

www.refer.com.br



# EXPRESSO REFER



0800 709 6362

Nº171/172 - Ano 31  
JANEIRO - JUNHO DE 2018

## CONSELHO DELIBERATIVO ASSUME GESTÃO DA REFER E REAFIRMA O COMPROMISSO COM OS PARTICIPANTES

Leia o editorial na página 3

### REFER abre processo seletivo para escolha da nova diretoria

A seleção foi adotada para assegurar  
transparência e amplitude ao processo

Pags. 2, 4 e 5



# ETAPAS DO PROCESSO SELETIVO

Execução prevista nos meses de junho e julho



## RICARDO DE SOUZA SANTOS REASSUME SUAS FUNÇÕES COMO ADVOGADO DA FUNDAÇÃO

Em 08/05/2018, por decisão cautelar da juíza titular da 3ª Vara Federal Criminal do Rio de Janeiro, os três diretores em exercício da Fundação foram afastados sem previsão de retorno às suas funções. Em 05/06/2018, a mesma juíza revogou as medidas constitutivas impostas ao advogado Ricardo de Souza Santos, momento em que a Fundação já havia iniciado o processo de contratação da

empresa especializada para seleção da nova diretoria.

O CODEL registra que o advogado Ricardo de Souza Santos, empregado da REFER há 15 anos, iniciou seu mandato como Diretor de Seguridade da Fundação em 01/09/2015, desempenhando plenamente suas atividades voltadas ao cargo para o qual foi designado, assumindo o mandato posteriormente aos fatos que

deram origem à apuração investigativa, em curso, sobre os investimentos realizados no período de 2009 a 2014.

O Conselho Deliberativo agradece ao advogado Ricardo de Souza Santos pelos serviços prestados à Fundação enquanto Diretor de Seguridade e informa que o mesmo retornou à atividade e está desempenhando suas funções na Gerência Jurídica da REFER.

## Mensagem do Conselho Deliberativo sobre novas diretrizes

O Conselho Deliberativo (CODEL) informa que desde o último dia 8 de maio, diante dos fatos ocorridos que geraram afastamento de diretores da Fundação, em função de decisão judicial, vem se reunindo diariamente e que todas as ações gerenciais permanecem normais e sem qualquer descontinuidade ao pagamento das aposentadorias e pensões.

O Conselho Deliberativo, com o apoio de todos os empregados, está empenhado em manter a normalidade de todas as atividades atinentes ao funcionamento da REFER, dando conhecimento diário das suas ações e deliberações à Superintendência Nacional de Previdência Complementar (Previc), órgão fiscalizador e regulador dos Fundos de Pensão.

O CODEL informa, ainda, que exonerou, em 16/05/2018, diretores da Fundação, conforme Resolução número 007/CODEL/2018, com conhecimento da Precvic.

Importante ressaltar que a composição da nova diretoria será definida através de processo seletivo para contratação de

profissionais qualificados, conforme dispõe o Estatuto Social da REFER.

Para tanto, foi criado Grupo de Trabalho, composto por empregados da REFER, que fez a análise e seleção entre as empresas que apresentaram propostas. O processo seletivo tem por objetivo preencher os cargos de Diretor-Presidente, Diretor Financeiro/Administrador Estatutário Tecnicamente Qualificado (AETQ) e Diretor de Seguridade.

A MSA Recursos Humanos foi a empresa especializada contratada para condução do recrutamento e seleção, com objetivo de garantir a transparência e amplitude do processo. As inscrições vão do dia 18 de junho até o dia 1º de julho.

O Conselho Deliberativo permanecerá à frente da gestão da Fundação até que todo o processo seja concluído e reafirma seu compromisso de manter a regularidade de todas as atividades da REFER. O CODEL conta com o apoio de todos os participantes ativos e assistidos, Órgãos de Classe e Patrocinadoras para que, no menor prazo possível, a nova diretoria seja empossada e ocorra a essencial normalidade administrativa da Fundação.



# PROCESSO SE

## ETAPAS DO PROCESSO

- Triagem Curricular
- Entrevista Técnica e Comportamental
- Avaliação Psicológica
- Referência Profissional
- Apresentação dos profissionais selecionados
- Avaliação do Conselho Deliberativo
- Exame Médico
- Contratação

Abaixo informamos os pré-requisitos divulgados para participação e informações referentes a cada cargo:

## PRÉ-REQUISITOS

- Ser participante da REFER;
- Ter, no mínimo, 5 (cinco) anos de vinculação empregatícia às patrocinadoras;
- Ter formação de nível superior, reconhecida pelo respectivo Conselho;
- Possuir conduta pessoal e funcional ilibada, reconhecida pela empresa a que está ou foi vinculado;
- Ter comprovada experiência profissional, no mínimo de três anos, no exercício de atividade em uma das seguintes áreas: financeira, administrativa, planejamento, contábil, jurídica, de fiscalização, atuarial ou de auditoria;
- Não ter sofrido condenação criminal transitada em julgado;
- Não ter sofrido penalidade administrativa por infração à legislação da seguridade social, inclusive da previdência complementar, ou como servidor público.
- Não possuir ação judicial em andamento movida contra a Fundação REFER.

Conforme divulgado pela Fundação, em 18 de junho foram abertas as inscrições para participação no processo seletivo para os cargos de Diretor-Presidente, Diretor Financeiro/AETQ e Diretor de Seguridade da REFER. As vagas serão ocupadas para conclusão do mandato em vigor, que vai até o dia 31 de agosto de 2019, podendo ser reconduzido para novo mandato de 4 anos.

A plataforma de inscrição estará aberta até às 23h59 do dia 1º de julho, conforme comunicado pela Fundação através do *site* ([www.refer.com.br](http://www.refer.com.br)), *e-mails* cadastrados, cartazes nas Patrocinadoras, Entidades de Classe e cartas enviadas pelos Correios aos participantes elegíveis ao processo.

A MSA Recursos Humanos foi a empresa especializada contratada para a condução do recrutamento e seleção, com objetivo de assegurar transparência e amplitude no processo. A empresa possui experiência de mais de 25 anos e forte atuação no mercado de fundos de pensão e previdência.

O acesso à plataforma de inscrição da MSA Recursos Humanos foi disponibilizado no *site* da REFER ([www.refer.com.br](http://www.refer.com.br)), que contém todas as informações sobre o processo seletivo. Acompanhe!

# LETIVO PARA ESCOLHA DA NOVA DIRETORIA

## RESPONSABILIDADES E ATRIBUIÇÕES DE CADA CARGO

### DIRETOR-PRESIDENTE

#### RESPONSABILIDADES

A Diretoria-Presidência é responsável pela direção e coordenação dos trabalhos da Diretoria Executiva da REFER, em conformidade às disposições legais e estatutárias, observadas as diretrizes e limites estabelecidos pelas autoridades governamentais competentes, pelo Conselho Deliberativo e pela Diretoria Executiva, além de ser responsável por alcançar e garantir níveis significativos e crescentes de eficiência, eficácia e efetividade na comunicação interna e externa, em tecnologia da informação, no suporte jurídico, no planejamento, orçamento e desenvolvimento organizacional, nos controles internos e na administração e desenvolvimento dos recursos humanos e logísticos.

#### ATRIBUIÇÕES

Além das competências conferidas pelo Estatuto Social da REFER, é atribuição da Diretoria-Presidência:

» Deliberar, planejar, gerir e controlar os assuntos relacionados à comunicação institucional, marketing, tecnologia da informação, serviços jurídicos, planejamento estratégico, orçamento, desenvolvimento organizacional, controles internos, recursos humanos, recursos materiais e serviços de apoio administrativo à Diretoria Executiva;

» Encaminhar para deliberação da Diretoria Executiva as proposições sobre assuntos de alçada decisória daquele colegiado;

» Estabelecer os atos necessários à administração da REFER.

### DIRETOR FINANCEIRO

ADMINISTRADOR ESTATUTÁRIO  
TECNICAMENTE QUALIFICADO (AETQ)

#### RESPONSABILIDADES

A Diretoria Financeira é responsável por alcançar e garantir níveis significativos e crescentes de eficiência, eficácia e efetividade na manutenção e crescimento do patrimônio da REFER, observadas as diretrizes e limites estabelecidos pelo Conselho Deliberativo e pela Diretoria Executiva.

#### ATRIBUIÇÕES

» Deliberar, planejar, gerir e controlar os assuntos relacionados à administração dos investimentos nos segmentos de Renda Fixa, Renda Variável, Estruturados, no Exterior, Imóveis e Operações com Participantes, bem como, relacionados à administração financeira e contábil, observadas as competências e alçadas estabelecidas;

» Convocar reunião do Comitê Diretor de Investimentos - CDI para deliberação dos assuntos de alçada do Comitê;

» Encaminhar para deliberação da Diretoria Executiva as proposições sobre assuntos de competência da Diretoria Financeira de alçada decisória daquele colegiado.

Atenção: o cargo de Diretor Financeiro acumula função de Administrador Estatutário Tecnicamente Qualificado (AETQ), sendo necessário ser previamente certificado pelas instituições reconhecidas pela Previc, conforme Portaria nº 297, de 29/06/2016.

### DIRETOR DE SEGURIDADE

#### RESPONSABILIDADES

A Diretoria de Seguridade é responsável por alcançar e garantir níveis significativos e crescentes de eficiência, eficácia e efetividade na gestão dos Planos de Benefícios administrados pela REFER, do passivo atuarial, do atendimento e das operações para Participantes e do desenvolvimento de novos Planos de Benefícios, observadas as diretrizes e limites estabelecidos pelo Conselho Deliberativo e pela Diretoria Executiva.

#### ATRIBUIÇÕES

» Estabelecer relações de parcerias junto às Patrocinadoras;

» Monitorar possíveis demandas de mercado, visando subsidiar a definição de novos Planos de Benefícios;

» Estabelecer parcerias com as instituições congêneres, visando a prática da análise comparativa e a melhoria do desempenho;

» Planejar, deliberar e controlar os assuntos relacionados à Administração de Benefícios, Controle de Arrecadação, Atendimento e Cadastro de Participantes, Análise Estatística e Atuarial dos Planos de Benefícios administrados pela REFER, observadas as competências e alçadas estabelecidas;

» Encaminhar para deliberação da Diretoria Executiva as proposições sobre assuntos de competência da Diretoria de Seguridade.



# FUNDAÇÃO REFER COMEMORA 39 ANOS

Da esquerda para a direita, representando a gerência de Atuária e Relacionamentos, o atuário Frederico Gonçalves; a gerente de Arrecadação e Benefícios, Elaine Fogaça; o analista técnico da Seguridade, Edson Oliveira; representando seus pais, participantes da REFER, Cleonice da Penha Oliveira, o assistido Luiz Gonzaga Pereira, e a beneficiária Zilda Ramos; o diretor de Seguridade, Ricardo de Souza Santos, e o chefe do Gabinete da Presidência, Fernando Abelha.

A comemoração dos 39 anos da REFER, celebrado no dia 7 de fevereiro, não passou em branco. Dirigentes na Fundação reuniram-se e cantaram Parabéns na companhia dos primeiros participantes a comparecerem na sede para atendimento no dia festivo: Zilda da Silva Rocha Ramos, beneficiária da Riorilhos; Cleonice da Penha Oliveira, filha da beneficiária da RFFSA Jeusa da Penha de Oliveira; e o assistido da RFFSA, Luiz Gonzaga Pereira.

Presentes na celebração, o diretor de Seguridade, Ricardo de Souza Santos; o chefe do Gabinete da Presidência, Fernando Abelha; a gerente de Arrecadação e Benefícios, Elaine Fogaça; o Analista Técnico da Seguridade, Edson Almeida de Oliveira; e o atuário Frederico Meireles Gonçalves, que representou a gerência de Atuária e Relacionamentos.

Os participantes atendidos pela equipe da Central de Relacionamento da REFER representaram mais de 30 mil participantes ativos e assistidos, distribuídos por todo o país, dos planos de benefícios da extinta Rede Ferroviária Federal S/A (UNIÃO), da Companhia Brasileira de Trens Urbanos (CBTU), da Companhia Paulista de Trens Metropolitanos (CPTM), da Companhia Estadual de Engenharia de Transporte e Logística (CENTRAL), da Companhia de Transportes sobre Trilhos do Estado do Rio de Janeiro (RIOTRILHOS), da Companhia Cearense de Transportes Metropolitanos (METROFOR), da Companhia de Transportes da Bahia (CTB), além da própria REFER.



## Relatório Anual 2017 é divulgado



As versões completa e resumida do Relatório Anual 2017 da REFER já estão disponíveis no site da Fundação ([www.refer.com.br](http://www.refer.com.br)). O documento apresenta detalhadamente informações sobre as atividades da REFER, com a prestação de contas do exercício anterior, além de medidas tomadas no decorrer da gestão em relação ao patrimônio dos participantes.

Investimento por Plano de cada patrocinadora e do Plano de Gestão Administrativa (PGA) para o ano de 2018. As políticas têm como objetivo fornecer as diretrizes em relação às estratégias para alocação dos investimentos em médio e longo prazos, baseando-se nas características de cada plano, visando a manutenção do equilíbrio econômico-financeiro entre o ativo e o passivo atuarial, observando a necessidade de liquidez.

Lembramos que, conforme a Instrução nº13, da Previc, publicada em 12/11/2014, os Fundos de Pensão foram dispensados do envio do Relatório Anual na forma impressa. As duas versões da publicação podem ser acessadas a qualquer momento através do site e o participante que desejar receber o Relatório impresso pode solicitá-lo através da Central de Relacionamento com o Participante (0800 709 6362).

Mantenha-se informado acessando o link "Números" no site da REFER.

Demonstrativo de Avaliação Atuarial (DAA)

Encontra-se disponível no site da Fundação o Demonstrativo de Avaliação Atuarial (DAA) referente ao Plano de cada patrocinadora. O documento reúne todas as informações exigidas pelo Ministério da Previdência relativas ao plano e à avaliação atuarial de cada exercício.

Política de Investimento (PI)

A Fundação divulgou a Política de

## CONFIRA O REAJUSTE DOS BENEFÍCIOS

No mês de maio a REFER, por força do Regulamento do Plano de Benefícios, promoveu o reajuste nos valores dos benefícios em manutenção, obedecendo a data de início do benefício conforme tabela abaixo:

MÊS/ANO	REAJUSTE EM PERCENTUAL
Maio/2017	1,69
Junho/2017	1,33
Julho/2017	1,63
Agosto/2017	1,46
Setembro/2017	1,49
Outubro/2017	1,51
Novembro/2017	1,14
Dezembro/2017	0,95
Janeiro/2018	0,69
Fevereiro/2018	0,46
Março/2018	0,28
Abril/2018	0,21

A Unidade de Referência (UR) a ser utilizada no cálculo das contribuições a partir de junho de 2018 também sofreu atualização, passando para R\$ 433,58 (quatrocentos e trinta e três reais e cinquenta e oito centavos).

# Novas regras da Carteira de Empréstimo

Após aprovação da Diretoria Executiva da REFER, a Carteira de Empréstimo foi reaberta em 1º de março de 2018.

Para ampliar a segurança das operações e preservar o patrimônio de todos os participantes, foram adotadas

medidas necessárias à mitigação de riscos, inerentes a todo processo de gestão de créditos. A concessão ficou restrita aos Planos e destinatários e foi estabelecida uma tabela por faixa etária.

Para os participantes e assistidos que

contratarem um novo empréstimo, e aqueles que solicitarem a renovação, o critério passou a exigir um número maior de prestações pagas, conforme o prazo de amortização do empréstimo.

Confira, abaixo, as novas regras:

## PLANOS E CONCESSÃO

PLANOS	ATIVOS	ASSISTIDOS
REFER	SIM	SIM
RFFSA	SIM	SIM
METROFOR	SIM	SIM
CTB	SIM	SIM
CBTU	SIM	SIM
CPTM	NÃO	SIM
RIOTRILHOS	NÃO	SIM

## TABELA DE CONCESSÃO POR FAIXA ETÁRIA

Idade	Prazo de Concessão
18 - 50 anos	6 a 48 meses
51 - 60 anos	6 a 48 meses
61 - 65 anos	6 a 36 meses
66 - 70 anos	6 a 24 meses
71 - 75 anos	6 meses

## PRAZO DE AMORTIZAÇÃO E PRESTAÇÕES PAGAS

Prazo de Amortização	Número de Prestações Pagas
06	05
12	05
24	10
36	15
48	20

## CALENDÁRIO COM PRAZOS E DATAS DE PAGAMENTOS DOS EMPRÉSTIMOS – 2018

CALENDÁRIO DE PAGAMENTO DE EMPRÉSTIMO - 2018		
RECEBIMENTO DE CONTRATO, CONCESSÃO E PAGAMENTO DE EMPRÉSTIMO		
MÊS/ANO	DATA-LIMITE CHEGADA CONTRATO MÚTUO	DATA DE PAGAMENTO
mar/18	01/03/2018 a 06/03/2018	15/03/2018
mar/18	07/03/2018 a 21/03/2018	29/03/2018
abr/18	22/03/2018 a 06/04/2018	16/04/2018
abr/18	09/04/2018 a 19/04/2018	30/04/2018
mai/18	19/04/2018 a 04/05/2018	15/05/2018
mai/18	05/05/2018 a 21/05/2018	31/05/2018
jun/18	22/05/2018 a 06/06/2018	15/06/2018
jun/18	07/06/2018 a 20/06/2018	29/06/2018
jul/18	21/06/2018 a 05/07/2018	16/07/2018
jul/18	06/07/2018 a 20/07/2018	31/07/2018
ago/18	21/07/2018 a 06/08/2018	15/08/2018
ago/18	07/08/2018 a 21/08/2018	31/08/2018
set/18	22/08/2018 a 05/09/2018	17/09/2018
set/18	10/09/2018 a 19/09/2018	28/09/2018
out/18	20/09/2018 a 04/10/2018	16/10/2018
out/18	08/10/2018 a 19/10/2018	31/10/2018
nov/18	22/10/2018 a 05/11/2018	14/11/2018
nov/18	07/11/2018 a 19/11/2018	30/11/2018
dez/18	21/11/2018 a 06/12/2018	17/12/2018
dez/18	07/12/2018 a 17/12/2018	27/12/2018



## Conheça os beneficiários do seu Plano

Os beneficiários são pessoas que se enquadram nos requisitos estabelecidos no Regulamento do Plano. Confira, a seguir, a qualificação dos beneficiários de cada plano e quais os seus direitos.



### PLANO DE CONTRIBUIÇÃO VARIÁVEL

PARTICIPANTE	BENEFICIÁRIO	DIREITO
Ativo	Cônjuge ou companheira(o). Filho(s) e enteado(s) menores de 21 anos. Não há limite para filho(s) inválido	Benefício por morte na forma de renda mensal vitalícia ou a critério do beneficiário em pagamento por contas
Aposentado Renda Vitalícia	Cônjuge ou companheira(o). Filho(s) e enteado(s) menores de 21 anos. Não há limite para filho(s) inválido	Benefício por morte na forma de renda mensal vitalícia
Aposentado com Benefício em Cotas	Cônjuge ou companheira(o). Filho(s) e enteado(s) menores de 21 anos. Não há limite para filho(s) inválido	Benefício em Cotas pelo período restante à opção do aposentado

### PLANO DE BENEFÍCIO DEFINIDO

PARTICIPANTE	BENEFICIÁRIO	DIREITO
Ativo	Cônjuge, companheira (o), filhos menores de 21 anos ou inválidos, desde que não tenham se emancipado entre 16 e 18 anos de idade, pais irmãos não emancipados menores de 21 anos ou inválidos	Suplementação de pensão por morte vitalícia para cônjuge e/ou companheira(o). Suplementação temporária para filho(s)
Aposentado com Suplementação	Cônjuge, companheira (o), filhos menores de 21 anos ou inválidos, desde que não tenham se emancipado entre 16 e 18 anos de idade, pais irmãos não emancipados menores de 21 anos ou inválidos	Benefício por morte na forma de renda mensal vitalícia

Atenção: Todos os participantes e assistidos devem manter seu elenco de beneficiários atualizados.

## ATENÇÃO AOS FORMULÁRIOS ENCAMINHADOS

Para evitar que sua solicitação fique pendente por envio de documentação incorreta ou incompleta, é importante que os Participantes e Assistidos verifiquem com atenção se estão encaminhando todos os documentos e os formulários devidamente preenchidos.

Dicas importantes:

- Poderão ser encaminhados à REFER pelos Correios ou entregues pessoalmente, pois são necessárias as datas e as assinaturas originais. Não serão aceitas cópias de formulários;
- Todas as indicações de assinaturas e datas devem ser preenchidas. Se a assinatura for de um procurador, tutor ou curador, será necessário anexar os documentos comprobatórios juntamente com um documento de identificação pessoal deste representante;
- Não serão aceitas rasuras nos campos dos formulários.

Documentos:

- Não se esqueça de fornecer nome e matrícula, ou CPF, para possibilitar a identificação do documento que for necessário;
- O comprovante de residência deve estar em nome do participante/assistido. Se estiver em nome do cônjuge, será necessário anexar a certidão de casamento. Se estiver no nome dos pais, anexar o documento de identificação pessoal;
- Na reprodução dos documentos, verifique se as imagens estão com boa qualidade.

Prazos:

Para facilitar a sua programação, e encaminhar a documentação dentro do prazo estabelecido, consulte o site da REFER os Calendários da Folha de Pagamento de Benefícios e da Concessão de Empréstimos.

## RECADASTRAMENTO 2017

### Quem não realizou precisa entrar em contato com a Fundação

Cerca de 2.500 participantes assistidos e beneficiários da REFER ainda não realizaram o Recadastramento 2017 e muitos, embora já tenham encaminhado a documentação exigida para realizar o processo, não atenderam à norma estabelecida.

A não realização do Recadastramento impacta diretamente no recebimento do benefício, que pode ser suspenso quando não há prova de vida apresentada. Dos mais de 27 mil participantes assistidos e beneficiários da REFER, cerca de 24 mil já realizaram o Recadastramento com sucesso.

Conforme divulgado no *site* e no informativo Expresso REFER, a Fundação realizou o Recadastramento 2017 distribuído em três grupos de participantes assistidos e beneficiários, considerando o mês de aniversário.

Caso você ainda não tenha realizado o processo ou identifique a suspensão do pagamento do seu benefício, entre em contato com a Central de Relacionamento da Fundação pelo telefone 0800 709 6362 (ligação gratuita) ou através do *e-mail* [relacionamento@refer.com.br](mailto:relacionamento@refer.com.br) para regularização.



# REFER realiza palestras para novos empregados da CBTU em Maceió

No dia 22 de fevereiro, a Fundação REFER realizou uma palestra para 17 novos empregados da Companhia Brasileira de Trens Urbanos (CBTU), em Maceió. O evento faz parte de uma série de encontros realizados para atender a demanda apresentada pela Gerência Geral de Recursos Humanos da Companhia.

Participantes da REFER e outros empregados também estiveram no encontro, que serviu para apresentar a Fundação aos novos empregados, explicar as vantagens de contratar um Plano de Previdência administrado pela REFER e esclarecer as dúvidas apresentadas.



## Mulheres são homenageadas na Fundação REFER

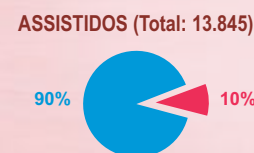
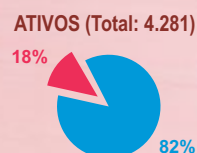


As empregadas Fátima Cartagenes, Tainá Moutinho, Lilliane Brito e Gleice Martins receberam as cestas entregues pelo presidente do Grefer, Nelson Ferreira.

O Dia Internacional da Mulher foi celebrado com uma homenagem especial na sede da REFER. Ao chegarem à Fundação, cada colaboradora recebeu uma linda cesta com chocolates do Grêmio Recreativo e Esportivo da REFER (Grefer). Além de

representarem uma parcela importante dos colaboradores da Fundação, levando muita seriedade e profissionalismo ao trabalho diário, as mulheres são destaque entre os participantes da REFER. Representam 96% dos Pensionistas, 18% dos Ativos e 10% dos Assistidos.

Veja a representatividade das mulheres entre participantes da REFER:



● Mulheres  
● Homens

## Educação Financeira faz bem até para a saúde

Os ícones na Internet são os mais variados possíveis. Dá para se buscar uma grade infinita de informações. Por isso, num país com uma crise que parece não ter fim, um dos temas que vem chamando a atenção de todos é a educação financeira. Este tema, de tão importante no dia a dia do brasileiro já é ensinado até na escola.

Segundo a Organização para Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), educação financeira é o processo mediante o qual indivíduos e as sociedades melhoram a sua compreensão em relação aos conceitos e produtos financeiros de maneira que, com

informação, orientação e formação, possam desenvolver oportunidades para elaborar a melhor forma de lidar com seu dinheiro.

É notória a relevância da educação financeira para o bem-estar de cada um. Saber lidar com o dinheiro, seja para gastar com inteligência, programar suas despesas ou investir adequadamente, é vital para não incorrerem em dívidas e garantirmos uma aposentadoria tranquila.

Foi-se o tempo em que gastava-se primeiro para ver como é que fica depois. Especialistas ensinam como planejar suas finanças e focar em seus objetivos. Hoje em dia, é muito comum ver as pessoas focando no consumo consciente e numa mudança de hábito.

A febre de consumo não está, sem dúvida, na moda. Focar nos objetivos do que fazer com seu dinheiro para o bem estar e realização dos desejos, sim. Os especialistas afirmam que não basta investir dinheiro para um objetivo maior, tem que investir tempo. Algumas dicas de quem entende de educação financeira:

» Ser mais seletivo na hora de fazer compras. O Seu dinheiro pode render muito mais se você consumir com qualidade e não em quantidade. Isso faz ser mais seletivo na

hora de fazer as compras, eliminando o supérfluo.

» Um dos sintomas de quem não é educado financeiramente é o descontrole de seus gastos: Por isso, o chamado educado financeiramente passa a ter uma vida mais equilibrada, gerando menos estresse, já que ele sabe que não se deve ficar nervoso com a queda de ações, se ele for investir na Bolsa de Valores, por exemplo. Sabe, sim, enxergar esse momento para investir mais e aproveitar a baixa no valor das ações e, quando o mercado se recuperar, vender a um valor mais alto.

» Dar mais valor a bens imateriais é um dos sintomas de quem conhece o processo. Sabe entender que o dinheiro é importante sim, quando é necessário. Passa a aproveitar uma caminhada ao ar livre, um passeio com seu animal de estimação, uma conversa com amigos, além de outros prazeres, como aproveitar a vida em família.

Com tudo isso, os ganhos são incríveis tanto para o autoconhecimento, uma vida mais equilibrada e planejar o futuro com foco nos seus objetivos, são algumas das vantagens de quem pode entender melhor e praticar essa educação que não tem hora e nem idade para começar.



## Alimentos fundamentais para a Terceira Idade

O Consumo de determinados alimentos são fundamentais para uma vida saudável e a prevenção de doenças que afetam e, muito, a saúde das pessoas na Terceira Idade, como a diabetes, doenças no coração, osteoporose, entre outros males. Uma alimentação focada em bons alimentos e o consumo das chamadas gorduras boas, podem proporcionar uma melhor qualidade de vida para todas as idades. Não devemos esquecer também de dois valiosos bens para o organismo: a água e a prática de exercícios físicos.

### PROBLEMAS DE SAÚDE X ALIMENTOS

**Saúde do Coração** – Consumir com moderação as chamadas fontes de gorduras boas, como castanha do Pará, nozes e amêndoas.

**Controle da pressão arterial e saúde dos ossos** – Leite e seus derivados, como queijos e iogurte. Dê preferência aos queijos mais magros.

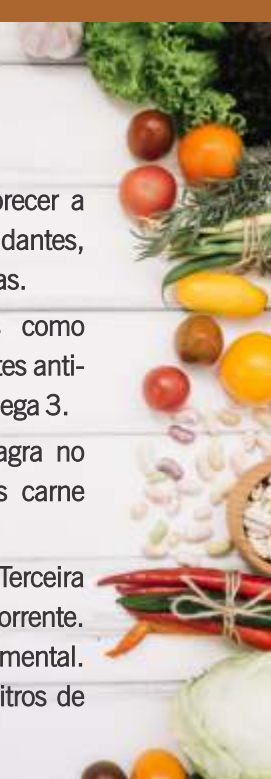
**Memória e Osteoporose** – O consumo de couve, brócolis, espinafre, ou os chamados vegetais escuros contém Vitamina A e são fontes de cálcio. A exposição solar ( 20 minutos por dia) é importante para a absorção da vitamina D.

**Evitar o envelhecimento precoce e favorecer a saúde** – Comer substâncias antioxidantes, encontradas nas frutas, legumes e verduras.

**Prevenção e Tratamento de doenças como diabetes, artrites** – Os peixes são excelentes anti-inflamatórios naturais porque contém Ômega 3.

**Prevenir anemia e manter a massa magra no corpo** – Incluir nas principais refeições carne vermelha, feijão, grão de bico e lentilhas.

**Evitar a desidratação** – Muito comum na Terceira Idade, a desidratação é um problema recorrente. Por isso, o consumo de água é fundamental. Recomenda-se tomar pelo menos dois litros de água por dia.



# Dia do Aposentado: Fundação REFER homenageia ferroviário em evento promovido pelo Sindapp e Abrapp



**Geraldo Sobrinho recebeu o diploma comemorativo entregue por Almir Ferreira Gaspar, assessor da Presidência da Fundação REFER**

Celebrado em 24 de janeiro, o Dia do Aposentado foi comemorado com uma bela cerimônia organizada pela Associação Brasileira das Entidades Fechadas de Previdência Complementar (Abrapp) e pelo Sindicato Nacional das Entidades Fechadas de Previdência Complementar (Sindapp). O evento, realizado na sede da Amcham, em São Paulo, foi marcado por diversas homenagens aos assistidos e deu início ao calendário institucional do Sistema, reforçando o importante papel desempenhado por todas as Entidades Fechadas de Previdência Complementar.

Diretor Social da Associação Mútua Auxiliadora dos Empregados da Estrada de Ferro Leopoldina, o aposentado Geraldo Silva Sobrinho foi homenageado pela Fundação, representando cerca de 26 mil assistidos da REFER. Ele recebeu o diploma comemorativo das mãos do assessor da Presidência, Almir Ferreira Gaspar, e exaltou a iniciativa e importância do evento, registrando que se sentiu muito honrado

com o convite para representar os assistidos da Fundação.

Geraldo iniciou sua carreira como Artífice na Garagem da Estação São Diogo, onde trabalhou por 12 anos, chegando à Supervisão. Depois, trabalhou mais de 10 anos como Supervisor de Fresa na Estação São Diogo e aposentou-se na Diretoria do Sindicato da Central do Brasil, onde trabalhou de 1984 a 1994. Participante do da REFER, Geraldo diz que a decisão de aderir à Fundação, no passado, foi uma das mais acertadas pois, hoje, seu benefício representa uma importante ajuda financeira na aposentadoria: “Muitos colegas que não aderiram ao Plano da REFER, e não pensaram no futuro, hoje, se arrependem de não terem tomado essa decisão”, ressalta.

Luís Ricardo Marcondes Martins, diretor-presidente da Abrapp, abriu o evento apresentando importantes dados do sistema de Previdência Fechada, que, hoje, paga mais de R\$ 50 bilhões em benefícios por ano a mais de 750 mil aposentados: “É uma

justa homenagem a todos os senhores e senhoras que confiaram em nosso sistema e agora estão colhendo os frutos de uma aposentadoria com maior qualidade”, destacou.

Além dos aposentados homenageados e seus patronos, o evento foi prestigiado por dirigentes das entidades associadas, autoridades do governo e lideranças da Abrapp e do Sindapp. Neste ano, contou com as palestras “Felicidade Gera Longevidade”, de Heloísa Capelas, fundadora e diretora do Centro Hoffman, e autora do livro “O Mapa da Felicidade”, e “Economia Comportamental e Aposentadoria”, ministrada por Henrique Noya, diretor executivo do Instituto de Longevidade do Grupo Mongeral Aegon. O Instituto é referência na discussão dos impactos sociais e econômicos da Longevidade através de seus programas com foco no trabalho, desenvolvimento das cidades e promoção do conhecimento sobre o tema.

# Fundação REFER está entre os 25 maiores fundos do país



Retomando o seu lugar de destaque no *Ranking* dos Fundos de Pensão brasileiros, a Fundação REFER está em 25º lugar entre 257 Entidades Fechadas de Previdência Complementar (EFPCs). O resultado foi divulgado na mais recente edição do consolidado estatístico da Associação Brasileira das Entidades de Previdência Complementar (Abrapp), referente ao mês de novembro de 2017.

A REFER sempre ocupou posição de destaque na história do *ranking*, mas viu sua posição descer, ao longo dos anos, em razão das dívidas da União Federal referentes ao plano da extinta RFFSA e da CBTU. No mês de outubro de 2017, a Fundação ocupava a 65ª posição. Com a entrada dos recursos referentes à dívida, em novembro de 2017, a Fundação, finalmente, conseguiu retomar seu protagonismo e, agora, está entre os 25 maiores fundos de pensão do país.

24	SERPROS
25	FUNDAÇÃO REFER <sup>2</sup>
26	CBS PREVIDÊNCIA

O ranking completo pode ser acessado em:  
<https://goo.gl/mE73WC>

## MENSAGEM DOS LEITORES

Para participar desta coluna, envie sua mensagem para o e-mail [comunicacao@refer.com.br](mailto:comunicacao@refer.com.br); entre no Mural de Recados do site [www.refer.com.br](http://www.refer.com.br) ou envie carta endereçada à Comunicação Institucional no endereço: Rua da Quitanda, 173 / 402 – Centro / Rio de Janeiro (RJ). CEP: 20091-005. Sua contribuição é muito importante!

Recebi e agradeço a remessa do Expresso REFER e calendário de benefícios.

Alcides de Oliveira  
RFFSA

Agradeço a lembrança do meu aniversário, e ao mesmo tempo, parabéns aos que fazem a REFER pela maneira carinhosa como vocês tratam os beneficiários. Abraços.

José Batista da Silva  
RFFSA

Obrigado pela lembrança desta data que é muito querida, 60 anos completados.

Marcus Vinicius Silva  
CBTU

Lembrando sempre da REFER faz reviver uma realidade, pois nunca nos deixou na mão nem que seja por uma simples informação até as mais complexas. Parabéns REFER por existir em nossos caminhos de ferro, onde trabalhei. Hoje só recordações, mas REFER sempre será REFER. Deus esteja sempre iluminando o trajeto a ser tomado em prol da REFER para que continue sempre o que foi, o de melhor que pode existir para a classe ferroviária. Felicidade a todos os funcionários.

Damião Alves Paulino  
CPTM

EXPRESSO  
REFER

Fundação Rede Ferroviária de Seguridade Social – REFER  
Rua da Quitanda, 173 – Centro / Rio de Janeiro – RJ – CEP: 20091-005

### CONSELHO DELIBERATIVO

#### Membros efetivos

Antônio Gonçalves de Lima Filho (CBTU)  
Aildo José Nascimento de Paiva (CENTRAL)  
Flávio Rabello Pereira (RFFSA)  
Marcelo Luiz Onida de Araújo (CENTRAL)  
Renata Mary Teti de Vasconcelos (CBTU)  
Talita Franco Rodrigues (CBTU)

### CONSELHO FISCAL

#### Membros efetivos

Dayse Ribeiro (CENTRAL)  
José Luiz Petrini (RFFSA)  
José Raimundo de Jesus Oliveira (CTB)  
Paulo Guilherme Siqueira de Almeida (CBTU)

### PATROCINADORAS

Companhia Brasileira de Trens Urbanos (CBTU)  
Companhia Cearense de Transportes Metropolitanos (Metrofor)  
Companhia de Transportes do Estado da Bahia (CTB)  
Companhia de Transportes sobre Trilhos do Estado do Rio de Janeiro (Riotrilhos)  
Companhia Estadual de Engenharia de Transportes e Logística (Central)  
Companhia Paulista de Trens Metropolitanos (CPTM)  
Fundação Rede Ferroviária de Seguridade Social (REFER)  
Rede Ferroviária Federal S/A (extinta RFFSA/União Federal)

### EXPRESSO REFER

#### Conselho Editorial

Carolina Linhares (Comunicação)  
Thailinn Rangel Young de Franca (Financeiro)  
Edson de Almeida Oliveira (Seguridade)  
Lúcia de Fátima Moraes (Jurídico)

#### Jornalista Responsável

Fernando Abelha - Mtb 11.774

#### Supervisão Técnica

Carolina Linhares

#### Colaboração

Grace Kelly Silva - Fenaj: JP37128RJ

#### Apoio

Monte Castelo Ideias

#### Editoração e Fotos

Christopher Pereira

#### Impressão

Gráfica MEC

#### Tiragem

33 mil exemplares

#### Periodicidade

Trimestral

FUNDAÇÃO  
REFER