a comunicação dos Clubes limitava-se a produção de material impresso como cartazes, revista, folhetos, faixas e banners, entre outros.

Esse tipo de Comunicação ainda é muito importante e faz parte das ferramentas *offline*. Ocorreu, porém, uma grande revolução nos meios de Comunicação, que acompanhou os avanços tecnológicos e a mudança de hábitos do consumidor.

Hoje, é fundamental incluir as ferramentas *online* para que os Planos de Comunicação sejam mais eficazes e atinjam os objetivos de marketing dos Clubes, como fidelizar o público interno, atrair novos associados e também criar um forte e eficaz canal de relacionamento.

Pesquisas apontam que mais de 1 bilhão de pessoas no mundo utilizam as redes sociais. O Brasil lidera este ranking. Com certeza o

seu associado, bem como o público-alvo para se associar, frequenta este ambiente virtual.

Mas precisamos fazer um importante alerta para os Dirigentes de AABBs: **gerenciar as redes sociais envolve muito mais do que simplesmente fazer publicações**. Este artigo visa proporcionar maior conhecimento dessas mídias, para que possamos obter uma melhor inserção das AABBs neste meio de comunicação.

## CONHEÇA UM POUCO MAIS DAS PRINCIPAIS REDES SOCIAIS

### FACEBOOK

O Facebook é uma rede social que une as pessoas a seus amigos e àqueles com quem trabalham, estudam e convivem. O primeiro passo para divulgar o seu clube no Facebook é criar uma fanpage e desenvolver um conteúdo direcionado ao seu público-alvo. O Facebook é um canal de relacionamento, que o Clube pode utilizar como forma de divulgação de seus serviços.

### INSTAGRAM

O Instagram é um aplicativo de publicação de fotos gratuito para celulares. Diversas empresas já utilizam o aplicativo como ferramenta de divulgação dos seus produtos. O Instagram dispõe de uma seção de informações e mé-

tricas que fornece informações sobre seus seguidores, quais são os posts com melhor desempenho e quais horários de maior acesso.

### LINKEDIN

O LinkedIn é uma rede social para utilização estritamente profissional. Digamos que é um currículo online que possibilita a todo o usuário estar sempre disponível a amigos, amigos de amigos e a outros participantes visando contatos profissionais.

### TWITTER

O Twitter é um microblog que permite a publicação de fotos, vídeos e textos (máximo de 140 caracteres). Essa ferramenta pode ser utilizada pelos clubes para divulgar notícias, produtos ou serviços, e

até mesmo responder as dúvidas dos associados

### HASHTAG NAS REDES SOCIAIS #

É uma palavra-chave antecedida pelo jogo da velha (#), geralmente utilizada para identificar o tema do conteúdo que está sendo publicado ou compartilhado nas redes sociais. Escrevendo a palavra-chave antecedida de “jogo da velha” (#), o clube pode divulgar um link no twitter sobre determinado tema. Ao clicar na hashtag, o usuário vê tudo o que foi falado na rede social sobre aquele assunto. A FENABB utilizou este mecanismo no ENA 2017, usando a **#eunoena** para identificar todas as postagens feitas sobre o evento nas redes sociais.

## DICAS

A realização de uma campanha de comunicação em rede social envolve análise de cenários, definição de objetivos e um bom planejamento. Seguem algumas dicas sobre a presença nas mídias sociais que podem facilitar a inserção no meio digital.

1. Destaque um responsável para cuidar das redes sociais da sua AABB, preferencialmente pessoa com conhecimento básico de comunicação e com boa escrita.
2. Frequência de postagens - A recomendação padrão para quem tem uma página no Facebook é postar cerca de duas vezes ao dia. Mas isso vai depender dos seus objetivos e também do número de pessoas que acompanham o seu perfil. Já no Instagram uma publicação diária é suficiente — mas você pode postar cerca de três conteúdos por dia, desde que sejam relevantes, variando entre imagens e vídeos.
3. Criar o perfil do clube não é suficiente para uma boa divulgação nas redes sociais. É necessário manter a página constantemente atualizada e em constante comunicação com o associado, respondendo perguntas, críticas e sugestões, além de produzir conteúdos atrativos para o seu associado.
4. É importante lembrar que a página da AABB nas mídias sociais não é uma página pessoal, e sim a

página de uma Instituição conceituada no mercado. Dessa forma, é preciso planejar a presença nas mídias sociais levando em conta o perfil do SISTEMA AABB, maior rede de clubes do mundo e que tem como principal objetivo promover esporte, diversão e lazer para toda família.

5. Quanto ao conteúdo, é importante utilizar mensagens curtas e objetivas e imagens atrativas. Sempre tenha muito cuidado com imagens e textos! Como dissemos, a página nas mídias sociais representa uma Instituição consolidada. Jamais utilize imagens que comprometam essa posição, como fotos com bebidas alcoólicas, imagens sensualizadas e outras situações que prejudiquem a boa imagem de sua AABB.

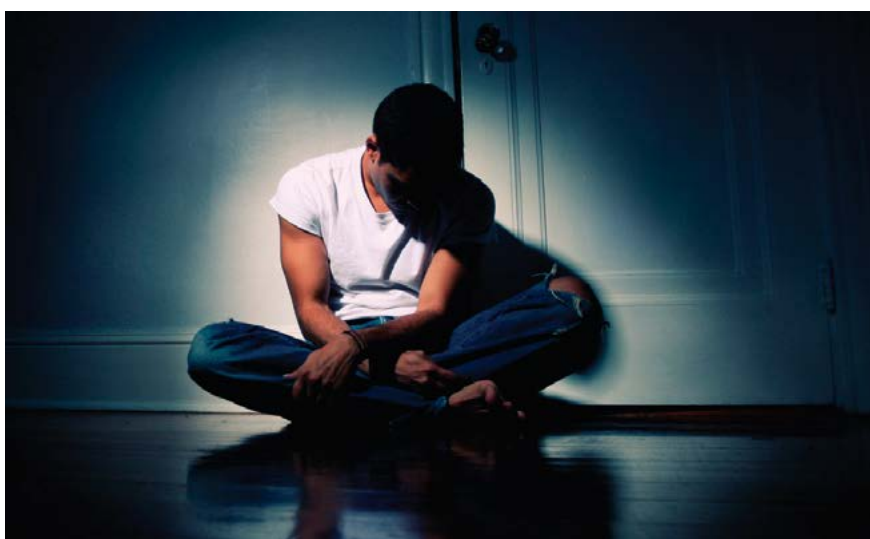
6. Melhores dias e horários para fazer postagens: não existe uma regra geral que vale para todas as empresas. O ideal é que você analise e avalie quais os horários que funcionam melhor para a sua AABB. Pesquisas apontam que no Facebook quinta-feira é o dia mais recomendável para se postar, sendo das 12h às 13h o melhor horário, seguido do começo da manhã, entre 8h e 9h. Já no Instagram, o melhor dia é segunda-feira, às 8h e às 17h.

Quer saber mais? Consulte-nos no e-mail [marketing@fenabb.org.br](mailto:marketing@fenabb.org.br). Estamos à sua disposição!

# Depressão

## "MAL DO SÉCULO"

### *Como prevenir?*



**D**epressão é um problema de saúde grave que pode interferir na qualidade de vida, nos relacionamentos com familiares e amigos, assim como no trabalho ou nos estudos. Pode afetar qualquer pessoa, em todas as fases da vida.

Alguns fatores de risco contribuem para o aumento da vulnerabilidade deste transtorno psiquiátrico. Casos de depressão na família, eventos estressantes, doenças crônicas e uso de substâncias psicoativas estão entre os mais estudados.

É importante ressaltar que o uso abusivo de álcool e/ou consumo de drogas, como cocaína e maconha, também é um desencadeador da doença. Desta forma, evitar essas substâncias pode ajudar a minimizar as chances de desenvolver sintomas depressivos.

Diante disso, a pergunta que todos se fazem é: o que é possível fazer para evitar a depressão?

Saúde física e mental estão diretamente ligadas. Portanto, cuidar da saúde física como um todo é também cuidar da mente. Já é

comprovado que atividades físicas são fundamentais para o tratamento de depressão, pois ajudam a melhorar os sintomas do transtorno. Estudos mais recentes têm apontado que a prática regular de exercícios pode ajudar também na prevenção da doença.

Por isso, espaços de lazer são excelentes alternativas, pois favorecem tanto o convívio social quanto a prática de atividade física. Essas áreas são benéficas, principalmente, para aposentados. É muito comum que, com a aposentadoria, o indivíduo se isole das pessoas, fique ocioso ou passe a maior parte do tempo em casa sem falar com ninguém e sem se sentir útil. E isso contribui para o risco de depressão nesta faixa etária. Então, estar em um clube, convivendo com outras pessoas, fazendo atividade física ajuda bastante na prevenção da doença entre os idosos.

Por fim, é preciso conscientizar as pessoas de que depressão é uma doença grave. O diagnóstico precoce e tratamento adequado com um psiquiatra ajuda a melhorar os sintomas, além de proporcionar uma vida normal para o indivíduo.

Lembre-se: a pessoa deprimida precisa de ajuda e não de críticas!

Dra. Helena Moura, psiquiatra e psicoterapeuta, especialista em Dependência Química e em Psicogeriatría, área médica focada no tratamento de transtornos mentais que acometem idosos. A médica é também doutoranda no Centro de Estudos em Álcool e Drogas (CPAD), da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS); preceptora da residência de psiquiatria do Hospital de Base, na área de Dependência Química, e membro da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) e da Associação Psiquiátrica de Brasília (APBr).



## Documentos

**Projeto Político-Pedagógico**

Acesse a relação de documentos sobre o planejamento pedagógico do programa

**Manual de Identidade Visual**

Baixe o Manual de Identidade Visual do Programa AABBB Comunidade

**Caderno de Normas, Procedimentos e Orientações**

Veja a versão atual do caderno de normas, orientações e procedimentos na versão em PDF

**Materiais Didático-Pedagógicos**

A FENABB está disponibilizando os Cadernos de Oficinas para download diretamente no site.

# O Portal do Programa **AABBB Comunidade**

## ESTÁ DE CARA NOVA

**A** FENABB lançou, recentemente, o novo site do Programa AABBB Comunidade. Além do visual repaginado, clean e moderno, agora ficou muito mais prático acessar notícias e informações. O Portal permite uma navegação mais simples, intuitiva e responsiva, e pode ser visualizado em todos os tipos de dispositivos com alta resolução, maior qualidade e acessibilidade.

A Federação realizou todas essas mudanças pensando nos leitores que acompanham, se inspiram e se emocionam diariamente com as ações realizadas pelos milhares de educandos espalhados pelo país, que

dão um show no esporte, na cultura e principalmente no quesito cidadania.

### Seu Programa em pauta

Para divulgar as ações realizadas pelo Programa em sua cidade, envie um resumo da atividade realizada para o e-mail [fenabb@fenabb.org.br](mailto:fenabb@fenabb.org.br), acompanhado de fotos e um telefone para contato com DDD. A partir daí, a equipe do Núcleo de Comunicação da Federação fará contato para apurar mais informações e a matéria será publicada.



*Suor custa muito*

*Apoiar o esporte não custa nada*

**LEI DE INCENTIVO AO ESPORTE**

ACESSE [WWW.FENABB.ORG.BR](http://WWW.FENABB.ORG.BR) E SAIBA MAIS

 **FENABB**  
Federação das AAB