

# PREVNEWS

Edição 38 | Setembro 2017

## José Decio Buso

Sonhos realizados na 3M

Pág. 10



Lazer e terapia para  
todas as idades

Pág. 4

Paixão pela leitura  
e pela escrita

Pág. 6

Superação e Inspiração:  
com Vanderlei Alvarenga

Pág. 16

**EXPEDIENTE**

O informativo PrevNews é uma publicação bimestral da PREVEME.

**Colaboração:** Jefferson de Oliveira, Ana M. Bento, Letícia D. Silva e Rui Rondan

**Relações Públicas:** Lúcia Ziliotti, Layza C.P.V. Mesquini e Eligio W. de Santis Jr.

**Diretoria Executiva:** Gustavo Ceccato, Claudinei Alves e Rita Duarte

**Conselho Deliberativo:** Fernando do Valle, Francisco Barbeiro e Afonso Chaguri

**Conselho Fiscal:** Márcio Pomini, Renata Ventura Mendes e Anderson Cotrim

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

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

© PREVEME 2017. Todos os direitos reservados.

**Equipe Preveme**

Jefferson de Oliveira, Letícia Dal Gallo da Silva, Alex Silva, Ana Maria M. Bento e Rui Rondan.

Para entrar em contato, basta enviar um e-mail para [3mpreveme@mmm.com](mailto:3mpreveme@mmm.com).

# Editorial

Amigos prevemistas,

A edição de setembro do PrevNews traz uma entrevista com José Decio Buso, que relembrou as histórias, conquistas e desafios ao longo dos 27 anos e meio em que passou na 3M. Ele ainda contou, é claro, como está sua vida como aposentado e revelou que uma das tradições do Clube 3M é fruto de uma antiga receita de sua família.

Está buscando um novo hobby para a aposentadoria? Veja como a internet pode lhe ajudar, oferecendo dicas para diferentes tipos de trabalhos manuais que podem funcionar até como terapia.

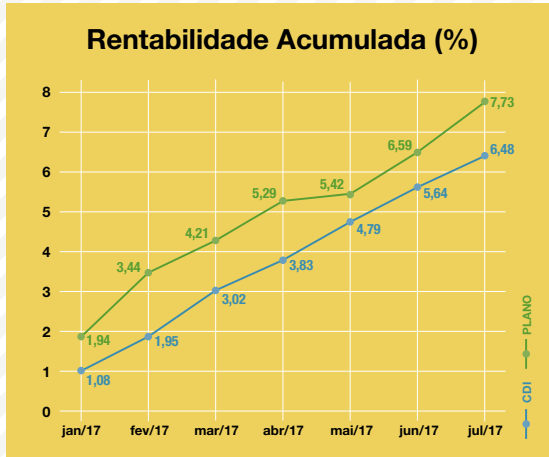
Você sabia que a 3M foi reconhecida, por mais um ano, como uma das melhores empresas para trabalhar no Brasil? Confira como foi a premiação nas páginas 14 e 15.

Por último, veja também a trajetória do prevemista Marcos Ceará como escritor amador, que recentemente publicou seu novo livro, e inspire-se com a história de muita superação do aposentado Vanderlei Alvarenga.

Boa leitura!

**Equipe PrevNews**

# Índices: rentabilidade acumulada



O gráfico ao lado compara a rentabilidade acumulada da PreveMe com o Certificado de Depósito Interbancário (CDI), que são títulos emitidos pelos bancos como forma de captação ou aplicação de recursos excedentes.

Quem quiser enviar uma sugestão de tema ou contar sua história por aqui, entre em contato pelo e-mail [rui.rondan@gmail.com](mailto:rui.rondan@gmail.com) ou pelos telefones (19) 3252-2202 ou (19) 9 8134-4470.



## Nota de falecimento



**Sebastião Elcio  
Mariano**

★ 08/09/1947

† 06/06/2017



**Clésio Pacheco  
Duarte**

★ 26/02/1940

† 31/07/2017

# Trabalhos manuais: lazer todas as idades

Em nossa sociedade, a aposentadoria é sempre conhecida como a fase de colher os frutos: após anos de trabalho, é momento de descansar e desfrutar de tudo o que foi conquistado, passando os dias com paz e tranquilidade. Mas com o passar do tempo, fica cada vez mais claro que, mesmo na aposentadoria, precisamos de atividades que nos mantenham ativos. E, de fato, a ciência comprova que nosso corpo e nossa mente precisam de ocupações que os façam trabalhar, proporcionando melhor qualidade de vida.

Nesse sentido, as atividades manuais são grandes aliadas no desafio de manter uma vida ativa durante a aposentadoria. E mais do que um lazer, esse tipo de ocupação funciona até como uma terapia para to-

das as idades, já que pode diminuir os níveis de estresse e nos mantém distraídos e dinâmicos.


São várias opções de trabalhos manuais que podem ser desenvolvidas, de acordo com a sua preferência: bordado, marcenaria, desenho e pintura, origamis, robótica... as possibilidades são inúmeras! E mesmo que você não tenha nenhuma experiência, pode se aventurar em uma nova atividade com a ajuda da Internet. Hoje, é possível encontrar vários sites e canais de vídeos com dicas e tutoriais sobre diferentes trabalhos manuais – desde os mais simples, para aqueles que estão começando, até os mais avançados, para quem já possui certo conhecimento e quer tentar atividades mais difíceis.


# e terapia para

Que tal escolher um trabalho manual e começar uma atividade que manterá você ativo e ainda trará mais qualidade de vida para a sua rotina? Para lhe ajudar, o PrevNews separou alguns canais do YouTube dedicados ao tema. Mas lembre-se que os hobbies são inúmeros – basta escolher o que mais agrada e buscar por canais e sites na Internet!



Para encontrar os canais, basta pesquisar pelo nome abaixo na busca do site **[www.youtube.com](http://www.youtube.com)**

 **Clube do Bordado**

 **Oficina de Casa**  
(serviços de casa e dicas  
“faça você mesmo” de marcenaria)

 **Easy Origami**

 **Aprendendo Tricô**



# As páginas de uma nova

Quando se aposentou da 3M em 2009 como gerente de Negócios, o prevevista Marcos Roberto Ceará logo encontrou uma atividade para se dedicar durante a nova fase da vida. E a paixão que a movia era antiga: desde criança, ele sempre se interessou pela leitura e pela escrita, mas durante os anos de trabalho nunca teve tempo para se concentrar no ofício como gostaria. Com mais tempo livre e depois de muita preparação e pesquisa, Mar-

cos conseguiu realizar seu objetivo e se tornou escritor amador: ele lançou dois livros e, no momento, já está em fase de pesquisa para os próximos.

O primeiro livro lançado tem como tema outra das paixões do prevevista: o ciclismo. O segundo é sobre terapias complementares, como a homeopatia e a acupuntura. O que existe em comum nas obras é que ambas tratam os assuntos sob a perspectiva da qualidade de

vida. “O ciclismo é o meu esporte predileto, é algo que sempre me interessou e trouxe muitos benefícios para a minha vida. Na questão das terapias, também é algo que sempre me trouxe interesse, já que passei por situações muito positivas com elas. Então, minha preocupação nos livros foi sempre apontar para



# vida

as pessoas os benefícios que essas práticas podem proporcionar em termos de bem-estar, além de passar algumas dicas e contar minhas experiências”, explica o aposentado.

A qualidade de vida, aliás, é uma das motivações de Marcos para seguir escrevendo. “É uma atividade trabalhosa, que exige muita pesquisa e disciplina. Preparar um livro é um processo que demora mais de um ano! E depois existe todo o trabalho de buscar uma editora que se interesse, além de todas as etapas de lançamento. Mas para mim é algo muito prazeroso, e virou uma atividade de lazer”, conta.

O prazer é tanto que Marcos, logo que termina um exemplar, já começa a pensar nos próximos. “Já tenho temas na cabeça e estou em fase de pesquisa, mas não posso revelar o que é! Eu vou trabalhando e só digo do que se trata quando o livro está quase pronto”, brinca o prevemista.

## Os livros já lançados por Marcos Roberto Ceará



### Pratique Ciclismo e tenha mais qualidade de vida

Editora Átomo



### Terapias Complementares: opções para ter melhor qualidade de vida

Editora Pontes

# Parabéns pra você!

Saiba quem são os aniversariantes de setembro e outubro.  
A Preveme deseja a todos um feliz aniversário!

## Setembro

**1/09**

Sueli Aparecida G. Rigo

**2/09**

Maria Alice Leite Gomes

**3/09**

Ronaldo Custodio Martins

**4/09**

Dineu Nanuncio

Neusa Ana de M. Oliveira

**7/09**

Antonio Carlos Magna

Edson A. Ferreira Lopes

Elizabeth B. de Oliveira

Gilmar Wilson de Oliveira

Newton R. A. do Nascimento

**8/09**

Jarte Vieira de Souza

**9/09**

Arnaldo Apolinario

João Roberto Lopes

**10/09**

Amauri José Pessoa

**11/09**

Luiz Carlos Ghiselli

James Guilherme

Maria Cristina E. Santos

Pedro Eduardo Marchesini

**12/09**

Antonio Frederico Pigatto

Maria Regina B. Mastrodi

Pedro Gomes das Neves

**13/09**

Adelina T. de Castro Rios

**14/09**

Acrisio Caetano Coutinho

**15/09**

Claudio José de Lucena

Luiz Carlos Santos Ferreira

**16/09**

Sergio Stolfi Junior

**17/09**

Carlos Roberto Ferreira

**18/09**

Alberto Severino Bellini

Gilberto Pellegrini

Ueliana dos P. da Silveira

**19/09**

Adair Arantes Agria

Carlos Roberto Amaral Lemos

**20/09**

Jairo Luchesi

Maria Laudelina Ferreira

Valério da Motta Martins

**21/09**

José Mauricio de Almeida

**22/09**

Celia Souza dos S. Quaiatti

**23/09**

Jacinto Carlos Manara

**24/09**

Carlos Alberto Baptista

**25/09**

Carlos Roberto Belart

Belmiro de P. Montaldi

Deolinda Sacute Arielo

**27/09**

Lucy Ramos Ricci

Marcos Roberto Turatti

Marina Fatima R. de Paula

**28/09**

Adelmiro Mendes Ferreira

Esmeralda P. de Souza Leão

José do Carmo dos Santos

Sidnei Ventura

**29/09**

Antonio C. F. Domingues

Benedito A. Matheus

Julio Antonio N. Gandara

Marco A. Pieroni do Amaral

Reginaldo Parente Santos

**30/09**

Jomar Coimbra de Oliveira

Suely Pires da Cunha

## Outubro

**1/10**

Luis Carlos Moraes

**3/10**

Benedito A. dos Santos

Francisco Cirino Neto

Maria de Lourdes S. Fernandes Paduan






**4/10**

Agenor Dias  
 Alberto Claudio G. da Silva  
 Antonio Carlos R. Freitas  
 Silvio Ingo Passold

**5/10**

Marisa Paduan de Freitas

**6/10**

Dinoel Gandini  
 Dirceu Antonio Esperoni

**7/10**

Geraldo Sia

**8/10**

Antonio C. de F. Espeleta  
 Julio Cesar N. Portella  
 Marcos Fonseca S. Pinto

**9/10**

Ildefonso Pelaes Junior  
 Nair A. Di Monte de Francesco  
 Priscila C. Ciancaglini

**10/10**

Francelino J. do Nascimento  
 Guilherme A. Scatuzzi  
 Osvaldo Telles

**11/10**

Cosme F. de Carvalho  
 George Viliam Melzer  
 José Donizetti da Silva  
 Neide Aparecida Gonçalves Gabriel

**13/10**

Alfredo Anser

**14/10**

Emilio Carlos Pereira de Gouvea  
 Geraldo Tadeu Pires de Moraes

**15/10**

Guaracy Colaiacono  
 Sergio Toshio Sakamoto  
 Tereza Cristina Facin

**17/10**

Celina B. Martins Rondon  
 Francisco de Paulo V. Borba  
 Wedison A. Vendimiatti

**18/10**

Luis Francisco Dechandt

**19/10**

Roberto Leite dos Santos

**20/10**

Marise Monteiro da Silva  
 Osvaldo Sidnei Manali

**21/10**

Waldemar Abud Filho

**22/10**

Ana Maria Lopes Alves Ferreira  
 Aurea Figliolini Feres  
 Yvone Teixeira Pugliese

**23/10**

Lauter Fontana Ferreira  
 Sonia de Fatima Zgierski

**24/10**

Francisco de A. Monticelli  
 José Dias de Oliveira  
 Sebastião de O. Sales  
 Tania J. Petry Quednau

**25/10**

José Alfredo da Silva  
 José Carlos Ribeiro

**28/10**

Claudinei Aparecido Imes  
 Eduardo Chiarinelli  
 Miriam B. Tambascia

**29/10**

Djalma Ferreira Santos  
 Hermes A. de Araujo  
 Manuel José Queiroga  
 Miguel Marsaioli

**30/10**

Celia A. C. de Carvalho  
 Eugenio Rodrigues  
 Janete A. Miakawa Nakagawa

**31/10**

Joaquim Sebastião Sarra  
 Osmael Breda



# Da incerteza aos sonhos a carreira de José Decio

Foi quando buscava novos ares para a carreira profissional que a 3M entrou na vida do engenheiro elétrico José Decio Buso. Após trabalhar com cálculo de motores em outra multinacional, ele resolveu espontaneamente procurar por um novo trabalho para abrir seu campo de atuação, já que estava ficando especialista em um setor muito restrito. Surgiu então a oportunidade de ingressar na 3M trabalhando com engenharia elétrica industrial, em 1973. E até se aposentar, em 2001, Decio passou 27 anos e meio na companhia – um tempo de muitas realizações, aprendizados e grandes projetos, como ele mesmo lembra: “foi como um sonho que você concretiza”.

Na 3M, Decio trabalhou na instalação de maquinários e subestações, até se especializar em engenharia elétrica industrial. Além disso, teve a oportunidade de desenvolver-se profissionalmente em eletrônica industrial, tanto por estudo próprio quanto ao ser treinado por um engenheiro americano da empresa que passou seis meses no Brasil. Assim, o prevemista especializou-se em controle de motores de corrente contínua e, com o tempo, chegou a ocupar o cargo de gerente de Engenharia Elétrica.

## Realizações

Hoje, ao olhar para todos os anos de trabalho na companhia, Decio sente-se satisfeito. “Foi uma grande realização profissional e pesso-



# realizados: Buso na 3M

al, porque fui muito feliz aprendendo essas coisas. Posso dizer que me apaixonei por esse tipo de serviço, tanto é que mesmo sendo gerente de Engenharia, eu ainda colaborei durante vários anos com o pessoal da manutenção, ajudando a resolver alguns problemas das máquinas maiores que tínhamos. Fui muito feliz em todo o tempo de 3M e admiro a empresa até hoje”, explica.

Dentre as principais conquistas, o aposentado lembra que participou desde o início dos projetos elétricos e das obras de construção das fábricas de Ribeirão Preto, de Itapetinga e de Manaus (a primeira planta, que posteriormente foi vendida). Além disso, também lembra da instalação do primeiro controlador lógico programável no estado de São Paulo fora da indústria automobilística, um marco para a companhia, e do período em que foi representante, na 3M Brasil, do Engineering Systems and Technology Dept.

(ES&T), o departamento de pesquisas de Engenharia e Controle da 3M nos EUA.

“Falo sobre meus sucessos, mas faço questão de afirmar que não consegui tudo sozinho. Sempre tive a ajuda dos engenheiros elétricos que trabalhavam comigo, bem como dos colegas engenheiros mecânicos, civis e colaboradores da Engenharia em geral. E, além de sucessos, também tive algumas dificuldades, vencidas graças à ajuda desses colegas”, conta o prevemista.



## Aposentadoria

Quando se aposentou, em 2001, Decio não ficou parado: durante alguns anos, seguiu trabalhando como autônomo, realizando projetos de instalações elétricas. Ele montou um escritório em casa e participou da montagem de máquinas em algumas empresas.

Há alguns anos, o aposentado deixou suas ocupações como autôno-

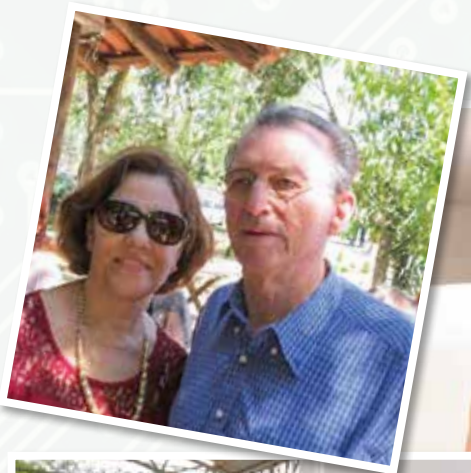
mo – o que não significa que sua rotina seja tranquila. “A minha vida até que é agitada, eu gosto dela! Eu passo muito tempo com minha família, cooperando com minhas filhas e ajudando a levar e buscar meus netos na escola, por exemplo. Também sou secretário voluntário da Administração em minha igreja (Congregação Cristã no Brasil) e me ocupo prazerosamente desse trabalho algumas horas por semana.



Como hobby, gosto muito de ouvir música, montar quebra-cabeças, palavras cruzadas, cozinhar, mexer com eletrônica... e estou aprendendo alemão e francês!", conta Decio.

Além do tempo com a família – ele é casado há 47 anos e tem três filhos e quatro netos –, Decio lembra de uma atividade que até virou tradição no Clube 3M. “Eu tenho uma receita de pizza muito boa, que herdei de um tio que foi o primeiro pizzaio-

lo de Americana. Passei essa receita para muitos amigos da 3M, que até hoje falam que fazem a pizza do Decio. Até aperfeiçoaram a receita! E com esse entusiasmo de mexer com pizza, conseguimos que autorizassem a fazer um forno de pizza no Clube 3M. Depois do primeiro, saiu o segundo, e depois foi feito em Ribeirão Preto, em Itapetininga... então acabou virando uma tradição do pessoal”, finaliza.



# Mais uma vez entre as m

A 3M do Brasil é uma das 150 melhores empresas para se trabalhar do nosso país, segundo ranking da Great Place to Work (GPTW) e da revista Época. O anúncio foi feito na noite de segunda-feira, dia 14 de agosto, em São Paulo.

A 3M está presente neste importante ranking há 16 anos, em 21 edições já realizadas. Isso mostra o reconhecimento da empresa por suas boas práticas em gestão de pessoas, além do compromisso em promover um ambiente de trabalho cada vez melhor para todos os funcionários.

Além disso, estar entre as melhores do país é também fruto da forma como a 3M trabalha: com transparência, ética, ouvindo a organização (por meio de canais como a Pesquisa de Opinião), priorizando processos de gestão de pessoas, e implantando melhorias como a Alameda Saber Viver, o FlexAbility, adesão da nova Licença Paternidade, entre outros.

No ranking da GPTW, as empresas estão divididas em três categorias: Grandes, com 80 empresas que têm mil funcionários ou mais – categoria na qual se enquadra a 3M do Brasil –, que teve a Elektro como a grande vencedora, ocupando a 1ª posição; Médias Multinacionais, com 35 organizações que possuem entre 100 e 999 empregados, cujo vencedor foi a empresa SAMA; e Médias Nacionais, também com um total de 35 empresas com número de funcionários entre 100 e 999 e que teve a SAP Laps ocupando o 1º lugar.



melhores!



# Superação e Inspiração

“Uma coisa que aprendi na vida é que, não importa a situação, sempre temos que estar com um sorriso no rosto”. Quem conversa com Vanderlei Alvarenga, que se aposentou da 3M no final de 2015, talvez nem imagine os desafios que ele enfrentou ao longo dos anos. Das lutas e tristezas, o prevemista conseguiu extrair otimismo e alegria, e hoje pode desfrutar de uma ótima aposentadoria.

Mas muito tempo antes de se aposentar, Vanderlei passou por uma difícil experiência que transformou a sua vida. Em outubro de 1990, quando era funcionário da área de Qualidade, ele sofreu um acidente enquanto estava indo de moto à fábrica da 3M. Um caminhão atravessou a sua frente e, como sequela imediata, Vanderlei perdeu uma das pernas. Apesar do susto, ele conseguiu se recuperar do acidente – mas tinha que passar por toda a fase de adaptação por conta das limitações. “Fiquei dois anos e meio fazendo reabilitação e fisioterapia para poder reaprender a andar com a prótese. Além disso, houve toda a adaptação no local de trabalho”, explica.

Nesse tempo, Vanderlei contou com um grande apoio da 3M, que proveu todas as condições para que ele pu-

desse voltar ao trabalho. “Fiquei alguns anos trabalhando na área de Processos por conta dessa limitação. Em todos os anos da minha vida, a 3M deu o apoio que precisei”, conta.

O prevemista também faz questão de destacar a ajuda de sua família não só após o acidente, mas em todas as dificuldades pelas quais passou, como quando perdeu sua filha caçula em 2015. “A família sempre esteve do meu lado – e claro, eu sempre soube que existe um Deus maravilhoso cuidando de nós. E é isso que dá a motivação para continuar lutando. Hoje, minha aposentadoria é uma delícia, ao lado de minha família. E eles que nos levantam nos momentos difíceis. O importante é não desistirmos. Muitas coisas não conseguimos sozinhos, mas com esse apoio tenho certeza de que é possível vencer todas as dificuldades”.

