

JORNAL DA AJUBEMGE

“Uma força de vida”

PUBLICAÇÃO MENSAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS APOSENTADOS, PENSIONISTAS, FUNCIONÁRIOS E EX-FUNCIONÁRIOS DO CONGLOMERADO BEMGE

ANO 51 – Nº 589 - NOVEMBRO DE 2019

Tarde de bingo e muita diversão na AJUBEMGE

Os associados se divertiram muito no último bingo realizado na sede da AJUBEMGE, na tarde do dia 30 de outubro. Participaram do evento 34 pessoas, que colaboraram levando brindes para serem distribuídos aos ganhadores das rodadas. A associação também ofereceu diversos presentes e um delicioso lanche.

A associada Vandalci Pereira de Miranda, que adora um bingo, quer participar sempre que possível. “Gosto muito de todos os eventos da associação, pois além de ser uma tarde muito divertida, é também uma oportunidade de reencontrar os amigos”, comentou Vandalci.

Já a associada Angela Maria do Carmo Tavares que está sempre presente nos eventos, acha o bingo na associação muito divertido e animado. “Sempre participo de todos os jogos quando posso, é sempre um melhor que o outro!”, exclamou Angela.

Confira mais fotos no site da AJUBEMGE e até o próximo bingo, que com certeza, será ainda mais animado: www.ajubemge.com.br



<p>Festa de fim de ano da AJUBEMGE neste mês de novembro</p> <p>Pág. 2</p>	<p>Reajuste de benefícios do INSS 2020</p> <p>Pág. 3</p>	<p>Reforma da Previdência Entenda as regras do pedágio</p> <p>Pág. 5</p>	<p>Aniversariantes de dezembro/2019</p> <p>Pág. 6</p>
--	--	--	---





Fique de olho

Esta chegando a nossa grande festa de fim de ano!

A grande festa de confraternização de fim de ano da AJUBEMGE será neste mês de novembro, no dia 28, quinta-feira, de 12 às 17h, no Restaurante Boi Vindo Steakhouse (Rua Petrolina, 875 - Bairro Horto Florestal - Belo Horizonte/MG - Tel: 31 2512-8080).

Os convites já estão disponíveis na secretaria da AJUBEMGE desde o dia 04 deste mês, de 10 às 16 horas. O prazo termina no dia 21 de novembro. Mais informações, entre em contato com a AJUBEMGE: WhatsApp: (31) 98395-1069 - Secretaria: (31) 3201-9423

Valor dos convites:

- Associado: cortesia

- Acompanhante: R\$ 40,00 (Gratuito para acompanhantes de associados residentes fora da Região Metropolitana de Belo Horizonte).

- Convidado: R\$ 80,00

O associado Mary Martins de Souza, está organizando um serviço de van para aqueles que residem em Juiz de Fora e necessitam de transporte para ir à festa. Para quem tiver interesse, entrar em contato: (32) 9145-9504.



Venha festejar com a gente mais este ano que se encerra!

Casa Grão, um novo conceito de padaria em Belo Horizonte



Muito mais do que uma padaria, a Casa Grão, localizada no bairro Santo Agostinho, chegou em Belo Horizonte com a proposta de ser um verdadeiro centro gastronômico, reunindo no mesmo espaço: padaria, cafeteria, empório, sorveteria, choperia, hortifruti, hamburgueria, restaurante, confeitaria, sushi bar e pizzaria.

A casa já funciona a todo o vapor há um ano e três meses, em um ambiente de 1.200 metros quadrados, climatizado e com conforto acústico, com capacidade para atender até 280 pessoas sentadas.

Um dos sócios da Casa Grão, Emerson Lessa, filho do nosso associado Flávio Rocha Lessa, de Juiz de Fora, nos contou que a ideia do empreendimento veio das padokas de São Paulo, mega padarias que oferecem este modelo gastronômico em vários pontos da cidade. “Em Belo Horizonte não existia nada parecido. Nosso estabelecimento é o único deste estilo em BH. Já atendemos cerca de mil pessoas por dia e este número vem aumentando a cada dia”, contou Emerson.

A Casa Grão fica na rua Gonçalves Dias, 2647 - Bairro Santo Agostinho e está aberta todos os dias, de 6h às 22h.

Expediente

Expediente: Associação Nacional dos Aposentados, Pensionistas, Funcionários e Ex-Funcionários do Conglomerado Bemge – AJUBEMGE – Rua Curitiba, 689 – Salas 403 a 406 – CEP: 30170-120 – Belo Horizonte-MG – Telefone: 31 3201 9423 - WhatsApp: (31) 98395-1069 - Email: ajubemge@ajubemge.com.br

Visite nosso site: www.ajubemge.com.br

Diretora Presidente: Maria Lúcia Machado, Diretora Vice-Presidente: Laiz Maria Martins Lannes, Diretor Financeiro: Randas Costa Zanotti, Diretor Administrativo: Maurício Teodoro de São José, Diretora Comercial: Mirani Lopes Vieira Liberal, Diretor Cultural e Social: Luiz Fernando da Silva Telles

Conselho Fiscal – Efetivo: Gerson de Assis Moraes, Lourival Lelles e Plínio Buarque Vogas

Suplentes da Diretoria Executiva: Adair José de Souza, Maria Olimpia Marques Ferreira, Geraldo José Bahia Sudário, Joel de Assis Moraes, Hercílio Antônio de Almeida e Herci Fonseca Barbosa -

Suplentes do Conselho Fiscal: Albertino Couto Ferreira, José Gregório Júnior, Reinaldo Vilela Monte Raso

Diretores Adjuntos: Jonair Alves de Oliveira (Governador Valadares), José Roberto Oriente (Rio de Janeiro), Rubens Prates Macedo (Belo Horizonte), Tarcísio Ferreira da Costa (Belo Horizonte), Délcio Pinto da Silva (Belo Horizonte).

Publicação Mensal da Associação Nacional dos Aposentados, Pensionistas, Funcionários e Ex-Funcionários do Conglomerado Bemge - Jornalista Responsável: Dúnia Catelli – Edição: Dúnia Catelli – Diagramação: Dúnia Catelli – Impressão: Bigráfica – Tiragem: 1.700 exemplares – Leitores: 9.000



Diversos

Congresso da Abrapp 2019

Foi realizado nos dias 16, 17 e 18 de outubro deste ano, em São Paulo, o 40º Congresso da Abrapp (Associação Brasileira das Entidades Fechadas de Previdência Complementar), que é realizado desde 1979, sendo considerado o maior evento da Previdência Complementar.

Estiveram presentes os representantes da Fundação Itaú Unibanco: Aguinaldo José do Crato e Ubirajara Moraes (Comitê do Plano ACMV- Assistidos), Cleide Xavier Rocha Foreaux (Comitê do Plano 002 - Assistidos), José Antônio da Costa (Comitê do Plano 002 - Ativos autopatrocinados e BPD) e Luiz Fernando da Silva Telles (Conselho Fiscal).

O evento reúne anualmente, em diferentes capitais, cerca de 3.000 pessoas, entre empresários, autoridades, profissionais de diversos mercados, estudiosos e dirigentes de entidades fechadas de Previdência Complementar, convidados a participar de um mega evento de forte conteúdo técnico e ancorado nos temas mais atuais da agenda dos Fundos de Pensão.



Sejam bem-vindos novos associados

- Hamilton Ananias Dias – Belo Horizonte/MG
- José Augusto de Mattos Pereira - Cataguases/MG
- Norma Sueli Reis Carvalho – Lavras/MG

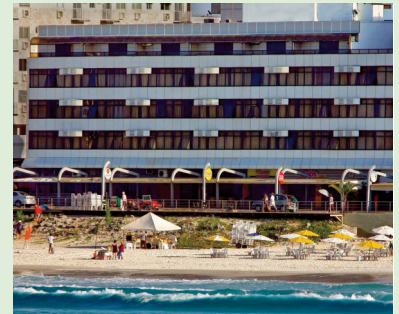
Deixaram saudades

- Mário M. Martins - 25.08.2019 - Rio de Janeiro/RJ
- Hilma Cunha Paiva – 29.08.2019 – Santos/ SP
- José M. Sobrinho – 20.09.2019 - São Sebastião do Paraíso/MG
- Maria Luria de S. Pereira - 22.09.2019 - Cataguases/MG
- Sebastião P. Ribeiro - 22.09.2019 - Muriaé – MG
- Balbino José da Silva – 05.10.2019 – Mutum/MG
- Aroldo Faria – 08.10.2019 – Niterói/RJ

A AJUBEMGE envia o seu pesar aos familiares e amigos.

Parceria da AJUBEMGE com o Hotel Malibú em Cabo Frio

O verão está chegando e planejar aquela viagem gostosa para a praia já começa a passar pela cabeça. Para facilitar esses planos, a AJUBEMGE oferece a todos os



seus associados uma parceria incrível com o Hotel Malibú, em Cabo Frio, no Rio de Janeiro.

Os interessados podem entrar em contato com o hotel e verificar a tabela de descontos especiais de acordo com as temporadas, através da **central de reservas do Hotel Malibú: (22) 2643-1955**

Governo aprova reajuste de benefícios do INSS para 2020

O congresso aprovou no mês de outubro deste ano o reajuste do valor do benefício do INSS de aposentados e pensionistas para 2020, com base no salário mínimo.

O que irá mudar no próximo ano será a alíquota, que será a mesma para aposentados que recebem um salário mínimo, quanto para aqueles que recebem acima, o reajuste previsto é de 4,02%.

Neste ano de 2019, o aumento foi de 4,61% e 3,43%, respectivamente.

Com a nova proposta, o teto do INSS passará dos atuais R\$ 5.839,45 para R\$ 6.074,20. Com a previsão da inflação que consta na LDO o teto poderá ficar em torno de R\$ 6.084,71. Esses valores serão divulgados oficialmente no fim do ano.

Fonte: INSS

Diversos

Central de atendimento do INSS facilita o atendimento

A central de atendimento telefônico do INSS, 135, realizou mudanças para aprimorar o seus serviços. Antes era preciso ouvir todo o menu para escolher o dígito desejado, agora não será mais necessário, pois um guia de números já está disponível em seu site para cada tipo de serviço e basta apenas digitar qual precisa diretamente no início da ligação.

Esta ligação pode ser feita através de um telefone fixo, gratuitamente. O horário de atendimento é de segunda a sábado, de 7h às 22h. Já o atendimento eletrônico funciona por 24 horas.

Confira abaixo o mapa do roteiro de atendimento do telefone 135:

1- Ligue 135 e em seguida informe seu CPF

- | | |
|---|---|
| - Resultado de perícia médica: digite 1 | - Revisão: 6 e 5 |
| - Consultar data e local de pagamento de benefício: 2 | - Outros serviços: 6 e 6 |
| - Requerer benefício, CTC ou agendar perícia médica: 3 | - Aplicativo Meu INSS: 7 e 1 |
| - Consultar agendamento do pedido: 4 e 1 | - Contribuição ao INSS: 7 e 2 |
| - Agendar cumprimento de exigência: 4 e 2 | - Aposentadoria por idade urbana: 7, 3 e 1 |
| - Cancelar requerimento: 4 e 3 | - Aposentadoria por idade rural: 7, 3 e 2 |
| - Cópia de processo: 5 e 1 | - Aposentadoria por tempo de contribuição: 7, 3 e 3 |
| - Agendar retirada de extrato de benefício: 5, 2 e 1 | - Aposentadoria com decência: 7, 3 e 4 |
| - Agendar retirada de extrato previdenciário: 5, 2 e 2 | - Aposentadoria especial: 7, 3 e 5 |
| - Agendar retirada de extrato de consignações: 5, 2 e 3 | - Auxílio-doença: 7 e 4 |
| - Agendar retirada de extrato de imposto de renda: 5, 2 e 4 | - Pensão por morte: 7 e 5 |
| - Agendar retirada de carta de concessão: 5, 2 e 5 | - Salário-maternidade: 7 e 6 |
| - Agendar retirada de declaração de benefício: 5, 2 e 6 | - Auxílio-reclusão: 7 e 7 |
| - Solicitar pagamento de benefício não recebido: 6 e 1 | - Benefícios assistenciais: 7 e 8 |
| - Transferir benefício para outra Agência do INSS: 6 e 2 | - Outros serviços: 7 e 9 |
| - Bloqueio/desbloqueio de benefício p/ empréstimo: 6 e 3 | - Elogios, sugestões, denúncias ou reclamações: 8 |
| - Alterar forma de pagamento: 6 e 4 | - Outras solicitações ou falar com um atendente: 0 |

Conviver com animais de estimação faz muito bem à saúde



Vários estudos no mundo inteiro já comprovaram que a convivência entre pessoas da terceira idade e animais faz com que estas sejam mais felizes e saudáveis.

Além destes benefícios, os animais foram apontados como os "remédios" que diminuem os sintomas da depressão. Um estudo realizado em Portugal, pela Clínica Médico-Psiquiátrica da Ordem, fez um experimento com pacientes que não respondiam aos remédios e outros estímulos para amenizar a depressão. Quando começaram a conviver com animais, mais de um terço não apresentaram mais sintomas.

Essa conexão especial é favorecida pela oxitocina, um hormônio do amor que opera no cérebro e no corpo de cachorros e seres humanos. Entre suas contribuições, esse hormônio é responsável por reduzir o estresse, fortalecer e potencializar as relações sociais, aumentar a confiança e etc. Quando se produz um contato físico, um abraço, ou uma cruzada de olhares com seres queridos, esse hormônio é liberado de forma natural.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia, cuidar de um bicho de estimação e estabelecer um laço com eles também reduz a agressividade causada pela demência em pessoas mais velhas.

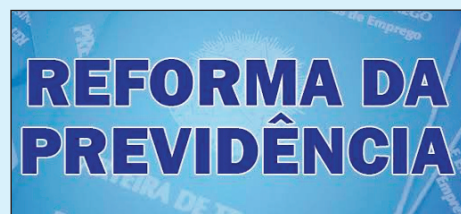
Ter um gato ou cãozinho através de uma adoção é ainda mais gratificante, tanto para os donos, tanto para os animais. Muitos foram abandonados e estão nas ruas ou em ONGS, e quando adotados, tem eterna gratidão por quem os oferece carinho e cuidado.

Um amigo peludo cheio de amor, cura e preenche o cor. Os animais são seres abençoados que tem a capacidade de nos amar incondicionalmente.

Fique de olho

Como ficam as regras para quem está próximo de se aposentar com a reforma da previdência

Com a reforma da Previdência aprovada em outubro deste ano, algumas mudanças serão aplicadas para quem já estava perto de se aposentar. São as chamadas regras de transição, que oferece para alguns casos, o Pedágio.



A quem se aplica o pedágio nas regras de transição?

O Pedágio, diferentemente da maioria das regras de transição, aplica-se tanto aos funcionários de empresas privadas quanto aos servidores públicos.

As regras de pedágio foram desenhadas para quem está mais próximo de completar o tempo de contribuição exigido pela regra atual e serão mais vantajosas para esses segurados, na maioria dos casos.

Tenha presente que para cada perfil, uma modalidade diferente poderá ser mais vantajosa, e o trabalhador poderá escolher a que preferir. Confira abaixo, **quais são os tipos de pedágio e qual a sua percentualidade:**

Pedágio de 50% – Quem poderá usufruir?

Quem está a apenas dois anos de completar o mínimo de contribuição — 30 anos, se mulher, e 35, se homem — poderá se aposentar sem cumprir idade mínima, após pagar pedágio de 50% sobre o tempo faltante.

Estando em vigor a reforma da Previdência, poderão optar por essa modalidade a mulher com, ao menos, 28 anos de contribuição e o homem com, ao menos, 33. Estes segurados terão que contribuir até um ano a mais para poder se aposentar. Por exemplo, se faltam dois anos, terá de trabalhar três anos (50% de dois é um).

O valor da aposentadoria será igual à média salarial multiplicada pelo fator previdenciário. Com a aprovação da reforma, essa média será calculada com todos os recolhimentos feitos desde 1994, sem o descarte dos 20% menores, como ocorria antes da reforma.

Pedágio de 100%

Incluída ao longo da tramitação do projeto no Congresso, essa regra só valerá para mulheres a partir de 57 anos e homens a partir dos 60. Além disso, será cobrado um pedágio de 100% do tempo faltante para a aposentadoria pela regra atual (30 anos para mulheres, e 35 para homens).

Ou seja, quem estiver a quatro anos de se aposentar terá que trabalhar por mais oito e ainda cumprir a idade mínima desta regra. Ou ainda, se no dia em que a reforma entrar em vigor e ainda faltarem dois anos para conseguir a aposentadoria, o segurado precisará trabalhar quatro anos.

Vantagens do Pedágio

A nova modalidade de transição será mais vantajosa para quem não poderia se aposentar em dois anos e não tem direito ao pedágio menor, mas também não está tão longe de ter o tempo de contribuição mínimo exigido.

Quem cumpriu os requisitos para se aposentar pelas regras atuais, mas ainda não se aposentou, não precisa se preocupar. Esses trabalhadores estão preservados pelo direito adquirido e não serão afetados pela reforma da Previdência.

Fontes: INSS, Agência Brasil e Jornal Contábil.



Aniversariantes do mês - Dezembro



01 - Carlos Alberto Ribeiro, Lourdes Conceição Geampaulo Abdalla, Maria da Conceição Amancio, Vander Soares de Aquino.

02 - Amelia Costa Borges, Antonio Magno Nogueira Espeschit,

Benedita Ursulina Vieira, Benedito Alaur Maduro, Celso Abrantes e Silva, Maria Avany Arruda Bastos.

03 - Filomena de Oliveira Garcia, Maria Aparecida Silva de Carvalho.

04 - Alfredo Lima Filho, Andre Etienne Rodrigues Arreguy, Gaspar Dutra Machado, Mario Balbino Goncalves Lazaroni.

05 - Arnaldo Rios, Rafael Jose Moreno.

06 - Claudia Maria Lima Vilaca, Geraldo Moacyr Cysneiros Kastrup, Sulamita da Silva Urbano.

07 - Divaldo Teodoro Franca, Eunice Freire Duarte, Maria Imaculada Mourao, Viviane Assad Cota.

08 - Elomar Conceição Tavares, Jose Batista de Azevedo, Maria Imaculada Batista, Maria Imaculada Conceição Monteiro Machado.

09 - Jayme Bertelli, Marcio Lisboa Migueletto, Milton Mendonca de Moraes, Renato Antonio Leao.

10 - Afonso Maria Resende, Helena Mansur Gomes, Jose Maria Padua, Maria da Gloria Machado Chaves, Maria Samaritana de Resende Marzano, Vandalci Pereira de Miranda.

11 - Anibal Daniel Lage Gomes, Diva Couto Chaves, Jose Domingos Pereira, Nelson Perlatto, Regina Maria Paraiso da Costa.

12 - Mirna Rosa Soares Machado.

13 - Adalberto Gomes Moreira, Luzia Alves Garcia Marton, Luzia Maria Conte Barbosa, Marcia Angelica de Oliveira, Maria Geralda de Oliveira.

14 - Lilian de Souza Ribeiro, Riva Mara Paulino, Wolney Sarto, Hamilton Ananias Dias

15 - Agilson Silva Borges, Eny Lima Raymundo, Jannice Barbosa Carrara Roque.

16 - Elza Borges Cardoso.

17 - Antonio Duque de Carvalho, Joseni Itamar Mageste Marinho, Manoel Antonio de Jesus,

Rosilene Maria Dias Figueiroa, Sebastiao Toledo.

18 - Geraldo Brandao Vieira, Jairo Antonio da Silva, Maria Cristina Horta.

19 - **Adao Julio Ferreira**, Arare Pompeu, Emmanuel Delane Silva de Aguiar, Juarez Jose Muniz.

20 - Adalberto Mourthe Matoso.

21 - Dinerges Fernandes Macedo, Jaime Peres Gomes, Joao Bosco Correa Fernandes, Joao Torquato de Resende, Olivia Maria Hauck Salgado.

22 - Cicero Carlos Ouverney, Gilberto Marani, Joao Batista Melo de Araujo, Vania Marcondes Machado.

23 - Adelmo Crisostomo, Amatusa Montes Guerra, Carlos Alberto Rodrigues de Freitas, Fabio de Vasconcelos Padrao Filho, Frederico de Sousa Neto, Gilce Maria de Souza Caldeira, Heitor Lopes, Joao Divino de Abreu, Jose Clovis de Oliveira, Maria de Lourdes Lage Pessoa, Rubens Domingues de Carvalho.

24 - Hamilton de Moraes Pinto, Marta Helena Soares, Paraiza Rafante de Sales.

25 - Antonio Natal Tavares, Benjamim Roza Vieira, Jose Natalino Avelar, Sonia Maria Pinto de Paula e Silva.

26 - Hitler Expedito de Andrade, Job Soares, Maria Lucia Petruceli Oliveira, Nadir Ferreira da Silva, OmarEstevao Diniz.

27 - Jose Alberto Noronha, Nadir Tavares Barros.

28 - Isabel Cristina Pacheco, Sebastiao Martins Gomides.

29 - Daniel de Almeida, Monica Elizabeth Lima, Nilson Lopes Junior, Paulo Jorge Buere, Walter Benevides Gomes.

30 - Dalva Therezinha S. Ribeiro, Denise Vasconcelos Meneses, Dilsa de Freitas Eller, Ezequias Jose da Silveira, Milton Pereira Ferreira, Patricia Monteiro Repolis Martins.

31 - Elaine Aparecida Mourão Mendes, Luciana Couto Soares.

Aniversariante premiado

O aniversariante sorteado do mês de **dezembro, Adão Júlio Ferreira**, residente em Belo Horizonte, foi premiado com um cheque de R\$ 200,00.

