

# PREVNEWS

Edição 8 | Junho 2012



## Arnaldo Apolinário

Suas memórias e boas recordações

Pág. 4



**Foto maior** da esq. para dir.: Arnaldo Apolinário, Hitler Massoco (Tite), Wáldyr Massoco, Renato Baldin e Wladimir Antonio Guilherme.

**Foto menor** da esq. para dir.: Arnaldo Apolinário, Odair Faria, Paulo Santana e José C. Nunes.

Vídeo do VelhoBol  
na internet

Pág. 2

Alimentos que  
proporcionam imunidade

Pág. 6

Coral  
Instituto 3M

Pág. 8

## Editorial

Amigos prevemistas,

Na edição passada inauguramos o **nosso novo** jornal. Como um presente pelos 30 anos da PREVEME, ele veio com um visual diferente e matérias que levam informação para toda a família.

Mas o nosso objetivo continua o mesmo: manter uma relação próxima com você. Por isso, a participação dos prevemistas é tão importante. Através dessa proximidade, e do novo jornal, mostramos o que temos de mais rico na 3M: a sua história.

Nesta edição vamos ouvir os *causos* do Arnaldo Apolinário, saber onde encontrar o vídeo do VelhoBol e conhecer as últimas inovações da 3M. Além disso, a Coluna Viver Bem traz um assunto que têm tudo a ver com o inverno: alimentos que aumentam a imunidade. Confira também dicas sobre a mudança na regra da poupança.

Boa leitura!

# Vídeo do VelhoBol na internet



Quem estava ansioso para assistir, agora pode matar a curiosidade! O vídeo do VelhoBol – o encontro aconteceu em fevereiro, no Clube da 3M de Sumaré – já pode ser visto através do site da PREVEME.

Reveja os melhores momentos do evento que rendeu, além da prática de atividades físicas, boas conversas e recordações!

Acesse o link:  
**[www.preveme.com.br](http://www.preveme.com.br)**



### EXPEDIENTE

O informativo PrevNews é uma publicação bimestral da PREVEME. Para enviar notícias, sugestões ou críticas: [preveme@mmm.com](mailto:preveme@mmm.com)

**Colaboração:** Jefferson de Oliveira, Vagner B. L. Silva, Ana M. Bento

**Relações Públicas:** Carolina Duarte, Lúcia Zilliotti e Layza Portes

**Diretoria Executiva:** Fernando do Valle, Claudinei Alves, Gustavo Ceccato, Rita Duarte, Soraya Benito

**Conselho Deliberativo:** Júlio Gandara, Francisco Barbeiro, Odair Faria

**Conselho Fiscal:** Márcio Pomini, Anderson Cotrim, Sérgio Cangiani

**Redação e editoração:** Serifa Conhecimento e Comunicação – [www.serifa.com.br](http://www.serifa.com.br)

**Fotos:** Arquivo 3M (exceto quando explicitamente creditadas)

© PREVEME 2012. Todos os direitos reservados.



# Vantagens da poupança

**A poupança é o assunto do momento. Com a recente redução da taxa Selic, a nova regra passa realmente a vigorar e a poupança sofre uma leve queda de rendimento.**

Muitos especialistas já recomendam a escolha de outros produtos de renda fixa, supostamente mais rentáveis. Porém, segundo o consultor financeiro, Gustavo Cerbasi (matéria publicada junho no site [www.maisdinheiro.com.br](http://www.maisdinheiro.com.br)) o mais recomendado é ter cautela.

“Digamos que um trabalhador tenha saldo de R\$ 5.000 na caderneta e poupe regularmente R\$ 100 ao mês. Contando que o saldo de R\$ 5.000 conti-

nuará rendendo 6,17% ao ano e que os R\$ 100 mensais renderão 5,95% ao ano (rendimento atual), em cinco anos o saldo será de R\$ 13.718,59. Se, para acessar um produto que pague 100% do CDI, o trabalhador tiver de abrir uma conta que lhe custe R\$ 10 por mês, mais uma tarifa de R\$ 7 a cada DOC enviado (abatendo esses custos do valor que seria poupado), o saldo após cinco anos será de R\$ 12.993,85. Nessa conta, descontei somente 15% de Imposto de Renda, supondo que ne-

nhum saldo será resgatado antes de completar dois anos de aplicação”, observa Gustavo.

Portanto, antes de migrar para outro produto de renda fixa, o poupador deve avaliar todos os custos da mudança, incluindo as tarifas para acessar o produto, a taxa de administração, a taxa de custódia (no caso de títulos públicos), a taxa de carregamento (no caso de planos de previdência) e a tabela regressiva do IR.

## Mudança na poupança. Como funciona?

**Antes:** rendimento fixo de 6,17% ao ano + TR.

**Agora:** Selic maior que 8,5%. Rendimento fixo 6,17% ao ano + TR.

Selic de 8,5% ou menos. Rendimento passa a variar 70% da Selic + TR (somente para novos depósitos).

**Fontes:** [www.maisdinheiro.com.br](http://www.maisdinheiro.com.br) e [www.g1.com.br](http://www.g1.com.br)

# Memórias de Arnaldo

Um prevemista que tem histórias para dar e vender

Arquivo pessoal de Arnaldo Apolinário



Da esq. para dir.:  
Arnaldo Apolinário,  
Odair Faria, Paulo Santana  
e José C. Nunes

Tudo começou quando, em 1956, um vendedor da 3M bem trajado, de terno e gravata, entrou na loja de macarrão em que Arnaldo Apolinário trabalhava. Nesse momento ele lançou um desafio a si mesmo: que um dia trabalharia na empresa.

O tio de um amigo, com o qual fazia inglês junto, o ajudou a conseguir o emprego. O nome dele era Dirceu Ricci e já trabalhava na companhia. A desenvoltura em vendas e, principalmente, o conhecimento no inglês, fez com que Arnaldo con-

seguisse a vaga. Ele nem imaginava que estava prestes a começar uma longa carreira de sucesso.

“Cruzei pela primeira vez os portões da 3M, na fábrica de Sumaré, no dia 3 de setembro de 1956. Entrei como auxiliar de vendas, especializado em fitas adesivas. Já no ano seguinte substituí um funcionário de férias em São Paulo, quando fui convidado para ser transferido para lá”, conta Arnaldo que ficou na capital até 1959 e depois regressou à matriz (Sumaré).

O prevemista guarda na memória inúmeras histórias que dariam um livro e, sobretudo, relatam a evolução e as mudanças pelas quais a 3M passou durante todos esses anos. Dos 79 anos, 37 são de 3M. Sem dúvida, a empresa preencheria alguns desses capítulos. A começar pelo computador: “Os principais meios de comunicação eram o telex e o telefone. Por volta de 1970, quando a 3M optou por adquirir o computador, que ainda era novidade para todos nós, eu fui o primeiro a se manifestar em colocá-lo no depar-



Inauguração – Filial (reg. Nordeste)



Arnaldo e família



Festa da Bengala 2011



Convenção de vendas (Salvador - BA)



Arnaldo com a esposa no clube 3M



Festa da Bengala 2011



Inauguração – Sede Regional (Porto Alegre)



Arnaldo, esposa e netos



Festa da Bengala 2011



Clube da Bengala 1986



Festa da Bengala 2004



Festa da Bengala 2010

tamento. Na época falava-se muito que o equipamento ocuparia o papel do homem e, por isso, muitos tinham receio”, recorda Arnaldo, que passou por treinamento durante uma semana para colaborar com os programadores e analistas de sistemas da 3M.

Entre as boas recordações também estão os almoços no restaurante de Sumaré, que era localizado onde atualmente é o Clube 3M e os eventos, como as Convenções de Vendas. “O almoço era delicioso, mas o restaurante ficava muito longe da fábrica e

por isso tinha um ônibus que levava a gente até lá. Algumas pessoas, mesmo assim, preferiam ir antes (à pé) para sobrar um tempinho e jogar pingue-pongue”, conta. “Sinto muito falta das convenções. Nas folgas, nos divertíamos muito. Boas lembranças”, ressalta.

Arnaldo é casado há 50 anos, tem dois filhos e três netos. Com uma memória invejável, ele conta sem pestanejar detalhes e datas que marcaram sua vida. Mesmo aposentando-se em 1983, permaneceu na 3M por

mais quase dez anos. Hoje ocupa seu tempo revendo os amigos que ainda mantém contato, seja por telefone, através de encontros em bares, festas ou viagens. Além disso, ele e sua esposa são voluntários em instituições de Campinas, Sorocaba e Piracicaba.

“Você pode conseguir tudo o que quiser dependendo da sua vontade de trabalhar”, finaliza Arnaldo. O prevemista encerrou sua carreira na 3M com muitas vitórias e orgulha-se dos bons frutos que colhe de toda sua dedicação.

# Alimentos que proporcionam imunidade

No inverno, as gripes e resfriados atrapalham a rotina de qualquer pessoa. Mas, você sabia que a alimentação pode aumentar sua imunidade e prevenir essas doenças? Uma dieta saudável, rica em frutas, legumes, verduras e cereais integrais é fonte de vitaminas, minerais e substâncias antioxidantes. Isso é tudo que o organismo precisa para fortalecer o sistema imunológico e melhorar a defesa antioxidante para que, quando ocorrer contato com o vírus, o corpo consiga combatê-lo de forma eficiente.

Durante o frio, nosso apetite também aumenta, já que nesses dias o organismo gasta mais energia para manter a temperatura corporal. Para compensar esse gasto energético, ele necessita de maior ingestão de calorias, aproximadamente 30% a mais do que nos dias quentes. Então, é importante ficar atento à escolha dos alimentos!

## Confira alguns dos alimentos que são importantes para a alimentação nesta época do ano:

### Vitamina C

**Alimentos:** acerola, limão, laranja lima, kiwi, caju, tomate, morango, folhas verdes escuras e pimentão verde.

Aumentam a produção das células de defesa, aumentando a resistência à infecções.

### Vitamina A

**Alimentos:** cenoura, abóbora, batata doce, milho, damasco seco, brócolis, melão cantalupo, mamão.

A ausência da vitamina A aumenta a probabilidade de infecções bacterianas e virais, como a gripe.

### Vitamina E

**Alimentos:** germe de trigo, óleos vegetais, amêndoas, nozes, castanha-do-pará, gema, vegetais folhosos e legumes.

Têm grande capacidade antioxidante e protegem contra os radicais livres. Um organismo com muitos radicais livres está mais sujeito à infecções.

# Meguiar's a um clique



Os apaixonados por carros agora podem adquirir os produtos Meguiar's na loja virtual oficial da marca. Além da vantagem do frete grátis para todo o país, os usuários contam com lançamentos, promoções e brindes exclusivos.

A linha de ceras Ultimate é um dos destaques do site. A nova linha da Meguiar's é desenvolvida com a mais avançada tecnologia em ceras sintéticas, que garante a máxima proteção, durabilidade, profundidade da cor e reflexão do brilho.

O lustrador Ultimate também é uma das novidades que está disponível na loja. O produto, que deve ser utilizado antes do enceramento, proporciona brilho mais intenso para pintura, um verdadeiro brilho de "show car".

Além da venda pela loja virtual <http://loja.3m.com.br/megiars>, os produtos também podem ser encontrados nas lojas de tintas automotivas e varejo de autopeças em todo Brasil.



## Brilho em Águas de Lindóia

Pelo terceiro ano consecutivo, a marca Meguiar's esteve presente no Encontro Paulista de Autos Antigos em Águas de Lindóia, São Paulo.

A 17ª edição do evento, realizada de 27 de abril a 1º de maio, contou com a ilustre presença de Barry Meguiars, neto do fundador da marca.

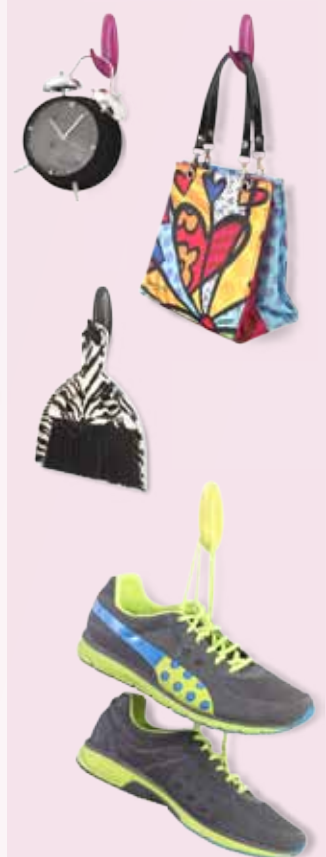
O retorno do público foi excelente. Mesmo com chuva, 230 mil pessoas visitaram o evento e cerca de 400 carros foram expostos.

## Bonito, organizado e colorido

Preto, azul, amarelo, roxo e pink. Estas são as novas cores dos ganchos plásticos Command™ Design. Famosos por pendurar objetos com facilidade sem estragar as superfícies e sem deixar marcas, a linha de ganchos foi renovada para deixar os ambientes ainda mais bonitos e organizados.

A linha Command para fixação de quadros também apresenta novidades. São dois novos modelos de suportes metálicos. O de tamanho médio suporta até 2,3 kg, enquanto o de tamanho grande, 3,4 kg. Os novos suportes são robustos e chegam para atender uma demanda por fixação de quadros mais robusta.

Confira a linha de produtos, dicas de uso e instruções de aplicação e remoção em [www.command3m.com.br](http://www.command3m.com.br)



# Coral Instituto 3M

**Cantar é espantar os males, como dizem os grandes compositores. Por isso, não perca a oportunidade de participar do Coral do Instituto 3M**

O prevemista Tarcisio Ranzani, que trabalhou por 37 anos na 3M, participa do Coral desde abril. Ele vê a atuação no coral como um ato de solidariedade, além de ser algo que faz bem para o corpo e para a alma. “A oportunidade é ótima para reencontrar os amigos nos ensaios e até mesmo nos corredores e nas apresentações na própria 3M. Acho bom reservar um tempo como voluntário e levar a música como forma de alegria as pessoas”, comenta.

Tarcisio incentiva todos os prevemistas a participar dos encontros: “É um grande aprendizado! Nos sentimos ainda mais úteis e ainda prestamos um serviço à sociedade”, conclui.



Da esq. para dir.: Sebastião Sanches, Marcos Araujo, Jailson Silva, Reginaldo Santos, Liliâne Matos, José Freitas, Daniele Silva, Lucy Barcellos, Marizilda Trindade, Velma Pyles, Tarcisio Ranzani e Layza Portes

**Ensaios:** segundas-feiras, das 17h às 19h, no auditório do CTC, em Sumaré.

Mais informações pelo email [vcpyles@mmm.com.br](mailto:vcpyles@mmm.com.br) ou pelo telefone (19) 3838.7424.

## Clica aqui

Você já acessou o site da PREVEME?

Continue de olho nas últimas informações e novidades. Se tiver sugestões, envie para nós: [preveme@mmm.com](mailto:preveme@mmm.com)

[www.preveme.com.br](http://www.preveme.com.br) 

## 30 anos de PREVEME

Em 30 anos, a PREVEME já tem muita história para contar e, para isso, precisamos da sua ajuda.

Queremos conhecer sua história na 3M, saber de momentos divertidos ou mesmo momentos de evolução pelos quais passou na empresa.

Para participar, ligue para (19) 3838-7141 ou envie um e-mail para [preveme@mmm.com](mailto:preveme@mmm.com).

Continue construindo essa história!

PREVEME **30** anos