



Novembro 2016

# INFORMATIVO

Fundação de Seguridade Social da ArcelorMittal Brasil

## Negociação de dívidas

PÁGINAS 3 E 4



FIQUE POR DENTRO

## Funsssest apoia Outubro Rosa e Novembro Azul



Prevenção é o melhor remédio. Essa afirmação faz parte da cultura corporativa da Funsssest, assim como da ArcelorMittal Tubarão. É também a base das campanhas Outubro Rosa e Novembro Azul realizadas em diversos países para contribuir na prevenção do câncer de mama e de próstata, respectivamente.

O Outubro Rosa tem sua origem em 1990, nos EUA, quando uma organização voltada à prevenção e cura do câncer de mama (Fundação Susan G. Komen) lançou a ideia do laço cor-de-rosa para ser usado pelos participantes da 1ª Corrida pela Cura, em Nova Iorque. Em 1997, as instituições voltadas a conscientização na saúde, passaram a concentrar as ações pela prevenção do câncer de mama no mês



de outubro. O principal objetivo é promover a realização dos exames que permitem diagnosticar precocemente o câncer de mama, como a mamografia.

Já o Novembro Azul foi iniciado na Austrália em 2003 para reforçar as ações do Dia Mundial de Combate ao Câncer de

Próstata, 17 de novembro. Mais do que incentivar a realização dos exames voltados ao diagnóstico dessa doença, o Novembro Azul tem como objetivo conscientizar os homens a respeito das doenças masculinas, estimulando-os a realizar check-ups e medidas preventivas.



## 33 anos de conquistas

No dia 30 de novembro, a ArcelorMittal Tubarão completa 33 anos de operação, comemorando uma história de sucesso, construída por milhares de pessoas. Com garra, determinação e eficiência, os empregados que fazem parte dessa história superaram desafios e colocaram a empresa em

posição de referência no desenvolvimento sustentável.

Para celebrar a data, a ArcelorMittal Tubarão lançou uma campanha ressaltando a importância das pessoas na história da empresa e seu papel na transformação da sociedade.



# Mudanças no atendimento pessoal

*Atendimento na sede passa a funcionar também às sextas-feiras e é suspenso o atendimento no SIM*

A Funssest está realizando duas importantes mudanças no atendimento pessoal com o objetivo de dar maior qualidade e efetividade a esse serviço.

Desde o dia 4 de novembro, a Funssest está fazendo o atendimento presencial também às sextas-feiras, das 9 às 12 horas. A medida atende aos participantes que, muitas vezes, só podem comparecer neste dia da semana.

Já o atendimento no SIM, que estava sendo feito desde fevereiro deste ano, foi suspenso temporariamente para reavaliação, com retorno previsto para 2017.



## Recadastramento 2016: prazo prorrogado



O recadastramento de aposentados e pensionistas para atualização de dados foi prorrogado para o dia 31 de dezembro de 2016. O processo deve ser feito pelo titular do Plano Previdenciário ou do Plano de Saúde.

### Veja como fazer

Entre no site da Funssest, faça o login colocando o seu CPF e senha.

Depois, entre na área Planos Previdenciários, click em Recadastramento. Preencha todos os campos atualizando seus dados.

Insira os documentos comprobatórios (veja no box abaixo). E pronto!

### Conheça os documentos comprobatórios solicitados no Recadastramento 2016

- INSS: último contracheque de pagamento INSS.
- Se o titular informar dependente entre 21 e 23 anos: é necessário anexar declaração de estudante disponibilizada pela instituição de ensino (faculdade, pós-graduação ou escola técnica).
- Se o titular informar novo cônjuge: é necessário anexar certidão de casamento ou união estável.
- Se o titular informar novo filho: é necessário anexar certidão de nascimento.



# Negociação de dívidas em 10 pontos

*O artigo anterior do consultor financeiro Mário Rodrigues Vasconcelos Neto destacou algumas linhas de crédito financeiro não só utilizadas na aquisição de bens, mas principalmente como fonte de recursos para socorro daquelas famílias cujos salários acabam antes do final do mês. Entre as mais utilizadas estão o cheque especial e o cartão de crédito. Neste artigo, o consultor apresenta sugestões práticas para quem já contraiu esse tipo de financiamento e precisa de uma saída via negociação de dívidas.*

Antes de tudo, é importante saber os motivos que levaram ao endividamento como, por exemplo, a perda do emprego, ou mesmo problemas de saúde na família ou ainda se gastou sem pensar no futuro ou mesmo se é um consumidor compulsivo.

Muitos que se endividam, excluindo aqueles decorrentes de problemas graves de

saúde na família, não têm por hábito fazer o orçamento financeiro, que nada mais é do que uma radiografia da saúde financeira familiar.

As últimas pesquisas da Confederação Nacional do Comércio apontam que 58% das famílias brasileiras estão endividadas e o maior montante está relacionado ao cartão de crédito (76,5%). As taxas de juros continuam crescendo, a inflação resiste em diminuir, o desemprego continua alto, o que explica, de certa forma o endividamento das famílias. Então como negociar as dívidas?



Finanças equilibradas? Comemore com a família e realize alguns sonhos,

## 10 pontos relevantes na negociação

- 1** O ponto de partida para o sucesso de uma negociação é saber o que você deseja. Uma boa preparação aumenta a sua segurança e o seu desempenho. Conheça seus pontos fortes e fracos. A preparação envolve conhecer as suas dívidas, isto é: quanto estou devendo, para quem estou devendo, quanto já paguei, quanto falta pagar, que taxas de juros estão sendo cobradas em cada tipo de dívida?
- 2** Construa uma planilha com todas as suas dívidas por ordem decrescente das taxas de juros (cartão de crédito, cheque especial, etc.).
- 3** Analise o seu orçamento juntamente com seus familiares e veja que gastos poderão ser cortados e/ou reduzidos para que vocês possam, juntos, começar a amortizar as dívidas.
- 4** Estabeleça metas e limites para amortização de cada dívida priorizando aquelas com maiores taxas de juros.
- 5** De acordo com as metas e limites estabelecidos, prepare uma proposta que possa ser cumprida e apresente a cada credor.
- 6** Alguns bancos costumam oferecer um empréstimo consignado para quitação de dívidas com cartão de crédito e cheque especial. Essa é uma boa proposta, pois permitirá trocar uma dívida cara por uma mais barata. Neste caso, é importante parar imediatamente de utilizar essas duas linhas de crédito caras (cartão de crédito e cheque especial) até que a dívida seja totalmente paga.
- 7** Seja claro na comunicação, isto é, defenda com segurança o seu plano de amortização das dívidas, demonstrando ao credor que você e sua família estão comprometidos a cumpri-lo.
- 8** Analise as eventuais contrapropostas e, na dúvida, faça uma pausa para reflexão. Vale perder um pouco de tempo nessa hora para não acabar fazendo um acordo do qual poderá se arrepender mais tarde.
- 9** Fechado o acordo, exija que todas as condições acertadas estejam registradas e guarde uma cópia.
- 10** Enquanto estiver pagando as suas dívidas aperte o seu orçamento, mude alguns hábitos, evite fazer novas dívidas. Não se paga dívidas fazendo outras dívidas a não ser trocando as com taxas de juros altas por outras mais baixas como aquelas mencionadas no item 6.

### PLANOS PREVIDENCIÁRIOS

## Plano V já tem 625 participantes

Com a aprovação do Plano V pela Superintendência Nacional de Previdência Complementar (Previc), em 5 de maio deste ano, a Funssest teve 180 dias para adequar o sistema ao novo Plano e iniciar a oferta aos empregados.

O ciclo de palestras para explicar e oferecer o benefício a empregados das patrocinadoras começou em 12 de setembro. Ao todo, a equipe da Funssest já realizou 28 palestras nas unidades de Tubarão, Vega e Contagem.

Até o final de outubro foram contabilizadas 625 adesões ao Plano V. O processo está sendo muito enriquecedor para todos. Desde 1998 a Funssest não lançava um novo plano previdenciário e a equipe atual não havia tido a oportunidade de passar pelas etapas de criação, lançamento e palestras como agora. Dessa forma, está sendo uma oportunidade para conhecer de perto os novos empregados, entrando em contato direto com suas demandas e expectativas, com o objetivo de aprimorar a comunicação entre a Fundação e os participantes.



# Consumismo infantil



Às vésperas do Natal e de outras datas comemorativas, pais, avós e tios dedicam-se a vasculhar lojas para atender aos desejos das crianças da família. Os pequenos, expostos à publicidade, sempre querem mais: novos produtos, versões diferentes do mesmo brinquedo, roupas e uma infinidade de artigos que, tão logo são desembrulhados, já passam a não serem mais desejados.

Esse movimento cria o consumismo infantil que, para os especialistas é uma continuidade do consumismo geral da nossa sociedade. Os excessos dos pedidos das crianças ocorrem porque elas percebem, nas ações dos adultos, que é mais importante consumir do que aproveitar o que já se tem.

Uma pesquisa realizada pelo SPC Brasil, em 2014, revelou que o problema começa na atitude

dos adultos: 47% das mães admitiram que não estabelecem regras para presentear as crianças e 22% das entrevistadas afirmaram que os filhos têm um padrão de vida acima do real padrão da família. A maioria, 58,5%, disse que compra para os filhos roupas e calçados de melhor qualidade do que os que adquire para si mesma.

## Como evitar o rombo no orçamento

Diante dessa realidade não é surpresa que as compras para crianças sejam responsáveis por muitos dos desequilíbrios financeiros das famílias. No entanto, para driblar o consumismo infantil é necessário estar atento às próprias atitudes. Adultos responsáveis criam crianças e adolescentes conscientes. O que fazer? Veja algumas dicas importantes que reunimos a partir de artigos de diferentes especialistas:

- O orçamento é familiar, então, toda a família deve conhecer e compreender – a boa educação financeira começa em casa e precisa ser mostrada com atitudes;
- Siga o orçamento e não faça compra por impulso, mesmo que a criança insista muito – sua atitude consistente é o melhor método para ensinar seu filho;
- Mostre para a criança como você planeja suas compras – leve-a ao supermercado e compre apenas o que está na lista;
- Não compense a sua ausência com presentes – é claro que todos querem agradar aos filhos, mas o agrado não precisa ser feito com algo material;
- Crie o hábito de negociar com a criança antes de sair para as compras – mostre o que a criança já tem. Algumas nem lembram mais de um brinquedo guardado no armário. Explique o que pode e o que não pode dentro do seu orçamento.



# Alimentação: diga não ao desperdício

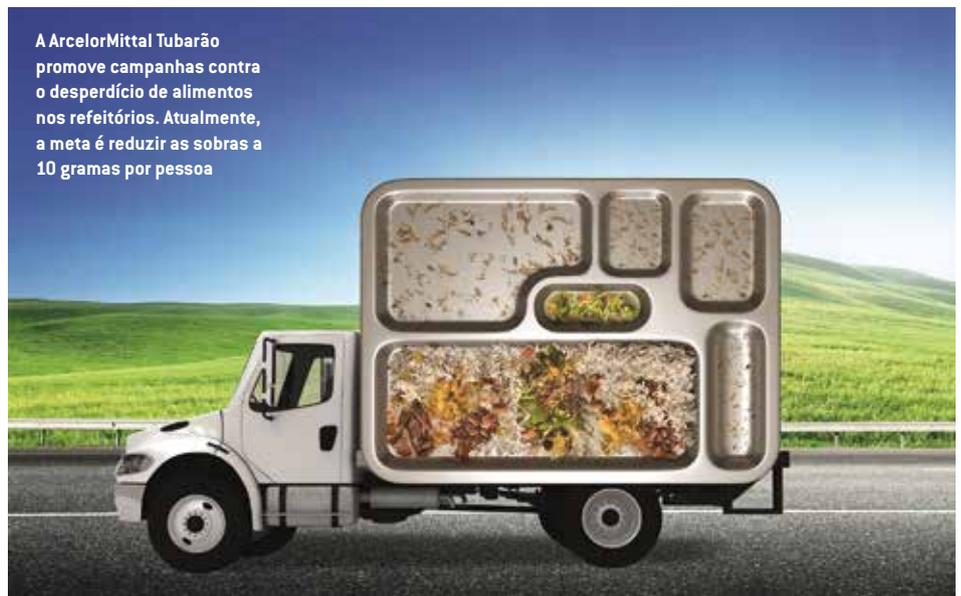
A Organização das Nações Unidas para Alimentação e Agricultura (FAO) celebra seu aniversário de criação, no dia 16 de outubro, promovendo o Dia Mundial da Alimentação. Este ano, o tema escolhido foi “O clima está mudando. A alimentação e a agricultura também devem mudar”.

Mais de 150 países participaram das atividades deste evento, contribuindo para debater novas estratégias e conscientizar a população sobre o assunto. Uma das formas mais eficientes de cada pessoa contribuir é evitando o desperdício de alimentos. Além de gastar menos e ajudar no orçamento familiar, o aproveitamento racional de cada ingrediente significa menor necessidade de produção com benefícios para a sustentabilidade ambiental e social.

## Dez dicas

Veja as sugestões da área de Nutrição da ArcelorMittal Tubarão para reduzir o desperdício de alimentos em casa.

- **Faça uma compra inteligente:** Planeje suas refeições e nunca vá ao supermercado sem uma lista de compras, para evitar a compulsividade. Leve em consideração àqueles que estão em época de safra e, por isso, melhores quanto à qualidade e ao preço. E não caia nas armadilhas publicitárias de comprar mais coisas do que necessita.
- **Frutas e Verduras:** Não compre frutas com manchas ou partes moles. Evite as verduras amareladas, com manchas ou sujas, assim como os legumes machucados ou enrugados, com manchas escuras, partes podres ou emboloradas.
- **Aproveitamento:** Literalmente, aproveite seus alimentos até o talo. É possível usar partes não convencionais,



- como as sobras e cascas das frutas, por exemplo. Inove em receitas com folhas, talos, cascas e sementes de verduras e legumes. Estas partes podem ser refogadas e misturadas ao arroz ou entrar na composição de bolinhos ou sopas.
- **Armazenamento:** As hortaliças devem ser guardadas inteiras e nunca cortadas ou descascadas. Conserve-as em sacos plásticos na parte baixa da geladeira. Em temperatura ambiente elas se estragam mais rapidamente.
- **Sirva no prato somente o que vai comer:** Ponha no prato apenas a quantidade suficiente para aquela refeição.
- **Alimentos enlatados:** Não compre latas amassadas, estufadas e enferrujadas (os enlatados deteriorados são alimentos que mais perigos oferecem).
- **Carnes, Aves e Peixes:** Compre sempre alimentos frescos com aparência, cor e odor característicos, refrigerados e de

fontes seguras, devidamente inspecionados em sua origem e nº do SIF.

- **Alimentos em Pacote:** Não compre se a embalagem estiver estufada, com furos e vazamentos. Quando o pacote for transparente, observe se os grãos não estão carunchados e se não há presença de mofo em massas refrigeradas, pães de forma e outros.
- **Validade:** Na hora de cozinhar, dê preferência aos produtos que estão próximos do vencimento da validade. Anote quais são eles em uma lista e cole na geladeira para não esquecer.
- **Adote essa Prática:** Consuma primeiramente o que chegou antes à sua despensa. Guarde suas compras mais recentes atrás das mais antigas para lembrar-se de consumir as antigas antes que percam a validade.