



Fim de ano: deixe que a alegria seja seu único excesso

Palavra da Valia

Confira as perspectivas da
Fundação para 2017 | **2**



Valor Valia

Conheça Cosme Chagas,
o aposentado com veia artística | **4**



Bom Saber

Veja as propostas de alterações no
regulamento do plano BD | **8**





**Maria Gurgel,
diretora-superintendente
da Valia**

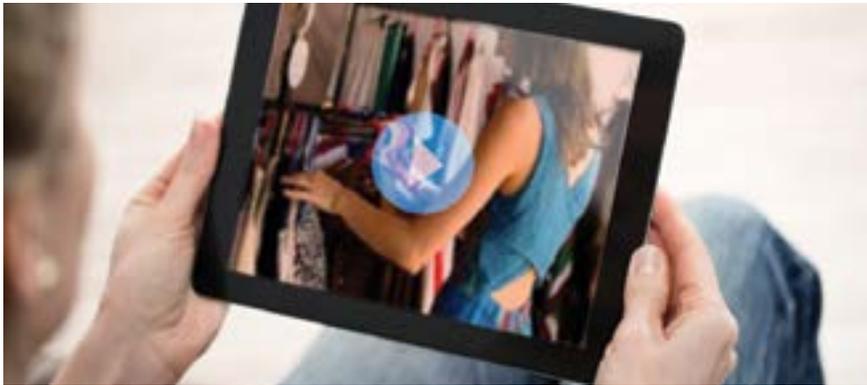


Colecionando **bons** **resultados**

Mais um ano se encerra e a Valia caminha para demonstrar novamente resultados positivos e consistentes, tanto em 2016 como no acumulado no longo prazo. Dados da Abrapp (Associação Brasileira das Entidades Fechadas de Previdência Complementar) apontam que alcançamos uma rentabilidade maior que o dobro da apresentada pelas entidades abertas de previdência complementar – que são os planos de previdência PGBL oferecidos pelos bancos –, chegando ao índice consolidado de 305%, no período de 2006 a agosto deste ano. Outra ótima notícia, também divulgada pela Abrapp, é que a Valia detém 18% do superávit do sistema previdenciário no Brasil. Estamos muito orgulhosos com essas conquistas e pela confiança em nós depositada.

Para seguirmos nesse caminho, manteremos nossa equipe altamente qualificada e buscaremos boas ferramentas de gestão de ativos e de risco, que nos auxiliem nas decisões de investimentos. Conservar uma estrutura robusta de governança, com profissionais especializados, também é uma de nossas metas. Continuaremos a fazer gestão por processos, a investir em *compliance* e controle de riscos e manteremos a disciplina na alocação de capital, adotando uma Política de Investimentos diversificada, com foco no longo prazo e na gestão orientada ao passivo, ou seja, mantendo o compromisso com o pagamento de nossas obrigações.

Do mesmo modo, a Valia está cada vez mais próxima de nossos assistidos. Além da regularidade nos pagamentos, do atendimento de qualidade e da segurança que a Fundação passa, estamos prontos para ajudá-lo com educação financeira e ir até a sua comunidade. Temos vídeos e jogos em nosso site, realizamos ações em cidades como Vitória e Governador Valadares e, em breve, iremos a outras localidades para chegar a você e a sua família. Basta nos procurar por meio de nossos canais de atendimento. E lembre-se: a organização do orçamento nessa fase da vida é tão importante quanto em qualquer outra. Afinal, é a concretização dos sonhos que desenhou lá atrás que está em jogo.



Novo vídeo ajuda nas decisões financeiras

A Valia acaba de lançar mais um vídeo de educação financeira. Destinado a todos os participantes, ele mostra como as armadilhas da propaganda influenciam gastos desnecessários, formas de evitar o endividamento e ensina a colocar em prática o lado mais racional da mente. Além disso, fala sobre planejamento, planilha financeira e análise de gastos como alternativas para manter o controle das finanças e concretizar os sonhos na fase da aposentadoria.

Esse e outros vídeos são encontrados na seção “Educação Financeira”, no site da Valia (www.valia.com.br). Confira!

Mantenha seu cadastro atualizado



Para conhecer as novidades, serviços e saber tudo o que acontece na previdência da Valia, é importante manter seu cadastro com endereço, telefone (fixo e celular) e e-mail pessoais atualizados. Caso tenha outros contatos, recomendamos adicioná-los como alternativa. Para isso, é só entrar no Portal do Participante com seu código de acesso e senha, ir à seção “Produtos e Serviços”, incluir os dados clicando no botão à direita da tela, “Novo”, e gravar. Também é possível fazer a atualização por meio dos nossos canais de atendimento. Assim, a Valia pode estar sempre perto de você.

Obras no Edifício Barão de Mauá (EBM)

O Edifício Barão de Mauá (EBM), que foi sede da Vale até o início de 2016, está localizado no Centro do Rio de Janeiro e foi projetado, na década de 60, pelos arquitetos Oscar Niemeyer, Sabino Barroso e Lúcio Costa. O prédio está passando por uma reforma tipo *retrofit* para ser totalmente revitalizado, uma vez que a última grande reforma ocorreu na década de 80. Essa iniciativa, além de adequá-lo aos padrões atuais de segurança, vai possibilitar a modernização dos equipamentos e instalações, valorizando esse patrimônio, que é um dos investimentos da Valia, em benefício de seus participantes.

Confira na próxima edição uma matéria completa com a história do EBM e sobre as obras no edifício.

Confira as datas para receber seu benefício

Os aposentados e pensionistas da Valia podem conferir, na tabela abaixo, as datas para pagamento dos benefícios em 2017. Com antecedência, fica mais fácil planejar o orçamento do ano e colocar em prática os conhecimentos de educação financeira.

DATAS DE PAGAMENTO - 2017	
Janeiro	30
Fevereiro	23
Março	30
Abril	27
Maió	30
Junho	29
Julho	28
Agosto	30
Setembro	28
Outubro	30
Novembro	29
Dezembro	20

Investindo no ritmo certo

A trilha sonora da vida de Cosme Chagas segue o ritmo da Jovem Guarda. Guitarrista e grande fã do estilo, trocou o caminho artístico pela oportunidade de construir uma carreira na Vale. Aposentado há 24 anos, tem certeza de que fez a escolha certa e agora aproveita o tempo e a tranquilidade financeira para se dedicar a duas paixões: a família e a música.

Cosme entrou na empresa em 1975, como auxiliar de operação, logo no começo da montagem da Itabrasco, uma das usinas do Complexo de Tubarão, em Vitória (ES). Mais de 15 anos depois, já havia passado pela Hispanobras e recebido seis promoções. “Quando eu saí, eles me deram um dossiê com tudo o que eu tinha realizado. Coisas que eu nem lembrava! Não fazia com o objetivo de ser promovido, mas porque está no meu DNA”, conta.

O DNA de Cosme também carrega seu lado artista. Antes de ir para a Vale, em busca de segurança para a família, trabalhou como mímico na TV Vitória, um dos primeiros canais de televisão do estado. Ao lado disso, lá estava ela: a música.

Tocou na Rádio Espírito Santo, pela qual passaram nomes como Cauby Peixoto e Ângela Maria, e fez parte das bandas Os Panteras e The Mouses, atual Revival.

Hoje, esse é um dos seus principais hobbies. Junto com quatro amigos – todos aposentados pela Valia –, se reúne dois sábados por mês para passar a tarde tocando as canções dos anos 60 e 70. “Estou satisfeito. Consigo comprar o instrumento que eu quero, inovar em acessórios, e ainda conto com a companhia de amigos que eram da Vale, investiram na previdência complementar e foram pelo mesmo caminho”, comenta.

Uma vez por ano, Cosme deixa a guitarra de lado e embarca para a Espanha, onde moram seu irmão, sua filha e três netos. E a última viagem foi especial: para comemorar 50 anos de casamento. “Levo uma vida equilibrada, não tenho muitas dívidas e posso me planejar para estar sempre perto da minha família. Poupar com a Valia contribuiu muito para isso”, diz. Ao se despedir, completa: “Agora vou lá, que a minha história continua”. E a música segue tocando.

Cosme relembra a juventude e curte a aposentadoria com a família e muita música



Como se alimentar bem no verão

Céu claro, sol brilhando e temperatura lá em cima. A estação mais quente do ano está batendo à porta e, com ela, chega a necessidade de redobrar os cuidados quanto ao cardápio, para aproveitar a época com saúde e bem-estar. O verão pede que os alimentos gordurosos sejam deixados de lado e que o consumo de água seja potencializado.

Segundo a nutricionista Marilucia Alves, membro da Sociedade Brasileira de Nutrição Funcional, é preciso optar por comidas leves. “Essas escolhas auxiliam no processo digestivo e no funcionamento adequado do organismo. Carnes (brancas ou vermelhas magras), legumes e verduras são as alternativas mais indicadas nesse momento”, afirma. A especialista lembra que o modo de preparo é igualmente importante, pois as frituras aumentam as calorias e fazem mal ao organismo. “Outras recomendações são fracionar a dieta em pelo menos cinco refeições de pequeno volume por dia e ficar longe de sal, produtos industrializados e carboidratos em excesso”, conta.

A hidratação também é um ponto a ser observado, já que o funcionamento adequado do corpo depende da manutenção constante da temperatura. “A evaporação do suor é o único mecanismo pelo qual nós conseguimos dissipar calor. Se a perda de líquidos não for repostada por meio da ingestão apropriada, pode ocorrer a desidratação. Para evitar isso, é aconselhável o consumo de, ao menos, 2 litros de água por dia, além de água de coco, sucos naturais e chás sem açúcar”, explica. Marilucia sugere ainda consumir frutas como abacaxi, melão, melancia, laranja, pêsego e uva, que são altamente ricas em água, e fugir do álcool. “Essas bebidas são diuréticas e geram a eliminação de nutrientes essenciais à hidratação”, aponta.

E, se for a algum restaurante, observe a conservação dos alimentos. “Não se deve comer o que ficar exposto durante muito tempo e é necessário ter atenção aos pratos que contêm maionese, leite e ovo. Esses produtos estragam com muita facilidade e podem levar a uma intoxicação alimentar”, indica.



Com os cuidados certos, será muito mais fácil curtir os dias lindos que a estação oferece. Aproveite!

+ Planejando bem as despesas de fim de ano



Fim de ano chegando: tempo de alegria, comemorações, casa cheia. E é nesse clima todo especial que o comércio aproveita para intensificar os apelos para as compras. Mas é preciso avaliar alguns aspectos antes de correr para o shopping, porque o primeiro trimestre do ano seguinte vem acompanhado de despesas como IPTU, IPVA, aumento de condomínio. Por isso, preste atenção no que é prioridade para você e sua família, considerando o seu orçamento financeiro.

A planejadora financeira Myrian Lund aconselha que, anualmente, seja feita uma revisão na planilha de renda e despesas. “É importante acompanhar quanto está gastando e já prever os aumentos que virão no início do ano”, indica. Feito isso, é necessário colocar o lado racional em ação e pensar em quem se quer presentear. “Sabendo exatamente quanto se consegue

desembolsar sem se comprometer, recomenda-se montar uma lista com o nome dessas pessoas, em uma escala de prioridades”, afirma.

A especialista adverte, porém, que não se pode boicotar e ultrapassar o valor definido para gastar nessa época. “Acho que ninguém desfruta de uma posição financeira tão confortável a ponto de consumir à vontade no fim de ano sem se arrepender depois. É um dinheiro que foi suado, então, não se deve deixar escorrer pelo ralo, mas usá-lo para realizar os sonhos e objetivos de vida”, aponta. Se não der para comprar algo para uma dessas pessoas queridas, Myrian sugere preparar um cartão bonito, valorizando as qualidades da pessoa, ou mesmo criar algo com base nas próprias habilidades. “Esse gesto tem até mais valor”, considera.

AÇÕES DE EDUCAÇÃO FINANCEIRA

Por acreditar na relevância desse tema, em setembro, a Fundação promoveu a peça teatral *O Drama da Família Gastão* e uma palestra de educação financeira, em Vitória (ES) – evento que reuniu participantes e familiares. Segundo Bárbara Ferraz, da área de Educação e Comunicação da Valia, as ações abordaram a relação das pessoas com o dinheiro, a importância da organização financeira e do envolvimento das famílias nas decisões de compras, além de dicas de como evitar as armadilhas e o endividamento. “A saúde financeira pode influenciar diretamente o bem-estar das pessoas. Nosso objetivo é contribuir diretamente para que os aposentados fujam de armadilhas e consigam melhorar seu planejamento”, afirma Bárbara.

Em 10 de novembro, as iniciativas foram levadas também a Governador Valadares (MG), e a expectativa é de que, em breve, aconteçam mais edições em outras localidades.



Público recebeu dicas para melhorar a relação com o dinheiro

VEJA A SEGUIR O QUE ALGUNS DOS PARTICIPANTES ACHARAM DAS AÇÕES

“Levei minhas duas irmãs para assistir à peça e à palestra em Vitória e nós gostamos bastante. Trabalhar esse tema de maneira lúdica faz com que tanto crianças como nós, adultos, repensemos as atitudes enquanto investidores e a forma como lidamos com o dinheiro. Nunca passei aperto financeiro, pois sempre procurei dar um passo do tamanho da minha perna.”

Maria Socorro Castro – aposentada, trabalhou na Valia e na Vale por 30 anos, no total

“Particpei das ações em Vitória e minha esposa foi comigo. Sempre fui incentivado a formar poupança e investir enquanto trabalhava, para não depender de salário depois. Para mim, a organização financeira é um instrumento que nos possibilita conquistar o que queremos.”

Huberto Brunner – aposentado, atuou na Vale por 27 anos



A Valia também ajudou crianças e adolescentes a dar os primeiros passos na gestão responsável das finanças, com a apresentação da mesma peça teatral e a realização de uma palestra interativa sobre orçamento familiar, em um colégio de Canaã dos Carajás (PA). A iniciativa envolveu 720 meninos e meninas (de 6 a 13 anos) – em sua maioria, filhos de empregados da Vale. A ação integra o Programa de Educação Financeira e Previdenciária, fruto do Planejamento Estratégico da Fundação.

Conheça as propostas de alterações no regulamento do plano BD



Informamos que, em reunião extraordinária do Conselho Deliberativo da Valia, realizada no último dia 23/11, foi aprovada por unanimidade a proposta de alteração do regulamento do plano de Benefício Definido, feita pela Diretoria Executiva da Fundação.

O principal objetivo dessa alteração regulamentar, que está disponível para consulta no site da Valia (acesse “Planos e Serviços” e “Informativos”), foi possibilitar a constituição de um novo fundo de distribuição de superávit, já que o fundo que atualmente viabiliza o pagamento mensal equivalente a 25% do benefício líquido de contribuição está previsto para se extinguir em abril de 2017.

Essa alteração regulamentar somente produzirá efeitos após a aprovação por parte da Previc (autarquia federal reguladora e fiscalizadora dos fundos de pensão), razão pela qual a Valia, seguindo os trâmites legais aplicáveis, encaminhará ao referido órgão o respectivo pedido de aprovação.

A apuração do saldo desse novo fundo de distribuição de superávit, que se chamará “Fundo de Distribuição de Superávit 3”, só poderá ser feita após o fechamento contábil de 2016 e sua aprovação pela auditoria externa e pelo Conselho Fiscal da

Valia (inicialmente planejada para o primeiro trimestre de 2017).

A forma de distribuição “Fundo de Distribuição de Superávit 3”, por determinação do Conselho Deliberativo da Valia, deverá privilegiar a manutenção do pagamento mensal equivalente a 25% do benefício líquido de contribuição. Caso, após o fechamento contábil de 2016, se constate a existência de saldo suficiente para manter esse pagamento pelo prazo de 60 meses a partir de abril de 2017, o Conselho Deliberativo analisará, na reunião ordinária de março de 2017, a distribuição de eventual excedente através de abono.

É importante salientar que a destinação de superávit do plano BD ocorre de forma ininterrupta desde 2007, o que demonstra nosso compromisso com a integridade do patrimônio de nossos participantes e a busca da manutenção do pagamento de superávit pelo maior tempo possível. Entretanto, lembramos que o pagamento mensal equivalente a 25% do benefício líquido não tem caráter permanente e só acontecerá enquanto houver recursos no respectivo Fundo de Distribuição de Superávit.

A Valia continuará mantendo todos os participantes informados a respeito.

Planejar

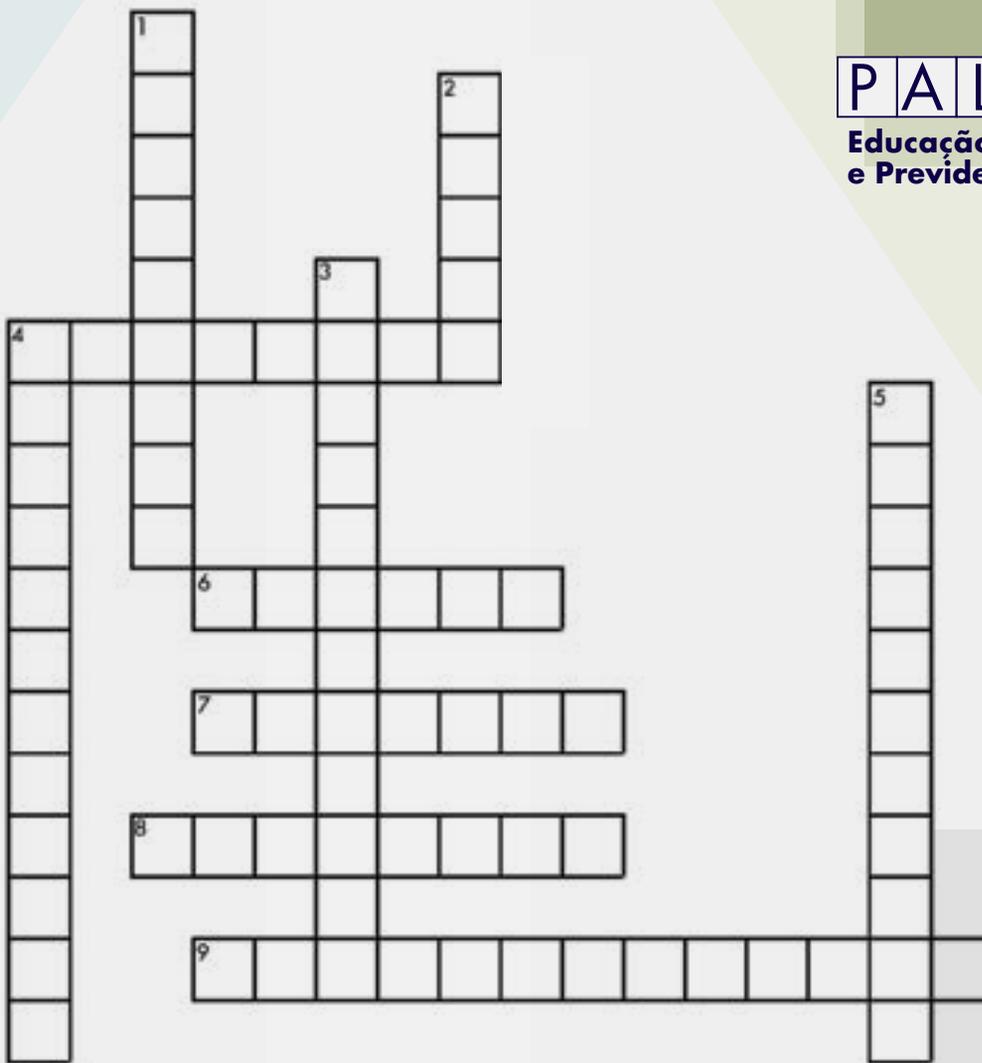
muitos sorrisos
com quem você ama

Todo fim de ano a gente **planeja muitos sonhos** para nossas vidas. **E a Valia está junto de você** para ajudar a realizá-los.

Conte conosco para viver um 2017 repleto de conquistas e sucesso.

Para você que já conta com a gente para aproveitar o melhor da vida, **boas festas!**



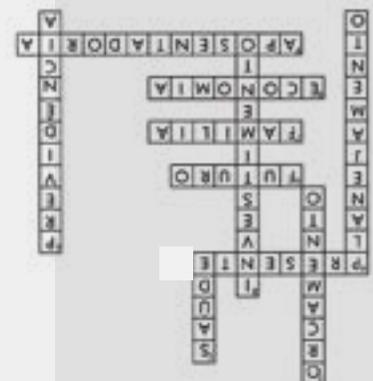


VERTICAL

1. Controle das finanças para avaliar a relação entre a receita e as despesas.
2. Estado de equilíbrio do organismo.
3. Aplicação de recursos (dinheiro, tempo, esforço) esperando retorno.
4. Escolha das etapas, procedimentos ou meios para desenvolver algo.
5. Instrumento que garante tranquilidade financeira na aposentadoria.

HORIZONTAL

4. Objeto oferecido em datas comemorativas.
6. O tempo que está por vir.
7. Conjunto de pessoas ligadas por parentesco ou pelo afeto.
8. Contenção ou diminuição dos gastos.
9. Descanso remunerado após cumprir requisitos para se afastar do trabalho.



SR. VALIOSO em SEMPRE PREPARADO



Quanto você quer pagar no seu seguro?

() preço tabelado
(✓) desconto exclusivo

Algumas escolhas são fáceis.

Na JLCIS, participante* Valia tem desconto exclusivo, os produtos das melhores seguradoras e um atendimento próximo e atencioso.



Vai cotar um seguro? Fale com a gente.

3003-7878** ou (21) 3734-5939
www.jlcs.com.br / atendimento@jlcs.com.br

* Participantes da Valia, cônjuges, ascendente e descendente.

** Atendimento para toda a Brasil, não é necessário digitar o DDD.



EXPEDIENTE

Diretora-superintendente: Maria Gurgel | Diretora de Seguridade: Maria Elisabete Silveira Teixeira | Diretor de Investimentos e Finanças: Maurício da Rocha Wanderley | Gerente de Educação e Comunicação: Daniel Coelho | Analistas de Comunicação: Aline Abreu (MTB. 15490), Aline Braille e Paloma Cunha | Estagiária de Comunicação: Camila Carnevale | Conselho Editorial: Alessandra Lemelle, Maria Elisabete Silveira Teixeira, Liliane Monteiro, Sabrina Moss, Juliana Maciel, Rodrigo Carvalho, Sílvia Zagury e Gelson Felix.

Projeto gráfico | Diagramação | Produção editorial: Invitro Comunicação.

Canais de atendimento: Disque Valia (0800 7020 162) | Ligações de celular ou do exterior (0xx 21 3184 9999) | Endereço para devolução: VALIA – Av. das Américas, 4.430 – 3º andar – salas 301 e 302 – Barra da Tijuca – Rio de Janeiro – RJ – CEP: 22640-102 | E-mail (fale.conosco.valia@vale.com) | Site Valia (www.valia.com.br).

