



BOLETIN N° 82

ABRIL - JUNIO 2016

CONTENIDO

Página 3
Número Identificación Unico

Página 5
Acuerdo con Asociación Española
Primera de Socorros Mutuos

Página 7
Dr. Facundo Manes



Página 2

**45º Reunión del Consejo de FAFICS
Viena 8 al 13 de Julio de 2016**

45º REUNION DEL CONSEJO DE FAFICS

Como es tradicional a principio del mes de julio, del 8 al 13, tendrá lugar en Viena, la 45º Reunión del Consejo de FAFICS.

La agenda a considerar no ofrece mayores novedades. La aprobación del presupuesto, la elección de las autoridades y de los representantes ante el Board del Fondo de Pensiones, la reunión con el CEO del mismo, etc., informes del Comité Permanente de Pensiones y el de Seguros de Salud, etc., ocupan el acostumbrado espacio.

Corresponde resaltar una ponencia de AFICS Argentina oponiéndose a que los servicios nacionales de salud sean el primer recurso de los beneficiarios en Latino América, antes que recurrir al seguro. Tal posición, respaldada por todas las AFICS Latinoamericanas, se fundamenta en las limitaciones y carencias de tales servicios en la región.

Para ocupar el cargo de Vicepresidente que le corresponde a nuestra región, será propuesta nuevamente la representante de AFICS Chile, Adriana Gómez, quien se ha desempeñado en tal cargo durante los dos períodos pasados.

Para AFICS Uruguay la próxima sesión del Consejo reviste particular importancia porque durante la misma será tratada nuestra propuesta de modificación de los Arts. 6 y 8 de los Estatutos de FAFICS. Tal propuesta, que reitera nuestra posición de siempre, pretende eliminar del Estatutos toda referencia al sistema de “doble mayoría” (mayoría de asociaciones mas mayoría de asociados) el que determina que la Federación sea manejada, de hecho, por un



pequeñísimo grupo de grandes Asociaciones que reúnen el 80% de los asociados y por tanto pueden impedir cualquier decisión y determinar qué es lo que se puede decidir. Por otro lado, la propuesta resalta la importancia de alcanzar el consenso basado en la discusión, el diálogo y la persuasión. Separadamente, estamos incluyendo la versión revisada de la propuesta original que se está presentando para su tratamiento junto con la original que establecía que la única forma de decidir era el consenso.

La importancia que asignamos a nuestra propuesta ha determinado que nuestra Directiva decidiera participar personalmente en dicha sesión, recayendo la responsabilidad de representarnos en la persona de nuestro Vicepresidente, a quien corresponderá intentar revertir la situación prevista. El optimismo con que concurremos se basa en que el fundamento de nuestra propuesta revisada refleja dos conceptos que el Consejo difícilmente podrá objetar. Lo que suceda en definitiva determinaría la reconsideración de nuestra relación institucional con FAFICS.

Proposal of AFICS Uruguay to amend Art. 6 and 8 – Rev.

AFICS Uruguay recognizes that its original proposal lacks of an operational guide and instruments to be used in the effort of the Council to attain consensus as well as an alternative way to take a decision in case consensus appears elusive.

Nobody would object that the Council needs to exert as much effort as possible to adopt any decision by consensus as a result of dialogue and persuasion.

It is recognized that in case such effort fails, the Council should have an alternative way to take its decisions and such natural alternative is voting and deciding by majority.

The following revised version of our original proposal that we are now proposing combines both previous arguments:

Art. 6 – The Council shall take its decisions by consensus, if consensus cannot be attained after two rounds of discussion, dialogue an persuasion, separated by at least 15 minutes interval in the same session and a vote is necessary, the Council shall decide by a majority of the Member Associations present or represented in the Council. Each Member Association shall have one vote.

NUMERO DE IDENTIFICACION UNICO (UID) DEL FONDO DE PENSIONES DE LAS NACIONES UNIDAS

A partir del mes de abril de 2016, el Fondo de Pensiones de Naciones Unidas (UNJSPF) ha comenzado a enviar una carta en inglés a sus beneficiarios, firmadas por el CEO Sergio Arvizú, en la que se informa un nuevo número único de identificación (UID), que figura al pie de la nota, debajo del nombre del beneficiario. Este número de identificación único reemplazará gradualmente, según se informa, a los actuales dos números R/ (Retirement Number) y P/ (Pension Number) que tienen beneficiarios y dependientes.

Les sugerimos guardar cuidadosamente el nuevo UID asignado y les solicitamos comunicar el mismo, a la brevedad posible, a la Sra. Annie Bourgeois, Secretaria AFICS Uruguay 2016-2017, ya sea por correo electrónico (anniebgibert@gmail.com), por SMS o WhatsApp (+ 598 99 191 096) o por teléfono (+ 598 2336 2285).

Agregamos que en la misma carta del Fondo de Pensiones de Naciones Unidas se anuncia que a partir de fines de mayo de 2016 estará disponible bajo el nuevo sistema integrado de administración de pensiones (Integrated Pension Administrative System – IPAS), una función de auto servicio opcional (IPAS self service option) a la que se podrá acceder a través del sitio Web del Fondo (www.unjspf.org). A esta opción se irán agregando gradualmente nuevas funciones y servicios. Para acceder se deberá contar con una clave (password) o PIN (Personal Identification Number), y contestar algunas preguntas de seguridad, como se hace habitualmente para el manejo de cuentas bancarias en línea (on line).

En el caso de que usted no cuente aún con el PIN del UNJSPF, éste se puede obtener en línea en el sitio Web del Fondo (www.unjspf.org). Para ello se debe pulsar REGISTER (a la izquierda y arriba) en el sitio de inicio (home), llenar los datos personales que allí se solicitan, y una dirección de correo electrónico (email) y luego pulsar SUBMIT REQUEST.



¿Para qué se usa este PIN hasta ahora? Entrando en LOGIN, con el número R/ (Retirement Number) y el PIN, se accede a información sobre si acaso el Certificado de derecho a prestación (Certificate of Entitlement – CE) ha sido recibido o no en el UNJSPF, y al último incremento de la pensión (dollar track) que ha sido en abril de 2014. También se informa sobre la deducción por seguro médico.

Fuente: Elaborado a partir de un texto de Noticiero AFICS Argentina , Año 30, N° 2, abril –junio 2016.

TENDREMOS NUESTRA PAGINA WEB

Como se recordará, AFICS Uruguay ha difundido informaciones de interés para sus asociados a través de la pag. Web del PNUD, donde se nos había cedido gentilmente un espacio para estos fines.

Pero ha surgido una propuesta desinteresada del Sr. José Lombardo, diagramador del boletín trimestral, para que contemos con una pag. Web independiente y de más fácil utilización para los interesados en las consultas.

Durante una reunión informal con AFICS el Sr. Lombardo presentó un diseño y las características de la página, que fueron acordadas después de un cambio de opiniones.

Asimismo, quedó resuelto que quienes “alimentarán” la página con la frecuencia necesaria serán el Vicepresidente Eduardo Croci y la Secretaria Annie Bourgeois. Esta página contará en principio con una información fija de interés para los socios y otra “movible” que constará de las novedades que vayan surgiendo. Se avisará por correo electrónico cuando esté disponible.

La dirección será: <http://aficsuruguay.webnode.com.uy> y la disfrutaremos todos



UNA FLOR PARA QUIEN NOS DEJA



Ya no contaremos entre nosotros con Irene Sica Goñi, socia fundadora de AFICS, consecuente siempre con los fines de nuestra asociación y excelente amiga. Se desempeñó en la FAO aportando a través de su profesión de Ingeniera Agrónoma sus conocimientos y especialización en comunicaciones. A sus deudos y amigos nuestras condolencias.

NUESTRO CARNET SOCIAL

De común acuerdo con la empresa NEOCARD, la emisión de este documento se había suspendido por el anuncio del Fondo de Pensiones de las Naciones Unidas de cambiar el número que identifica a pensionistas y beneficiarios del sistema.

Como es imprescindible que este dato conste en el carnet de socio y el Fondo de Pensiones ya ha informado a los colegas el nuevo número que los identifica, estamos en condiciones de reiniciar su emisión.

Próximamente se hará saber los requisitos que debe cumplir el socio cuando recurra a dicha empresa a renovar su carnet.

Tenga en cuenta que la emisión del documento no tiene costo para el socio, AFICS correrá con los gastos correspondientes, como se ha hecho hasta ahora.



Si la CUOTA SOCIAL (40 dólares anuales, 20 para los cónyuges o su equivalente en moneda nacional) no se encuentra al día, puede cancelarse en efectivo, cheque o depositando dicho valor en la cuenta de ahorros del **Banco ITAU N° 8233350**, debiendo comunicarse el pago a nuestra tesorera Lucía Valdez el teléfono 2 6 0 6 1 2 6 2 o al correo luciaraguel@adinet.com.uy



Los **SITIOS WEB** son instrumentos de consulta que puede utilizar en su beneficio:

Fondo de Pensiones de las Naciones Unidas:
www.unjspf.org

UNFCU (United Nations Federal Credit Union):
www.unfcu.org

PAHO/WHO Federal Credit Union:
:www.pahofcu.org

AFICS URUGUAY: www.onu.org.uy (clic en el banner Association of Formers International Civil Servants). Invitamos a nuestros asociados a consultar esta página que siempre tiene novedades de interés.

FELIZ CUMPLEAÑOS

AFICS se adelanta a saludar a los colegas que cumplen años en el trimestre Julio-Setiembre 2016, deseando que el acontecimiento se comparta con familiares y amigos. Nos gustaría contar con la fecha de nacimiento de todos nuestros consocios para unirnos debidamente a su festejo, pero hay colegas que no han completado su información en la ficha de inscripción. Les invitamos cordialmente a hacernos llegar esos datos faltantes. Reciban nuestros afectuosos saludos por la celebración.

Daniel Abaracón - 4 de julio
Hugo Alcalde - 4 de julio
Nilda Elgue Pla - 26 de setiembre
Lía Invernizzi de Fratocchi - 14 agosto
Edgardo Noya - 23 de setiembre
Graciela Schusselin - 10 de julio
Juan Telagorri - 1° de julio
Pedro Daniel Weinberg - 13 de setiembre
Jaime Mezzera - 14 de setiembre
María Hughes - 17 de julio
Gustavo Casas - 20 de julio



Juan Carlos Acosta - 20 de setiembre
Guillermo Cortabarría - 29 de agosto
Guy Goudet - 6 de setiembre
Colette Kinon - 24 de julio
Germán Rama Facal - 11 de agosto
Jorge Servián Tate - 1° de julio
Julia Valdez de Buscaglia - 10 agosto
Philippe Zysset - 9 de setiembre
Gabriel Bidegain - 13 de agosto
Elisa De León - 6 de julio

AFICS-SALUD: ASOCIACIÓN ESPAÑOLA (AE)

Nos es grato informarles que AFICS ha llegado a un Acuerdo con la Asociación Española (AE) para la provisión de servicios médicos a sus asociados con condiciones ventajosas. El Acuerdo se envía como adjunto a este mail.

Para que los socios puedan tener acceso a estos servicios, la Asociación Española nos solicita el listado completo con los números de **Cedula de identidad de los asociados y sus conyugues**. Para ello solicitamos informar a la secretaria de AFICS, Annie Bourgeois, (anniebgibert@gmail.com) los números de documentos solicitados. Este requisito es necesario para poder mantener la lista al día. En caso de no contar con él no podrán ser atendidos.

Para poder acceder a los servicios médicos de la AE los asociados deberán contactarse con :

Cr. Victor Grzabel

Jefe, Depto Venta de Servicios

Asociación Española

Tel: 27067800

quien coordinará las citas médicas, los exámenes médicos, las internaciones y cualquier otro asunto cubierto por el Acuerdo.

Se reitera que este Acuerdo es totalmente voluntario para los asociados y que además se mantiene el sistema de funcionamiento con la aseguradora que cada uno tiene (VAN BREDÁ, CIGNA, etc).

En caso de internación y algunos estudios especiales y para los que no tengan que tramitar directamente con sus aseguradoras, la AE entrará en contacto directo con quien corresponda y gestionará el pago directo. El asociado deberá abonar el porcentaje correspondiente no cubierto por el seguro, al igual que lo hace en la actualidad.

Las condiciones ventajosas del Acuerdo incluyen, entre otras, descuentos en los servicios según consta en el detalle del Acuerdo adjunto, la internación en habitación individual en las habitaciones más modernas (Torre Magurno) a un precio igual o menor al máximo reembolsado por el seguro (US\$ 330), inclusión del servicio de acompañantes en el precio de la habitación, y un paquete especial de descuentos en los servicios de emergencia.

Se reitera a los asociados interesados en participar del Acuerdo AFICS-AE que se pongan en contacto con la Secretaría de AFICS a la brevedad.

Muy cordialmente

AFICS Uruguay





UNA FLOR PARA QUIEN NOS DEJA

BETTY MEYER

Allá por la década del 80, cuando comenzaba mi camino en UNESCO, conocía a Betty Meyer, solamente por su nombre. “Betty de Naciones Unidas”, la llamaba mi querida colega de tareas Angélica Obes cuando se refería a ella, con quien la unía una linda amistad.

En esos primeros esbozos de lo que fueron unos años después los festejos por el Día de Naciones Unidas organizados por FAPNUU, en esas grandes paellas en el jardín de la casona de UNESCO en Bulevar Artigas, con los juegos de ingenio que se elaboraban para la oportunidad, ahí conocí a Betty.

Integramos un “equipo” que ese 24 de octubre casi, casi salió triunfante de los acertijos que propuso Lía.

Fue sin dudarle el inicio de una larga amistad con una estupenda persona, de gran inteligencia, con una notable cualidad de mediación, con vocación de diálogo y solidaridad.

Compartimos más de un Consejo Ejecutivo de FAPNUU (Federación de Asociaciones de Personal de Naciones Unidas en Uruguay) y pude valorar su entrega, su dedicación, su intención permanente de colaborar con nuestros colegas.

Siempre fue una invaluable pieza de equipo, apoyando y aportando.

En 1998 nuestros caminos se volvieron paralelos: Betty asumió la Presidencia de la Federación, al tiempo que yo cumplía una Delegación para FICSA. A pesar de esa circunstancia no interrumpimos nuestro fluido contacto.

Quien pensó que por su tono dulce, educado y apacible, Betty era una persona débil o permeable, se equivocó totalmente. Fue una excelente timonel de FAPNUU.

Sus convicciones eran bien firmes, con la solidez de la honestidad moral e intelectual que tienen las personas íntegras. Ni en momentos más complicados de sus dos mandatos consecutivos, flaqueó o dudó de sus pasos.

Luego de su retiro, continuamos en contacto y varios almuerzos del 24 de octubre, algunos hasta con visita a la Plaza incluida, la tuvimos con nosotros.

Es que citando sus propias palabras, ella dejó una parte de su corazón en FAPNUU, algo de lo que no nos queda ninguna duda.

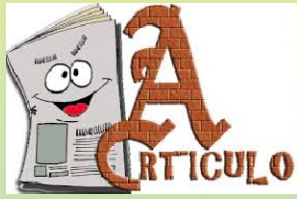
El año pasado ambos grabamos unas palabras para un video conmemorativo de los 25 años de la Federación. Charlamos mucho y la vi contenta, feliz de participar.

Este año nos volvimos a juntar, a compartir una mesa de trabajos corporativos integrándonos al Ejecutivo de AFICS, aunque lamentablemente, la pudimos tener poco tiempo con nosotros

Su partida nos entristece mucho a quienes tuvimos el privilegio de contar con su amistad, a quienes pudimos saber de su lucha contra la enfermedad que la aquejaba y a la que casi siempre pudo ganarle, pero no esta vez.

A su familia, nuestro respeto y solidaridad. A la querida Betty, nuestro mejor recuerdo y todo nuestro cariño. Te vamos a extrañar.

(Gustavo Casas)



DR. FACUNDO MANES

(NEUROCIENTIFICO) DIRECTOR DEL INSTITUTO DE NEUROCIENCIAS DE LA FUNDACION FAVALORO, BUENOS AIRES

(Extractado de una entrevista con el periódico La Capital, Rosario, Argentina - Colaboración de Betty Meyer)

Las personas resilientes tienen una mayor capacidad para sobreponerse al dolor emocional y situaciones adversas, tienen menos chances de sufrir problemas mentales.

Aunque ser resiliente depende de un proceso influido por distintas variables, la entereza con la que algunos afrontan los avatares de la vida se puede aprender y fortalecer.

¿Cómo? Haciendo trabajar la cabeza. Conservar el cerebro saludable aleja o posterga la llegada de las enfermedades neurodegenerativas, entre ellas el Alzheimer.

Dice el Dr. Manes: “Si pienso que mis hijos están en riesgo, que la están pasando mal, me angustio y eso genera determinadas emociones que además influyen sobre mi cuerpo, ahora, si creo que están a resguardo y contentos, me voy a sentir de otra manera. En ninguno de los dos casos sé qué está pasando con mis hijos ahora, pero si pienso positivamente, me voy a sentir mejor. Muchas veces no podemos cambiar la realidad, pero sí la manera como la percibimos. El cerebro tiene su mecanismo natural para hacer esto porque cada vez que evocamos la memoria la reescribimos, la remodelamos, por ejemplo, muchas situaciones que hemos pasado fueron reescritas de una manera menos dramática para poder soportarlas, reinterpretar positivamente situaciones es algo que nos ayuda a vivir”.

Hay evidencia científica que indica que las personas resilientes que tienen un mayor talento no solo para superar momentos críticos sino para salir fortalecidos de la adversidad, tienen menos depresión, menos problemas de concentración, menos riesgo de trastornos mentales y hasta menos agresividad.

Que el cerebro se mantenga fuerte, activo, ágil y sano no depende solamente de la herencia y el entorno, depende, en gran medida, de lo que uno esté dispuesto a hacer.

Está comprobado que poner en marcha todo aquello que es favorable para el corazón: no fumar, no tener exceso de peso, tener buenos niveles de colesterol y glicemia y el realizar actividad física, ayudan a disminuir las enfermedades que afectan el cerebro.

Se demostró que el hipocampo, que está presente en ambos hemisferios cerebrales y que tiene una relación directa con la memoria y el aprendizaje, se atrofia un 1% cada año, pero, paralelamente hay estudios que indican que si después de los 65 años se sale a caminar tres veces por semana, el hipocampo crece un 2% anualmente. La capacidad de recuperarse de algunas zonas del cerebro no se agota con el paso del tiempo. Dieta saludable, actividad física regular y placentera y desafíos intelectuales, son los grandes aliados de la salud mental. Hay que animarse a hacer cosas nuevas que representan de verdad un esfuerzo intelectual. Otro aspecto ineludible es mantener el contacto social. El cerebro es amigo de la vida social, del encuentro, de las reuniones, de las charlas con otros: aunque cueste, hay que mantener esos vínculos.



DR. FACUNDO MANES

Otro consejo del Dr. Manes: “Hay que jubilarse de lo que hace mal, pero jamás de lo que nos hace bien”.

Lo placentero, lo lúdico, lo que nos alegra, lo que nos entusiasma y nos genera pasión, juegan un rol fundamental en el mantenimiento cerebral.

Finalmente dice: “Cuida tu país, ama tu tierra, no ensucies ni el mar ni el suelo que pisas, piensa en el mañana, cuida el aire que respiras para que, en un futuro, podamos seguir viendo las estrellas. Quiere al prójimo y a los animales, ¡No los maltrates!”.

HUMOR *6 INTELLECTUAL* 9*

El silogismo es una forma de razonamiento deductivo que consta de proposiciones como premisas y otras como conclusiones, siendo la última una inferencia necesariamente deductiva de las otras dos.

Fue formulado por primera vez por Aristóteles.

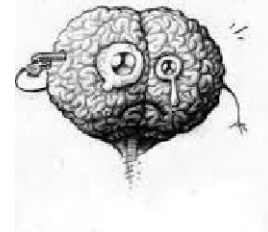
Veremos que este concepto no se ha aplicado siempre con la seriedad que merece.

Silogismo 1

Beber alcohol mata a las neuronas,
las neuronas que mueren son las más débiles,
si mueren las más débiles quedan las más
fuertes e inteligentes.

Conclusión: **cuanto más alcohol beba más
inteligente me hago.**

Malos hábitos



Silogismo 2

Cuando bebemos alcohol en exceso terminamos borrachos, cuando estamos borrachos dormimos, mientras dormimos no cometemos pecados, si no cometemos pecados vamos al cielo.

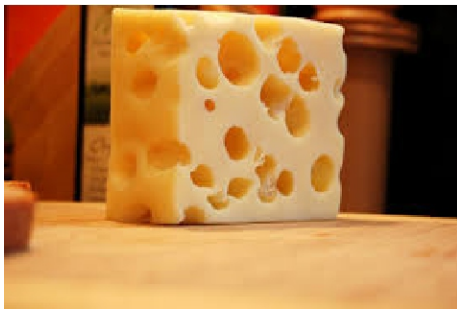
Conclusión: **para ir al cielo hay que ser un borracho.**

HUMOR *6 INTELLECTUAL*7

Silogismo 3

Hoy en día los trabajadores no tienen tiempo para nada, sin embargo, sabemos que los vagos tienen el tiempo del mundo, también sabemos que el tiempo es dinero, por tanto, los vagos tienen más dinero que los trabajadores.

Conclusión: **para ser rico no hay que trabajar.**



Silogismo 4

Imaginemos un trozo de queso lleno de agujeros, cuanto más queso más agujeros, cada agujero ocupa el lugar en el que debería haber queso, por lo tanto, cuanto más agujeros menos queso, cuanto más queso, más agujeros y cuanto más agujeros menos queso.

Conclusión: **cuanto más queso menos queso.**

Silogismo 5

Pienso, luego existo, las mujeres tontas no piensan, por tanto, tampoco existen, mi amigo dice que sale con una mujer inteligente, si una mujer inteligente saliese con mi amigo, sería una tonta, como las mujeres tontas no existen, mi amigo no sale con nadie.

Conclusión: **mi amigo es un mentiroso.**



Silogismo 6

Si te mandé esto, es porque no tenía nada que hacer, y si lo estás leyendo, es porque tampoco tienes nada que hacer.

Conclusión: **si no tienes nada que hacer, envíaselo a las personas, que al igual que tú y yo, tampoco tienen nada que hacer.**

SALUD

Las consultas sobre los SEGUROS DE SALUD y en particular sobre el convenio que mantiene AFICS con varios centros asistenciales, pueden hacerlo a través de la Sra. Lía Invernizzi de Fratocchi en el teléfono 27102203 o en el correo liafratocchi@hotmail.com. Para quienes viven en el Este del país y deseen relacionarse con los Sanatorios Mautone o Cantegril-La Asistencial, pueden recurrir al Sr. Henry Wood en el teléfono 42484343 o al correo poro@adinet.com.uy