

## EDITORIAL

**FUNDO PARANÁ**  
Plano JMalucelli Previdência:  
Divulgue essa ideia!  
página 2

**EDUCAÇÃO  
PREVIDENCIÁRIA**  
O Fator Previdenciário  
páginas 3

**EDUCAÇÃO  
FINANCEIRA**  
Cartão pré-pago auxilia no  
controle das finanças e não  
exige conta em banco  
Página 4

**SAÚDE**  
Como tratar a depressão na  
terceira idade  
Páginas 5 e 6

**SUSTENTABILIDADE**  
57% dos jovens paulistanos  
deixaram de usar carros em SP  
páginas 6 e 7

**MINUTO DA  
PREVIDÊNCIA**  
Página 7

**NÚMEROS DO  
FUNDO PARANÁ**  
página 8

Muitos participantes nos perguntam sobre investimentos. A primeira questão a ser avaliada é: qual o objetivo?

Sim, porque não basta poupar. Tem-se que ter clara a finalidade e o momento em que vamos precisar do dinheiro.

A primeira consideração a fazer é: a poupança é para o curto, médio ou longo prazo?

Porque, se errarmos nisso, a tendência é que, ao interromper um investimento, paguemos mais imposto e deixemos de lucrar o inicialmente previsto.

Curto prazo é até dois anos e devemos investir aquele dinheiro de que necessitamos liquidez, do qual podemos precisar a qualquer hora. Para uma emergência, como ficar desempregado, para atender a um impulso, como comprar um eletrônico, evitando que o financemos a juros absurdos, ou para uma viagem. Caderneta de poupança, Tesouro Direto e fundos de investimento de renda fixa são o destino desse dinheiro.

Médio prazo é entre dois e uns sete anos. É dinheiro para comprar uma casa, um carro novo, e o destino dessa poupança deve ser fundos de investimento mais agressivos, como multimercados.

Já longo prazo é mais de sete anos. É dinheiro que não vamos precisar, nem devemos mexer, em nenhuma situação além daquela para a qual foi canalizado. Como uma previdência privada para a aposentadoria. E aqui, devemos sim aplicar em renda variável, pois, mesmo com as oscilações no meio do caminho, há tempo suficiente para a recuperação e não se aumentam os ganhos sem um pouco mais de risco.

**DIRETORIA EXECUTIVA**



TRAGA SUA FAMÍLIA E SEUS AMIGOS  
PARA O PLANO JMALUCELLI PREVIDÊNCIA!

Você sabia?

Seu marido, esposa, filhos, pais, netos, sobrinhos ou irmãos podem aderir ao PLANO JMALUCELLI PREVIDÊNCIA, por meio da ASFUNPAR – Associação dos Participantes do Fundo Paraná.

E também seus amigos!  
Basta que sejam segurados do INSS ou de algum Regime Público de Previdência.

Divulgue essa ideia!  
Dê a eles a oportunidade de, como você, fazer parte de um Fundo de Pensão!

Entre em contato e saiba mais.  
contato@fundoparana.com.br  
(41) 3351-9838  
www.fundoparana.com.br



<http://www.fundoparana.com.br/plano.php?plano=2>

Também podem aderir todos os parentes até o 3º grau dos participantes de qualquer dos 4 planos administrados pelo Fundo Paraná – marido, esposa, filhos, pais, netos, irmãos ou sobrinhos.

A adesão ao Plano acontece a partir da associação à **ASFUNPAR – Associação dos Participantes do Fundo Paraná**, bastando comprovação de inscrição junto ao INSS ou a algum Regime Próprio de Previdência ou do grau de parentesco com o participante do Fundo Paraná.

Mas não se preocupe, a inscrição desses novos participantes não terá qualquer vínculo com a sua.

Contamos com a participação de todos na divulgação desta campanha!

Além de oferecer a alternativa de uma previdência mais barata e segura a seus amigos e familiares, você estará colaborando para o crescimento de seu Fundo de Pensão.

Vale lembrar: quanto maior, mais forte! E isso é um grande diferencial na hora de investir sua poupança previdenciária, por exemplo!

\* *INSTITUIDOR - Pessoa Jurídica de caráter profissional, classista ou setorial que propõe a contratação de Plano coletivo, ficando investida de poderes de representação na Entidade de Previdência Privada e que pode ou não participar total ou parcialmente, do custeio.*

O Fator Previdenciário é a fórmula de cálculo das aposentadorias do INSS e leva em conta o tempo e a alíquota de contribuição, a idade e a expectativa de sobrevivência, ou seja, durante quanto tempo a pessoa vai receber aposentadoria.

O Fator Previdenciário é uma fórmula genial, pois introduz o princípio atuarial na previdência social. Ele estabelece uma relação entre o tempo e o valor de contribuição e o tempo e valor da aposentadoria. Com ele, as aposentadorias estão estritamente relacionadas com as contribuições feitas. Este princípio, novidade no INSS, sempre existiu na previdência privada.

**Fator Previdenciário (fev/2013)**

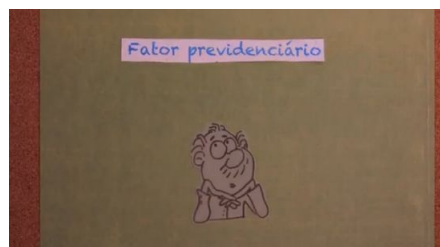
Renato Follador  
Consultor em Previdência Social

Benefício =  $R \times \frac{Tc \times 0,31}{Es} \times 1 + \frac{Id + Tc \times 0,31}{100}$

REGIME GERAL DE PREVIDÊNCIA SOCIAL - INSS			
Tempo de Contribuição	Idade	Fator Previdenciário	Valor do Benefício
35	53	0,6658	R\$ 2.515,57
36	54	0,7117	R\$ 2.688,69
37	55	0,7607	R\$ 2.874,06
38	56	0,8134	R\$ 3.072,91
39	57	0,8699	R\$ 3.286,60
40	58	0,9267	R\$ 3.501,28
41	59	0,9920	R\$ 3.747,91
43	61	1,1336	R\$ 4.159,00

Necessário mais 8 anos para alcançar o teto

VALOR DO BENEFÍCIO → REDUÇÃO DE 40%



Assista o vídeo:

<http://www.fundoparana.com.br/videos2.php?video=5>

Permite, ainda, que, cumpridos os anos obrigatórios de contribuição, o trabalhador se aposente quando quiser. A fórmula melhora a aposentadoria de quem se aposenta mais tarde, pois terá poupança maior e tempo estimado de sobrevivência menor. Já, quanto mais jovem, menor a aposentadoria, pois a poupança previdenciária será menor e o tempo de usufruí-la até a morte, maior.

Outra vantagem: a expectativa de sobrevivência está inserida na fórmula e é definida por quem entende de demografia: o IBGE. Atualizado o aumento da longevidade anualmente, evita-se discutir rotineiramente o desgastante tema fixação de idade mínima no Congresso Nacional.

É natural que muitos que já possuem as carências cumpridas e podem se aposentar se perguntem: continuam a trabalhar para aumentar o fator ou aposentam-se mesmo recebendo menos?

A resposta, evidentemente, depende da situação de cada um e merece ser analisada por especialistas.

Existem muitas questões a se considerar. Por exemplo: Na aposentadoria não importa só o valor, mas, também, o tempo recebendo como aposentado.

Ainda, se você já pode se aposentar e vai continuar trabalhando, pode ser mais vantajoso requerer a aposentadoria e aplicar tudo numa previdência privada por mais cinco ou dez anos. Lá na frente, você terá duas aposentadorias. E a da previdência privada, por render mais, será maior do que o acréscimo que teria na do INSS se continuasse contribuindo lá.

O bom do Fator Previdenciário é que, com ele, é você quem decide a hora de parar e isto pode significar não ficar à mercê de futuras mudanças nas regras de aposentadoria.

SIMULE O FATOR PREVIDENCIÁRIO NO SITE DO FUNDO PARANÁ:



<http://www.fundoparana.com.br/simuladores.php>

Para atender público que não tem conta em banco, administradoras de cartões criam o plástico pré-pago.

A participação dos cartões de débito e de crédito no consumo das famílias brasileiras cresceu 26,4% em 2012, de acordo com dados da Associação Brasileira das Empresas de Cartões de Crédito e Serviços (Abecs). Porém, o uso dessa modalidade de pagamento é restrito a pessoas com conta em banco, que representam apenas 52% da população, segundo o Banco Central (BC).

De olho neste mercado, as maiores administradoras de cartão lançaram, em 2011, o cartão pré-pago. Com ele, não é necessário ter uma conta em banco: o consumidor carrega o crédito antes do uso e, em seguida, pode realizar compras ou fazer saques, como um cartão de débito.



Embora essa modalidade assegure mais controle nas finanças, para o editor do blog O Economista, Professor Celso Ricardo Salazar Valentim, sem planejamento, os transtornos financeiros podem continuar existindo: “Claro que, para os consumidores indisciplinados, um cartão pré-pago serve como moderador de gastos, pois só será possível consumir quando houver recursos disponíveis. É necessário, porém, comparar e avaliar se as taxas não oneram as operações e, nos casos em que todo o crédito não é consumido, se não é mais interessante deixar o dinheiro aplicado numa poupança, por exemplo”, sugere.

Mas o cartão pré-pago traz outras vantagens, principalmente em viagens: “Ter em mãos todo o valor desejado em dinheiro pode ser arriscado, pois há chances de imprevistos como perda ou roubo. Muito mais prático que o cheque de viagem (*traveller check*), que precisa ser trocado por dinheiro em bancos ou em casas de câmbio, com o cartão pré-pago o usuário tem a comodidade de sacar dinheiro em terminais de autoatendimento ou pagar suas compras diretamente nos estabelecimentos comerciais”, exemplifica Valentim.

O cartão pré-pago ainda é indicado para quem apresenta alguma restrição de crédito, ou não tem como comprovar renda; como cartão mesada para os filhos; para transferência de valores para pessoas da família ou para profissionais que executam pequenos serviços; como cartão internacional para compras on-line. Além disso, nas transações internacionais, há a incidência do Imposto sobre Operações Financeiras (IOF) na modalidade do cartão de crédito, tributo não atrelado aos cartões pré-pagos.

As tarifas e os custos para contratação do serviço variam de acordo com a instituição financeira que o fornece. Em geral, cobra-se uma taxa de adesão, de recarga de crédito, de saque e de emissão de segunda via, além de mensalidade.

Apesar das vantagens, o cartão pré-pago não permite parcelamento das compras sem juros, como os cartões de crédito, e não há flexibilidade nos prazos de pagamento, já que ele é antecipado.

Assim como em qualquer outra fase da vida, os idosos também podem ter depressão. Contudo, para que eles continuem tendo uma vida saudável e feliz, é importante que eles mesmos e todos os que o circundam, compreendam essa doença:

- *A mente vazia pode trazer muitos problemas.* Sempre há tempo para aprender algo novo. Para ajudá-lo, procure fazer com que o idoso exercite a mente e o corpo com frequência.
- *Cuidado para não incapacitá-lo antes de ele realmente estar em tal situação.* Ele pode se sentir como um estorvo na vida familiar.
- *A família deve ter paciência com os mais velhos;* tudo se intensifica com a idade — inclusive o temperamento.
- *Ele precisa conversar.* O terapeuta, que está fora do circuito da família, pode dar o apoio necessário para ele superar o pessimismo.
- *Tratamento forçado não funciona.* Procure conscientizá-lo de que esse comportamento é uma doença que só se reverterá com o seu próprio esforço.
- *Ainda tem jeito, afinal a vida não acabou.* Com o tratamento adequado, e trabalho em conjunto, os idosos podem voltar a ter uma vida saudável.

Para Cássio Machado de Campos Bottino, professor do Departamento de Psiquiatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP) e coordenador do Programa Terceira Idade (Protero) envelhecimento saudável está ligado à diminuição dos riscos de doenças, ao bom funcionamento do organismo e à manutenção das relações sociais.

*Envelhecimento saudável está ligado à diminuição dos riscos de doenças, ao bom funcionamento do organismo e à manutenção das relações sociais.*

É ter o menor número possível de limitações, preservar as funções do organismo (renal, cardíaca, pulmonar, entre outras) e manter a capacidade de executar tarefas, como coordenar as compras da casa, pagar as contas no banco ou tomar uma condução para deslocar-se pela cidade. “*O idoso pode até ter doenças. Mas que sejam enfermidades que não o impeçam de realizar as atividades cotidianas*”, completa Roberto Miranda, vice-chefe da disciplina de Geriatria e Gerontologia da atividades cotidianas da Universidade Federal de São Paulo (Unifesp) e diretor clínico do Instituto Longevità (SP).

## ***O segredo está na prevenção***



O geriatra adianta: “Não existe fórmula ou pílula mágica. Quem está buscando isso deve desistir. ***O envelhecimento saudável está relacionado à forma como tratamos o nosso corpo ao longo da vida e da maturidade.*** As pessoas devem ter essa consciência e planejar-se, de modo que, quando essa fase da vida chegar, elas possam lidar com os problemas decorrentes dela de maneira adequada”.

De acordo com Sonia Martins Fontes, médica geriatra da Clínica Sainte-Marie Hospice e Cuidados Paliativos (SP), a prática de exercícios físicos como forma de evitar o sedentarismo é essencial, assim como ter uma alimentação balanceada. “Não é bom ter uma dieta excessivamente rica em gorduras e açúcar. Se você fugir dos excessos ou, pelo menos, fizer com que eles sejam esporádicos, na verdade estará fazendo um bem para a sua saúde como um todo. **Procure consumir álcool em pequenas quantidades e priorize a ingestão de vegetais, legumes, frutas, grãos integrais, carnes magras e peixes**”, afirma.

#### ***Menos estresse!***

A médica ressaltava a necessidade de combater o estresse e a ansiedade, e estimular o cérebro com atividades que desenvolvam o raciocínio lógico, a memória e também a linguagem. Assim, cria-se uma reserva cognitiva que poderá ser usada no futuro e que ajuda na prevenção de quadros de demência.

#### ***Relações Sociais***

Manter uma rede de relacionamentos interpessoais é outra medida que contribui para o bem-estar na terceira idade. “Quanto melhor a rede de suporte social do sujeito, ele envelhece melhor. Amigos, família, comunidade em que está inserido... Se ele viver qualquer necessidade, poderá contar com essas pessoas”, destaca Miranda.

*fonte: Redação Revista VivaSaúde/Foto: Shutterstock/ Adaptação: Letícia Maciel*

## Sustentabilidade

### 57% dos jovens paulistanos deixaram de usar carros em SP



Dados de um novo levantamento mostram que, hoje em dia, carro é sinônimo de gastos e tempo perdido no trânsito, o que reduz consideravelmente o uso desse meio de transporte.

A segunda série do livro, “Como viver em São Paulo sem carro”, editora Santa Clara Ideias, encomendou uma pesquisa inédita junto ao Instituto de Pesquisas Sociais, Políticas e Econômicas (Ipespe), no mês de maio de 2013, para descobrir a mudança do hábito do paulistano em relação a dirigir no trânsito se São Paulo.

Para o levantamento, foram entrevistadas 600 pessoas, com idade acima de 16 anos. Os resultados mostram que 57% dos paulistanos deixaram de usar o automóvel como principal forma de locomoção, ao longo dos últimos dois anos: 19% abandonaram totalmente o carro e 38% restringiram seu uso aos fins de semana.

A mudança tem um motivo simples. Mais da metade dos paulistanos entrevistados (58%) consideram o trânsito a maior causa de infelicidade em sua vida na cidade.

Isto mostra que 42% dos moradores da cidade são, em geral, infelizes por causa do trânsito na cidade.

A grande maioria dos entrevistados que abandonaram o carro optaram por andar a pé e de ônibus: são 78% e 70% (os pontos se somam porque as pessoas adotam várias opções), respectivamente, de onde se pode concluir que a maioria vai ao trabalho dessas duas maneiras (separadas ou combinadas).

O metrô também é bastante utilizado pelos paulistanos que abandonaram o carro: 61% utilizam o meio de transporte.

Segundo a Secretaria de Transportes Metropolitanos, o número de usuários de metrô e trens aumentou em 1,2 milhões de pessoas/dia nos últimos três anos, o que é muito significativo, considerando que a população da cidade de São Paulo está estável já há duas décadas.

Há também os que adotaram a bicicleta que, apesar de serem poucos, são os que se dizem mais satisfeitos com a opção tomada: deram nota 8,1, na pesquisa Ipspe, ao meio de transporte, enquanto que usuários do metrô e ônibus classificaram seus meios como 6,9 e 5,5 respectivamente.

Essa adoção de outros modais, como toda mudança de paradigma, é mais praticada pelos jovens. E essa não é apenas uma questão local paulistana. Montadoras de carro nos Estados Unidos também têm demonstrado preocupação porque não conseguem mais atrair o público jovem para o consumo de carros, antes sinônimo de liberdade entre a classe. Hoje, ao contrário, o carro representa engarrafamento, poluição e gastos.

[www.consumidorconsciente.eco.br](http://www.consumidorconsciente.eco.br)

## MINUTO DA PREVIDÊNCIA\*

### *A Força dos Juros*

A principal diferença entre a previdência social do governo e a previdência privada tem um nome: juros.

Por isso estimulo todo mundo a poupar um pouquinho todo mês. Depois de anos, vira um patrimônio inimaginável.

Os juros trabalham a favor da gente, quando investimos dinheiro. E contra, quando emprestamos dinheiro, do banco, por exemplo.

Como é bom estar do lado de lá do balcão, quando fazemos o mercado financeiro trabalhar a nosso favor.

Vejam este exemplo: do total do patrimônio acumulado numa previdência privada por um participante depois de 40 anos de contribuição, incríveis 69% dos recursos vieram dos juros, 5% de incentivo tributário e 26% da contribuição mensal.

Mais de 2/3 de toda poupança previdenciária vem dos juros. Ou seja, do mercado financeiro.

Isso se a rentabilidade da previdência privada for de só 4% ao ano.

Ocorre que os fundos de pensão têm obtido o dobro: 8%.

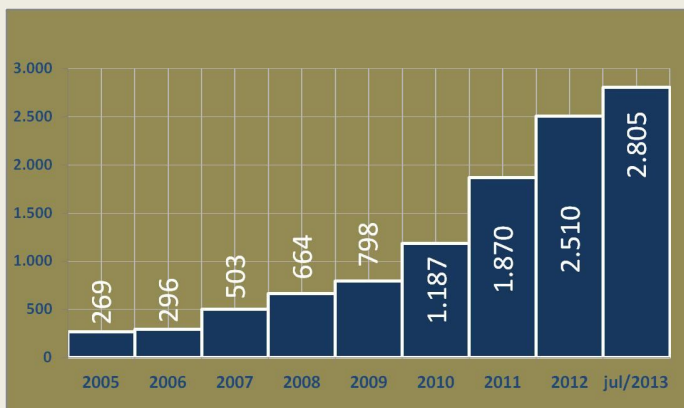
Neste caso, dá para dizer que mais de 80% da aposentadoria não sai da contribuição mensal que fazemos e sim do mercado financeiro.

Viram, ouvintes? Esta é uma prova da importância e da força da capitalização e dos juros.

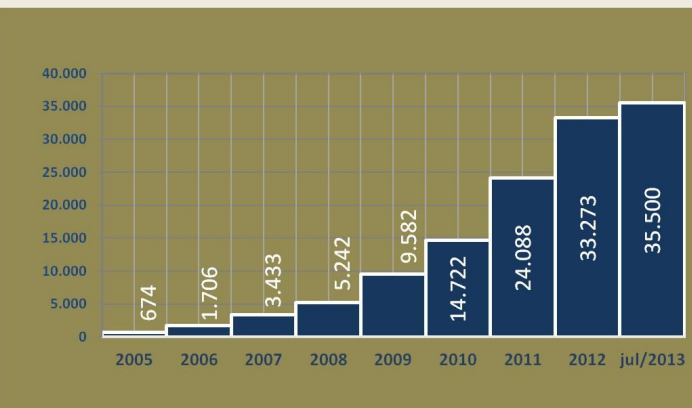
Num país de muita gente endividada, vale refletir mais sobre juros, e de que lado do balcão queremos estar. Pagando ou recebendo juros.

\* Programa diário produzido e apresentado por Renato Follador, na rádio CBN Curitiba

## EFETIVO DE CONTRIBUINTES



## PATRIMÔNIO (em R\$mil)



## RENTABILIDADE ACUMULADA ATÉ JULHO/2013 \*DESDE O INÍCIO DO FUNDO



## RENTABILIDADE MÉDIA \*DESDE O INÍCIO DO FUNDO

