

## Como anda o Projeto de Sustentabilidade da Fundação Real Grandeza?

Em outubro de 2009 - após inúmeras reuniões, questionamentos e debates entre FURNAS, ELETRONUCLEAR e FRG - foi assinado por dirigentes da FRG, pelo Conselho de Administração de FURNAS e pelas Patrocinadoras, o Projeto de Sustentabilidade da Nova Gestão da FRG.

Entre os objetivos do, então, novo Projeto estava a solução de questões envolvendo os assistidos e participantes da Fundação Real Grandeza. O primeiro item a ser estudado foi a elaboração de um novo Plano de Custeio de Benefício Definido (BD).

Em agosto deste ano, quase 4 anos após a assinatura, durante reunião ordinária, o Conselho Deliberativo da APÓS-FURNAS, mais uma vez abordou a questão do Projeto de Sustentabilidade da Nova Gestão da Real Grandeza que, entre outras, visava atender determinações do Relatório de Fiscalização N° 006/2007/ESRJ, tais como:

- Novo Plano de Custeio de Benefício Mínimo;
- Revisão do Benefício de Pensão - BD;
- Revisão do Benefício Mínimo;
- Revisão do Limite do Salário Real de Contribuinte para

os participantes ingressados na FRG, a partir de 14/02/1982; - Revisão do Plano de Saúde (PLAMES).

Porém, até agora muito pouco foi realmente concluído. Sabemos que importantes itens a serem levados adiante no Projeto de Sustentabilidade da Nova Gestão da FRG estão sem solução, pois dependem diretamente da conclusão do novo Plano de Custeio, que ainda não foi implantado.

O enorme prejuízo que nossos associados vêm enfrentando e a falta de uma "luz no fim do túnel" nos preocupam imensamente.

E em prol dos aposentados, a APÓS-FURNAS - mais uma vez - vem a público questionar: até quando vamos ter que esperar por essas soluções?

Apesar de compreendermos a complexidade na efetivação da solução, uma vez que depende de diferentes órgãos (governamentais e não-governamentais), a APÓS-FURNAS reivindica ações dinâmicas para a imediata implantação do Projeto.

**Diretoria Executiva**

### **ADICIONAL DE 25% SOBRE APOSENTADORIA**

Saiba mais • **Página 02 >>>**

### **ENCONTROS ANIMADOS DO 1º SEMESTRE**

Saiba mais • **Páginas 05 >>>**

### **O YOGA E SEUS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE**

Saiba mais • **Página 06 >>>**

### **PERFIL: LEONEL BORGES LÓES CONTA SUA VIDA**

Saiba mais • **Página 08 >>>**

# Concessão de acréscimo aos aposentados com cuidadores permanentes



Em vigor desde o dia 5 de abril de 1991, o acréscimo de 25%, calculado sobre o valor da aposentadoria, é um benefício assegurado a todo trabalhador aposentado por invalidez ou por acidente de trabalho que necessite de assistência permanente.

As situações em que o auxílio é garantido são definidas pela legislação previdenciária. Entre as doenças estão: cegueira, perda dos nove, ou mais, dedos das mãos, paralisia e/ou perda de membros, perda de uma das mãos ou pés, alteração das faculdades mentais e alguma doença que exija permanência contínua no leito ou incapacidade permanente.

Lembrando que para a concessão da aposentadoria por invalidez, apenas um mérito-perito do INSS será autorizado a determinar, após exames, se é ou não devido o acréscimo de 25% sobre o valor do benefício recebido pelo assegurado.

**Mas, no caso do segurado do INSS que, depois da aposentadoria, vir a precisar de cuidados permanentes?**

Desde que a 5ª Turma do Tribunal Regional Federal da 4ª Região, em caso recente, concedeu adicional de 25% no valor do benefício de um aposentado rural de 76 anos, que está inválido e necessitando de um cuidador permanente, o benefício vem sendo alvo de debates.

Segundo o relator da decisão, desembargador federal Rogério Favretto, o acréscimo foi concedido ao idoso pelo princípio da isonomia, já que mesmo tendo se aposentado normalmente, hoje ele encontra-se em dificuldade e, por isso, deve ser amparado pela lei. “O fato de a invalidez ser decorrente de episódio posterior à aposentadoria não pode excluir a proteção adicional ao segurado que passa a ser inválido e necessitante de auxílio de

terceiro, como forma de garantir o direito à vida, à saúde e à dignidade humana”, declarou Favretto.

Para o desembargador, a Justiça não deve fazer diferença entre o aposentado por invalidez que necessita de auxílio permanente de terceiro e outro aposentado por qualquer modalidade de aposentadoria que passe a sofrer de doença que lhe torne incapaz de cuidar-se sozinho.

O aposentado deverá receber o acréscimo retroativamente desde o requerimento administrativo, que foi em abril de 2011, com juros e correção monetária. A decisão é do dia 27 de agosto.

“Os 25% são um abono para o aposentado que, por conta de problemas de saúde, se vê obrigado a ter um cuidador, o que requer custos adicionais. A Justiça e o próprio INSS, administrativamente, já vêm reafirmando esse direito”, explica o advogado previdenciário Sérgio Pimenta.

Para reclamar o direito no posto do INSS é preciso que o segurado fundamente, por meio de documentação, a importância e a necessidade de receber o auxílio acompanhante. Caso contrário, há o risco de ter o pedido negado.

## REQUERIMENTO

Para receber o benefício, é preciso escrever uma carta ao INSS esclarecendo a necessidade de receber o Auxílio Acompanhante.

O segurado deverá informar o número do benefício e o nome todo. Junto com o documento devem ser apresentadas as cópias autenticadas da carta de concessão do benefício, identidade, procuração (se o segurado requerente tiver um representante legal) e laudo médico. A ‘carta pedido’ deve ser protocolada num dos postos do INSS.

No ato de entrega da carta, o funcionário do INSS deverá informar a data da perícia médica. Após a perícia ter constatado a real necessidade do auxílio, o tempo médio para o início do pagamento é de 60 dias (dois meses). E retroativo à data do pedido.

## FIQUE POR DENTRO



### Ponto de encontro da APÓS-FURNAS



Com o intuito de conhecer melhor seus associados, a APÓS-FURNAS vem promovendo uma série de encontros em sua sede social, na rua Diniz Cordeiro, 26, Botafogo. Cada associado fica encarregado de levar um prato de doce ou salgado, as bebidas ficam por conta da associação. Nas ocasiões acontecem atividades lúdicas, palestras e muito bate-papo. Os próximos encontros acontecerão nos dias 27 de setembro, 11 de outubro e 8 de novembro, sempre das 12h:15 até às 16h. Participe!

### Revivendo FURNAS

Um dos projetos de maior sucesso entre os associados, o Revivendo FURNAS, está indo de “vento em popa”. No último dia 15 de agosto, mais um grupo partiu rumo a Funil para apreciar o encanto da paisagem.

O próximo passeio será para a Usina de Furnas, em Passos/Minas Gerais, e está agendado para o dia 17 de setembro com retorno previsto para 19 de setembro.

Lembrando que o transporte e a hospedagem ficam por conta de FURNAS e apenas as refeições e outros eventuais gastos serão pagos por cada pessoa inscrita.

Nos meses de outubro e novembro poderão acontecer mais viagens a Usina de Furnas. Por enquanto, a APÓS-FURNAS aguarda confirmação da empresa.

### Homenagem ao Mês dos Pais

Segundo a Enciclopédia Livre Wikipédia, o Dia dos Pais teve sua origem na antiga Babilônia, há mais de 4 mil anos. Um jovem chamado Elmesu moldou e esculpiu em argila o primeiro cartão que desejava sorte, saúde e longa vida a seu pai. A tradição permaneceu e foi levada adiante por diversos povos e civilizações.

**Já no Brasil**, o dia dos pais ficou definido todo segundo domingo do mês de agosto. **Nos EUA**, em 1909, Sonora Louise Dodd, filha do veterano da Guerra Civil, John Bruce Dodd, ao ouvir um sermão de sua mãe, teve a ideia de celebrar o Dia dos Pais. E, para homenagear todos os pais, reproduzimos aqui a primeira mensagem escrita a um Pai:

*“Pai, tenho em você a figura de um mentor, seu exemplo moldou minha personalidade e me transformou no homem que hoje sou. Desejo saúde e vida longa a ti, meu Mestre, meu senhor, meu Pai”, Elmesu.*

### Resolução CMN nº 3792

Em atendimento ao Artigo 8º da Resolução CMN nº 3792, a FRG informa que, até 31/12/2014, todos os administradores e demais participantes do processo decisório dos investimentos das Entidades Fechadas de Previdência Complementar deverão ser certificados por entidade de reconhecido mérito pelo mercado financeiro nacional.

A REAL GRANDEZA tem optado por certificar os seus dirigentes junto ao Instituto de Certificação dos Profissionais de Seguridade Social - ICSS, embora existam outras entidades que ofereçam certificação, tais como: Instituto Brasileiro de Governança Corporativa - IBGC; ANBIMA; CNPI; e ANCORD.

### Atenção associados

Mantenham o seu cadastro em dia. Para facilitar a atualização frequente de seus dados, envie um e-mail para [aposfurnas@aposfurnas.org.br](mailto:aposfurnas@aposfurnas.org.br) ou ligue para a nossa Associação (21. 2528-5024). Seu endereço completo, telefones atuais e e-mails são dados importantes para nós.

## A participação da APÓS-FURNAS no CEDEPI



Para quem não conhece, o CEDEPI (Conselho Estadual de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa) é um órgão criado há 15 anos, que tem entre seus principais objetivos, a defesa dos direitos da pessoa idosa, controlando democraticamente ações e omissões do Poder Público e da sociedade referentes aos idosos.

Em 2013, a entidade realizou diversas ações. Entre elas, a mais comentada vem sendo a luta contra a alteração do Artigo 23 do Estatuto do Idoso, que se refere ao direito a meia entrada em estádios olímpicos, cinemas, teatros e casas de show.

Além disso, ocorreram ainda diversas reuniões com Conselhos Municipais para orientação, em especial sobre a criação de fundos; mudanças no regimento interno, igualando as condições de prazo de mandato entre representantes governamentais e não-governamentais; reuniões do Programa de Voluntariado do CRC-RJ, apresentando a FUNDEPI para profissionais de contabilidade que atuam em várias empresas.

Recentemente, foram eleitos novos membros dos Conselhos do CEDEPI, e a APÓS-FURNAS se orgulha de continuar entre eles - representados pelas associadas Maria Isabel da Fonseca Bauer e Delfina Maria Carvalho Simões, eleita como 2º secretária.

A APÓS-FURNAS aproveita para parabenizar as recém-eleitas Presidente do CEDEPI, Sandra Rabello de Frias, e sua Vice-Presidente Rosely Reis Lorenzato.

## Plano de saúde do sistema Eletrobras

Em 30/7/13, o Conselho das Associações de Aposentados do Sistema Eletrobras, mediante os representantes e dirigentes das associações (APEL/Eletrobras, APOSEN/Eletronorte, AAPE/Eletrosul, APÓS-FURNAS e Após Chesf), foi atenciosamente recebido em audiência pelo Dr. José Lopez Feijó, assistente do Dr. Gilberto Carvalho - ministro-chefe da Secretaria Geral da Presidência da República.

Oportunidade em que os representantes do referido conselho apresentaram e detalharam os anseios e lutas dos aposentados do Sistema Eletrobras, único sistema sem um Plano de Saúde semelhante às demais empresas do Governo Federal. Dentro dos tramites legais, os representantes do Conselho solicitaram o apoio e ajuda do Dr. Feijó para obtenção de uma resposta positiva do Conselho de Administração da Eletrobras-CAE, uma vez que o projeto AMAP, após aprovado pela Diretoria Executiva da Eletrobras, foi enviado ao Conselho de Administração da Eletrobras para aprovação, mas o presidente, Eng. Marcio Pereira Zimmermann, em Abril/2012, retirou-o da pauta e, até hoje, não retornou para ser examinado, discutido e deliberado. O Dr. Feijó, sensibilizado com os argumentos, com a ansiedade dos aposentados, criada pela ampla divulgação do referido projeto pela própria Eletrobras, e com a falta de uma resposta até a presente data, nos informou que a Secretaria Geral da Presidência da República procurará atuar junto ao Presidente do Conselho de Administração da Eletrobras, no sentido de tornar mais ágil o retorno do Projeto AMAP à reunião do CAE para ser apreciado, e os aposentados do Sistema Eletrobras obterem uma resposta ao assunto referido.

## Cuidados com o comércio eletrônico

Estima-se que as vendas no comércio eletrônico brasileiro, em 2013, devem atingir a cifra de R\$ 30 bi, com um crescimento em torno de 30%. Com isso, torna-se necessária uma maior rapidez nas elaborações de novas leis que protejam os consumidores. Enquanto elas não vem, é interessante informar-se de seus direitos como consumidor virtual.

## ENCONTROS DO 1º SEMESTRE

Ao longo do primeiro semestre de 2013, as regionais da APÓS-FURNAS promoveram divertidos encontros que, com prazer, divulgamos nas fotos a seguir. Além desses estados, a Região dos Lagos, Curitiba, Itumbiara, São Paulo e Belo Horizonte também realizaram eventos especiais. Algumas de nossas áreas optaram em não realizar atividades. A todos, obrigado por fazerem parte da nossa história.



Ribeirão Preto/SP



Campos dos Goytacazes/RJ



Rio de Janeiro/RJ



Ibiúna/SP



Rio Verde/GO



Juiz de Fora/MG



Resende/RJ

## YOGA: NUNCA É TARDE PARA COMEÇAR A PRATICAR

Envelhecer faz parte da vida e é possível passar por esta fase com saúde e tranquilidade com a ajuda do Yoga.



O yoga cuida do corpo, da mente e do espírito. Se você já era praticante antes de atingir a terceira idade, sabe que não há restrições em relação à prática de asanas e pranayamas. No entanto, os portadores de doenças crônicas necessitam de algumas adaptações, antes de fazer uso dessa prática. Quem vive a terceira idade e pretende começar a praticar yoga deve consultar um médico e conversar a respeito das suas restrições para qualquer prática física e respiratória.

### Estágios e metas da Vida ou Ashrama e Purusartha

No ocidente e no oriente, nós envelhecemos e passamos pelos quatro estágios da vida para atingirmos as quatro metas que são descritos no Yoga Sutras: é a lei da natureza.

Com as técnicas do yoga adaptadas a necessidades e possibilidades de cada faixa etária, é possível manter um corpo saudável e mais jovem por mais tempo, aumentar a disposição e a concentração, melhorar a memória e o estado emocional, mergulhar fundo nos processos de auto-conhecimento e no domínio sobre o corpo físico e mental, conquistando harmonia e serenidade consigo mesmo e com seus semelhantes.

O primeiro estágio é durante a infância e a adolescência, também chamado de brahmacharyasrama. Nessa época recebemos conhecimento através de nossos professores, pais ou responsáveis. É quando aprendemos como as pessoas pensam, seguimos regras e nos disciplinamos. Como temos uma incontrolável energia e ação, é comum acharmos que nossos

aprendizados não possuem qualquer relação com a vida. Por esse motivo, nessa fase os objetivos são aprender a ser paciente, adquirir conhecimento, controlar os desejos sexuais (embora os hormônios estejam saltitantes) e canalizar toda essa energia na construção de uma vida sensata e responsável - darma.

O segundo estágio é a juventude, conhecida como grhasthasrama. É nessa época que ganhamos o nosso sustento e temos acesso aos prazeres da vida. Construímos nossa família, casamos, trabalhamos para adquirir nossos sonhos materiais e cuidamos e educamos nossos filhos, já que aprendemos a lição do estágio anterior. Nesse estágio amadurecemos, cultivamos o amor, o perdão, o afeto, a compaixão, a tolerância e a paciência. Além disso, aprendemos a lidar com diferentes ambientes sociais e emocionais.

O terceiro estágio da vida é um “soltar-se”, o início do não-apego, chamado vanaprasthasrama. Nas outras fases adquirimos conhecimento e agora paulatinamente “deixamos ir”. Despedimo-nos de nossos progenitores e abençoamos a chegada das noras, genros e netos. Afinal os filhos já estão educados e construindo sua própria vida. Em geral nos aposentamos ou passamos aos descendentes o que foi construído, mas ainda estamos presentes. Sem as obrigações exteriores, nos voltamos para o nosso interior.

O quarto estágio não-apego, sannyasasrama, é a morte. Ele representa o homem totalmente desapegado do mundo material e apegado ao espiritual: a Deus.

A yoga terapia lida com problemas físicos e emocionais, através de séries que incluem asanas e pranayamas. Não tem idade para praticar yoga. Nunca é tarde para começar!•

### Alguns benefícios da Yoga:

Trabalhar a visão e os olhos; treinar o equilíbrio; exercitar as articulações dos pés, joelhos e coxa com quadril; manter a coluna vertebral sadia e com flexibilidade.

### Parceria CAEFE / APÓS-FURNAS

Hatha Yoga, as terças e quintas - das 12 às 13h

Sede Social da APÓS-FURNAS, na Rua Diniz Cordeiro, 21.

## A SUA PREVIDÊNCIA



## BENEFÍCIOS: INSS PRORROGA EM SEIS MESES O PRAZO DE COMPROVAÇÃO DE VIDA/RENOVAÇÃO DE SENHA JUNTO AOS BANCOS

### Instituições bancárias têm até 28 de fevereiro de 2014 para concluir o processo

O INSS prorrogou o prazo de realização da comprovação de vida/renovação de senha junto à rede bancária por seis meses, em virtude de que dos 30,7 milhões de beneficiários, 9,4 milhões ainda não atenderam à convocação dos bancos para a realização da renovação da senha junto às agências bancárias onde habitualmente recebem seus benefícios.

As instituições financeiras pagadoras de benefícios terão até o dia 28 de fevereiro de 2014 para finalizar o processo de comprovação de vida e renovação de senha, dos 9,4 milhões de beneficiários do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) que recebem seus benefícios por meio de conta corrente, conta

poupança ou cartão magnético.

Os segurados que ainda não compareceram à agência bancária onde recebem seu benefício devem fazê-lo para realizar a renovação de senha/prova de vida.

As instituições financeiras pagadoras de benefícios estão realizando esse procedimento desde maio de 2012. Quem já compareceu à agência bancária desde que o cadastramento começou não precisa realizar outra prova de vida, pois as instituições ainda estão concluindo o primeiro ciclo.

Os bancos estão informando aos beneficiários acerca da comprovação de vida/renovação de senha por meio de mensagens informativas, disponibilizadas nos meios eletrônicos de relacionamento com seus clientes.

Quando for convocado o beneficiário deve ir até a agência bancária levando um documento de identificação com foto (carteira de identidade, carteira de trabalho, carteira de habilitação etc).

Algumas instituições financeiras que possuem sistemas de biometria estão utilizando essa tecnologia.

Os beneficiários que não puderem ir até às agências bancárias, por motivos de doença ou dificuldade de locomoção, podem realizar a prova de vida por meio de um procurador devidamente cadastrado no INSS.

Os segurados que residem no exterior também podem realizar a prova de vida por meio de um procurador cadastrado no INSS ou por meio de documento de prova de vida emitido por consulado.

Fonte: Ascom/MPS / INSS

**As técnicas previdenciárias que prestam serviço a APÓS-FURNAS estão à disposição dos associados e pensionistas para qualquer esclarecimento.**

**Basta agendar, previamente, a sua visita através do telefone 2528-5024.**

## PERFIL LEONEL BORGES LÓES



## UM HOMEM COM MIL E UMA UTILIDADES



Através de um concurso, Leonel entrou para o setor de engenharia de FURNAS no ano de 1968. O começo, como estagiário, foi em Minas Gerais, mas logo veio para o Rio de Janeiro, onde permaneceu até 94.

Mas, quem pensa que com a chegada da aposentadoria o engenheiro eletroeletrônico parou, se engana. Assim que saiu de FURNAS, Leonel arrumou as malas e partiu para o Canadá. “Recebi um convite para trabalhar e fui”. Mas a saudade de casa o trouxe de volta rapidamente.

Tempos depois foi a vez de voltar a estudar e, através de um concurso, ingressou no INPI (Instituto Nacional de Propriedade Industrial) e, ainda por

cinco anos, trabalhou primeiro em uma grande empresa espanhola, sendo depois solicitado para uma empresa italiana.

Em 69, casou e teve um casal de filhos. Atualmente, aos 70 anos, Leonel tem três netos e energia de sobra para continuar trabalhando e aprendendo. Apaixonado pelo conhecimento de uma forma geral, o aposentado aposta na eterna busca por novos aprendizados. Além do curso da Escola Superior de Guerra (ADESG), fez cursos de pedreiro, motorista, mergulho, alimentação viva etc...

Aliás, essas aulas inusitadas rendem boas histórias. Durante as aulas de pedreiro, por exemplo, ele se empenhou tanto que, no final do curso, o professor o convidou para trabalhar em uma empreiteira. E Leonel explica: “Tenho uma casa em Cabo Frio e sempre chamava trabalhadores locais para fazer alguma pequena obra por lá. Acho que ao pedir para alguém nos fazer algo, temos que ter conhecimento daquilo e, por isso, quis aprender”.

Sua curiosidade o levou a viagens inesquecíveis pelo Brasil e pelo mundo! “Fiz bons amigos, como aqui em FURNAS. Devo tudo o que conquistei na vida a essa empresa”, diz Leonel. Porém, um dos seus maiores desejos ainda não foi realizado. “Gostaria, de junto com as associações ligadas a FURNAS, criar uma casa de convivência para abrigar os nossos idosos”. E, com tanta força de vontade e garra, quem duvida que ele ainda conseguirá?•

## APÓS-FURNAS QUER TE OUVIR

Na próxima edição do jornal O Elo, gostaríamos de publicar as suas dúvidas, elogios, críticas ou sugestões. Mande o seu comentário para a APÓS-FURNAS pelo e-mail: [aposfurnas@aposfurnas.org.br](mailto:aposfurnas@aposfurnas.org.br) ou pelo fax (21) 2286-8267 e nós responderemos. Aproveite e visite o nosso site [www.aposfurnas.org.br](http://www.aposfurnas.org.br).

A APÓS-FURNAS se reserva o direito de publicar ou não as questões enviadas, após análise de conteúdo.

## O ELO



BOLETIM INFORMATIVO DA APÓS-FURNAS

Os artigos assinados são de responsabilidade dos seus autores e não representam, necessariamente, a opinião deste informativo.

**Colaboradoras** Edilane Espinosa e Rejane Paranhos  
**Jornalista responsável** Tatiana Guedes MTB 21307  
**Impressão** 4.000 exemplares

## ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS DE FURNAS

**Sede Administrativa**

Telefones: (21) 2528.5024 | 4477 | 4999 | Fax: 2286.8267

**Sede Social**

Telefone: (21) 2579.3852

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

**Diretoria Executiva:** **Diretor Presidente** Alfredo de Azevedo Alves • **Vice-Diretor Presidente** Humberto Ferreira da Costa • **Diretora Social** Isaura Ferreira Brandão • **Vice-Diretora Social** Olinda Maria Campos da Silva • **Diretor Financeiro** Mario Pasquale Bellafronte • **Vice-Diretor Financeiro** Helton Gama de Carvalho