



Se você utiliza o correio eletrônico (e-mail), informe-nos o seu, para podermos enviar-lhe as informações com mais rapidez.



Missão da APEL

MISSÃO

Defender, de forma constante e permanente, os interesses, direitos e benefícios de seus associados e dependentes, perante à Eletros e às instituições a ela relacionadas, além de promover atividades recreativas e sociais, visando congregar os seus associados.

Nunca esquecendo, porém, que a manutenção e o fortalecimento de nossa fundação são objetivos fundamentais a serem perseguidos para a nossa sobrevivência.

VALORES

Respeito às pessoas, tendo um comportamento ético, agindo com honestidade de princípios, transparência e fidelidade à verdade.

COMPROMISSO

Nós, da Diretoria Executiva da APEL e nossos colegas, membros dos Conselhos Deliberativo e Fiscal, assim como nossos colaboradores, assumimos esse compromisso.

PRESERVAÇÃO

Há muitos anos, quando ingressamos na Empresa, duas coisas nos eram dadas, que teríamos até o final de nossas vidas uma aposentadoria compatível com nossa remuneração quando ativos e assistência médica durante nossa vida funcional.

No fim dos anos 80, alguns colegas mais antigos começaram a se aposentar, perdendo a assistência médica que tinham. Foi então criado o Eletros Saúde, objetivando preencher essa lacuna.

Naquele tempo, não passava pela cabeça de ninguém que hoje, planos de aposentadoria e de saúde estivessem na situação atual.

Em New Orleans, nos Estados Unidos, tem uma casa de shows de jazz chamada Preservation Hall, onde se apresentam músicos que tocam nos seus instrumentos o jazz tradicional. O objetivo disso é a PRESERVAÇÃO desse estilo de música, evitando a perda dessa riqueza.

Não só nesse momento, mas daqui em diante, nossa palavra chave deve ser PRESERVAÇÃO, ou seja, lutarmos para que não se percam aquelas duas conquistas fundamentais que nos eram oferecidas, uma aposentadoria digna e uma assistência médica de qualidade.

Mas como fazê-lo?

Nós, dirigentes da ApeL, o fazemos através de um acompanhamento da Eletros, mantendo contato com nossos representantes no

Conselho deliberativo e também com a Diretoria da Fundação e a Superintendência do Eletros Saúde. Vocês, associados, devem comparecer as apresentações trimestrais dos resultados financeiros da Fundação ou tomar conhecimento dos mesmos através do site da Eletros. Isso é fundamental.

Devem nos procurar sempre que necessário por demandas pessoais ou coletivas.

Devem se dirigir à Fundação sempre que julgarem necessário. É um direito de todos.

Devem usar o seu plano de saúde sempre que necessário. É um direito, mas devem sempre ter em mente que o seu uso de forma racional é uma das formas de PRESERVAÇÃO do mesmo.

Devem sempre procurar a administração do ES em caso de dúvidas ou quando necessitarem de apoio.

Notícias

Do déficit total de 31 bilhões dos fundos de pensão, ocorrido em 2014, R\$ 22 bilhões estão concentrados em 79 planos de previdência complementar, oferecido por 43 fundações. São 42 planos públicos (de empresas estatais) e 37 privados, sendo que 44 adotam o regime de benefício definido e 35, o de contribuição variável.

Normalmente o desequilíbrio é corrigido com a cobrança de contribuição extraordinária, tanto da patrocinadora quanto do participante.

Foi o que ocorreu com o Postalís, fundos dos Correios.

O Diretor Superintendente da Previc (Órgão Regulador) Carlos de Paula, disse que não há problema de sustentabilidade, o país conta com 317 entidades de previdência privada, com ativos que totalizam R\$ 704,17 bilhões e que, têm funcionado bem nos últimos 30 anos. Esses ativos de R\$ 704,17 bilhões, representam 2.524.036 participantes ativos, 558.299 participantes aposentados, 171.740 beneficiários de pensão e 3.872.168 de designados, totalizando uma população protegida de 7.126.243 vidas. (Jornal Valor Econômico, 04/05/15).

Fundos de Pensão estatais, como Petros, Funcel e Postalís, estão com resultados negativos (Jornal O Globo, coluna da jornalista Miriam Leitão dia 29/04/2014).

Eletros

O plano BD da Eletrobras apresentou déficits em 2013 e 2014, a serem cobertos pela Empresa e pelos participantes ativos e assistidos que se aposentaram a partir de abril de 2006, o que já vem sendo feito. Para os aposentados até março de 2006, isentos de pagamento para cobertura dos déficits conforme artigo 61§2º do Regulamento do Plano BD, a Eletrobras é responsável por tal.

Notícias

Plano de saúde individual; mais raro e mais caro – de 12 operadoras consultadas pelo GLOBO, apenas 4 vendem produtos voltados para pessoa física, e os demais só vendem planos empresariais ou por adesão. Enquanto que nos planos individuais os aumentos são controlados pela Agência Nacional de Saúde, nos empresariais ou por adesão, os reajustes são livres.

Eletros Saúde

Até o mês de abril, o Plano de Saúde dos assistidos vem apresentando equilíbrio entre as receitas e as despesas havidas. Hoje, o plano de assistidos tem 1.080 titulares e 809 dependentes, totalizando 1.889 vidas, sendo que, na faixa etária de 59 à 110 anos, 46,1% são mulheres e 39,5 são homens.

Atenção: no plano dos vinculados, está sendo feito um recadastramento (até o final de maio) para que aqueles recadastrados passem a ser titulares, não havendo mais a necessária vinculação à um participante da fundação. Os pagamentos serão feitos através de boletos bancários individuais, e, assim, as despesas poderão ser abatidas das respectivas declarações do IR.

Quem tiver vinculados, não esqueça de fazer o recadastramento.

O convênio de reciprocidade com Furnas, até agora, não foi renovado por essa Empresa, o que dificulta o atendimento de participantes que moram em cidades menores, interiores e litorâneas do Estado do Rio de Janeiro. O Eletros Saúde está vendo a possibilidade de fazer convênios para esse fim com a Unimed ou com a CASSI (*Caixa de Assistência dos Funcionários do Banco do Brasil*). Enquanto isso, quem precisar, deve procurar a administração do ES para uma possível ajuda.

Lastimamos que, até agora, a Direção da Eletrobrás não tenha aprovado a proposta de estatuto para o ES, o que permitirá que ele tenha um CNPJ próprio e possa receber a adesão de participantes externos, uma abertura indispensável para a sustentação do nosso plano. Os colegas aposentados através do PID em 2013 e 2014, só deverão entrar no plano de assistidos após decorridos 5 anos das respectivas saídas da Empresa.

Eleições na Eletros para os Conselhos Fiscal e Deliberativo

Prezados associados, no mês de junho próximo, a ELETROS realizará eleições para o preenchimento de vagas no seu Conselho Fiscal, uma de ativo (titular e suplente) e no seu Conselho Deliberativo, uma de ativo e uma de assistido, ambas também para titular e suplente.

Nós, assistidos associados da APEL, poderemos votar somente para a vaga de assistidos (titular e suplente).

O ano de 2014 foi um ano difícil para o país como um todo, e muitas das entidades de previdência privada apresentaram déficit nos seus planos, algumas por uma má gestão, mas principalmente com os resultados das aplicações de recursos. 2015 não deverá ser diferente, e provavelmente só em 2016 é que teremos melhoras. Acrescente-se a isso, a atual situação do setor elétrico, e, principalmente da patrocinadora ELETROBRAS, que hoje enfrenta grandes dificuldades.

Nós da APEL, diretores, conselheiros deliberativos e fiscais, temos acompanhado de uma maneira constante, a situação da ELETROS, e o esforço da sua diretoria para encontrar alternativas de melhorias, diretoria na qual confiamos.

Num momento como esse, a atuação dos membros do conselho deliberativo da ELETROS é de fundamental importância, no apoio e no acompanhamento das atividades da Fundação.

Assim, apoiamos a chapa constituída pelos colegas Jack Nottingham Steiner (titular) e Paulo Sérgio Petis Fernandes (suplente), pois ambos, na nossa opinião, atendem perfeitamente aos requisitos indispensáveis para o exercício da função de Conselheiro Deliberativo da ELETROS, tais como experiência, conhecimento sobre a instituição ELETROS, participação em conselhos, atuação no setor elétrico, etc., e, fundamentalmente engajados no nosso propósito de defesa dos interesses dos assistidos e no fortalecimento da nossa fundação.

A seguir, um resumo dos respectivos currículos:

CANDIDATOS DOS ASSISTIDOS PARA O CONSELHO DELIBERATIVO DA ELETROS

OBJETIVOS: DEFESA DOS INTERESSES DOS PARTICIPANTES E PRESERVAÇÃO E FORTALECIMENTO DA ELETROS

TITULAR

JACK NOTTINGHAM STEINER, atualmente atuando como Membro do Conselho Deliberativo da APEL, é graduado em Ciências Contábeis e Administração de Empresas, e, ao longo da sua carreira profissional, exerceu as seguintes atividades/funções:

Na ELETROS, foi Diretor de Benefícios Previdenciários, Diretor Financeiro, consultor e Conselheiro Deliberativo, em torno de oito anos; No NUCLEOS – Instituto Nuclebrás de Seguridade Social, chefiou uma Assessoria de

Planejamento Econômico-Financeiro também por oito anos;

Na ELETROBRAS, durante quatorze anos, chefiou a Divisão de Relações com o Mercado, o Departamento de Relações com o Mercado e foi Assistente da Diretoria de Gestão Corporativa e Financeira;

Além disso, atuou nos Conselhos de Administração das seguintes empresas do setor elétrico;

ENERSUL = Empresa Energética do Mato Grosso do Sul S/A

CEMAT = Centrais Elétricas Matogrossenses S/A

CEMAR = Companhia Energética do Maranhão S/A

LIGHTPAR = Light Participações S/A

Atuou também nos Conselhos Fiscais das empresas:

ESCELSA = Espírito Santo Centrais Elétricas S/A

LIGHT = Light Serviços de Eletricidade S/A.

SUPLENTE

PAULO SERGIO PETIS FERNANDES, atualmente atuando como consultor na Fundação COGE e também como Conselheiro Fiscal na Eletros, é graduado em Engenharia Mecânica e Administração de Empresas, e, ao longo da sua carreira profissional, exerceu as seguintes atividades/funções:

ELETROBRAS = atuou em diversas áreas da Diretoria Financeira, e por vários anos, foi Assistente da Diretoria;

MINISTÉRIO DE MINAS E ENERGIA = Chefe da Assessoria Internacional;

FURNAS CENTRAIS ELÉTRICAS = atuou em diversas áreas da Diretoria Financeira (6 anos);

LIGHT = Superintendente Financeiro (oito anos);

CERON = Diretor de Gestão Administrativa e Financeira (quatro anos);

CGTEE = diretor Financeiro (um ano);

ELETRONUCLEAR = Diretor de Administração e Finanças (quatro anos);

CELD = Diretor Financeiro (um ano);

Membro dos Conselhos Fiscais das Empresas CEMAT, ELETROSUL, ELETRONUCLEAR e CHESF.

Associado APEL, chamamos vossa atenção para que, apesar de só haver uma chapa concorrendo, a participação na eleição é muito importante, pois assim fortalecemos o processo como um todo e demonstraremos apoiar os candidatos acima, e o nosso interesse e a nossa preocupação com a situação da ELETROS.

Espírito jovem traz vida longa

Por Flávia Milhorance

Estudo britânico mostra que idosos que sentem ter menos do que a idade cronológica vivem mais porque se cuidam e se engajam em atividades estimulantes e prazerosas.

A mais recente pesquisa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), na última semana, mostrou que o brasileiro acha que é saudável, mas suas práticas não condizem com essa percepção, e o resultado é um número crescente de várias doenças. Mas, em outro caso, a sensação parece, de fato, fazer diferença. Sentir-se mais jovem do que a idade cronológica pode estender o tempo de vida, segundo um novo estudo britânico, publicado ontem na revista “JAMA Internal Medicine”.

Entre as conclusões da pesquisa, está uma bem objetiva: idosos que se sentem pelo menos três anos mais jovem do que a idade cronológica têm menores taxas de mortalidade se comparados àqueles que se sentem mais velhos do que realmente são. Segundo o estudo, que teve duração de oito anos, a autopercepção da idade reflete o bem-estar na velhice.

Os autores usaram informações de um estudo sobre envelhecimento que incluiu 6.489 pessoas, com média de idade de 65 anos, mas cuja percepção era em torno de 56 anos. A maioria dos participantes (70%) se sentia pelo menos três anos mais jovem do que a idade atual, enquanto que 5% sentiam-se mais velhos do que realmente eram.

As taxas de mortalidade foram de 14,3% em idosos que se sentiam mais jovens, 18,5% nos que se sentiam dentro da idade cronológica e 24,6% nos que se percebiam mais velhos. O efeito era mantido mesmo entre indivíduos que passavam por situações que poderiam aumentar a sensação de envelhecimento, como doenças cardíacas e dificuldades para se mover.

Não é que estas pessoas vivam crises de idade. Segundo o estudo, são indivíduos que sentem que têm muito ainda o que viver e, por isso, procuram cuidar da saúde, aderem a tratamentos médicos, têm maior resiliência, autonomia e vontade de se engajar em atividades. Eles, geralmente, têm amigos mais jovens e, por isso, participam de atividades que ajudam a manter a perspectiva positiva. “A autopercepção da idade tem a capacidade de provocar mudanças, então intervenções são possíveis”, diz o estudo.

Por outro lado, aqueles que se sentem mais velhos têm mais chances de se isolar socialmente e se cuidarem menos. “Indivíduos que se sentem mais velhos do que a idade cronológica deveriam ser alvo de campanhas de promoção de saúde com mensagens positivas de comportamento saudável”, conclui o estudo.

A sergipana Maria da Conceição Figueiredo tem 72 anos e veio, sozinha, passar a temporada de festas na casa da família. Filhos e netos ficaram. Enquanto os parentes cariocas trabalham, ela aproveita para curtir a cidade.

— Fiquei sabendo que tinha uma feira de livros e resolvi vir dar uma olhada — conta a leitora voraz, que diz que o “espírito não tem mais de 20 anos”. — Faço muitas atividades e não preciso tomar remédio. Se parar, aí envelheço.

Além da leitura, Maria da Conceição adora cinema, teatro e música:

— Me sinto viajando.

Logo ali perto da feira de livros, Iracy Jesus, de 69 anos, “relaxava” nos equipamentos de ginástica para a terceira idade, instalados na praça do Largo do Machado. É porque ela passara o dia todo no corre-corre.

— Acordei às 6h, vi os jornais, saí de São Cristóvão, fui para a Rua da Alfândega fazer compras, depois vim para a Zona Sul e andei até agora (por volta das 15h) — conta a aposentada, que mora sozinha. Para ela, sua idade estaria “pelos 30” se fosse levada em conta só a disposição.

Atividade física não é o forte de Beatriz de Jesus, e ela até admite que não tem se sentido tão jovem ultimamente. Mas isso não a impede de passar o dia fazendo compras de Natal, ajudar com os netos, morar sozinha e, aos 72 anos, realizar um sonho antigo:

— Fiz cinco períodos de Belas Artes, mas não me formei. Hoje faço aulas de desenho e aquarela. Estou gostando muito.

Como continuar forte depois dos 50

Por: Dorene Internicola

A marca de meio século de idade é bom momento para começar a levantar halteres. Por Dorene Internicola, da Reuters, de Nova York.

Aqueles que estão chegando aos 50 anos deveriam ajustar suas rotinas de exercícios porque com a idade, além de sofrerem perda de massa corporal, ficam com as articulações mais rígidas e veem a recuperação de lesões ficar mais lenta, segundo especialistas em condicionamento físico.

Estudos mostram que até pessoas com 90 anos podem continuar a desenvolver os músculos, portanto a marca de meio século de idade é um bom momento para deixar de lado saltos muito altos, daqueles que forçam as articulações, e começar a levantar halteres para ganhar força.

O doutor Wayne Westcott, coautor do livro “Strength Training Past 50” (treinos de fortalecimento após os 50), destaca que manter a massa corporal magra torna-se mais difícil com a idade. “O homem médio em boa forma tem cerca de 85% de peso magro – órgãos, sangue, ossos, músculos e pele – e 15% de gordura. A mulher saudável média tem uma relação 75/25”, diz Westcott, diretor de pesquisa de condicionamento no South Shore YMCA.

“É mais desafiador com a idade, mas se você fizer o treinamento de fortalecimento [muscular], pode manter seu músculo magro até por volta dos 70”, diz, acrescentando que uma mulher idosa que não faz treinamento de resistência pode perder até 4,5 kg de massa magra a cada dez anos. Westcott confere igual importância aos exercícios cardiovasculares.

“Recomendamos aproximadamente de 20 a 30 minutos de exercícios de fortalecimento duas a três vezes por semana. E então, tentar fazer um volume igual de atividade aeróbica quatro a cinco dias por semana.” Westcott afirma que idosos, que aderem às academias em números cada vez maiores, devem evitar atividades de explosão ou alta velocidade, como saltos.

Em 1990, havia 1,9 milhão de membros de academias com 55 anos ou mais, número que subiu para mais de 10 milhões, em 2012, segundo relatório divulgado neste ano pela

International Health, Racquet & Sportsclub Association.

Para a doutora Barbara Bushman, do American College of Sports Medicine, a atividade física regular, em comparação a um estilo de vida sedentária, tem potencial para minimizar as mudanças fisiológicas que chegam com a idade e a inatividade, além de limitar a progressão de doenças crônicas.

“Adultos mais velhos podem se beneficiar de exercícios e, embora as melhoras [físicas] possam ser menores do que a de adultos jovens, os avanços relativos podem ser similares”, diz Barbara, acrescentando que idosos podem levar mais tempo para ver progressos.

Aos 54 anos, Shirley Archer, professora de condicionamento físico, percebeu que quando não levantava pesos perdia massa muscular magra com mais rapidez. Também percebeu que era mais difícil recuperá-la. Felizmente para Shirley, que gosta de correr, andar de bicicleta e de caminhadas, suas atividades não foram afetadas pela idade. “Sinto que não perdi nada de resistência”, diz Shirley, autora do livro “Fitness 9 to 5: Easy Exercises for the Working Week” (condicionamento das 9 às 5: exercícios fáceis para a semana de trabalho).

À medida que as pessoas envelhecem, elas perdem fibras musculares que produzem os arranques de força antes de perder as fibras usadas em atividades de resistência, como correr ou andar de bicicleta. Por isso, atletas mais velhos não têm como competir fisicamente com mais jovens em termos de força e potência, mas podem continuar competitivos em esportes de resistência.

O praticante de exercícios mais velho também precisa de períodos maiores de aquecimento e de recuperação, já que o corpo fica mais rígido e mais lento em curar-se. E a queima de menos calorias significa que se deve prestar mais atenção à alimentação. Manter-se hidratado também é importante. “Precisamos assegurar a hidratação mesmo se não nos sentimos com sede”, diz. “A hidratação vai manter todos os sistemas funcionando com mais eficiência – e até ajudar a manter nosso raciocínio mais claro.” (Tradução de Sabino Ahumada)

Herança Nada Agradável

**Dívidas deixadas pela pessoa que faleceu,
podem prejudicar a sucessão de patrimônio.**

Transferência para herdeiros só acontece quando débitos são pagos.

Receber uma herança nem sempre é positivo do ponto de vista financeiro. Além do patrimônio em dinheiro e bens, como imóveis e carros, surpresas pouco agradáveis também podem aparecer nessa lista. É o caso de quem herda dívidas do ente falecido, situação mais comum do que se imagina. A primeira decisão é aceitar ou não o que vier como herança. "Se ficar confuso sobre o tamanho do buraco, pode simplesmente renunciar à herança, mesmo que nomeado no testamento", explica Adriano Ferriani, professor de direito civil da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) e sócio do escritório Ferriani e Jamal. O que não vale, segundo o professor, é tentar driblar os débitos, escolhendo fatias do patrimônio.

"Não tem jeito de fazer a transmissão dos bens sem antes pagar as dívidas", diz Rodrigo da Cunha Pereira, advogado e presidente do Instituto Brasileiro de Direito de Família (IBDFAM). Esse é o primeiro passo para receber uma herança: acabar com possíveis débitos deixados pela pessoa falecida. Nessa conta, valem dívidas no cartão de crédito, cheque especial, empréstimo no banco, multas do carro, e até outros tipos de obrigações pouco lembradas, como dívidas tributárias e dívidas previdenciárias. A regra inclui, ainda, empréstimos contratados com amigos ou parentes. Nesses acordos informais, porém, é preciso comprovação. "A dificuldade é provar um contrato verbal", diz Ferriani. O especialista conta que já acompanhou casos bem-sucedidos.

Na hora de quitar as pendências, cabe ao patrimônio deixado esse acerto. Os herdeiros não respondem por "encargos superiores às forças da herança", de acordo com o estabelecido no artigo 1.792, do Código Civil brasileiro. O valor da herança é o limite que cobre o pagamento das dívidas. Ou seja, caso as dívidas acumuladas

forem maiores que o valor deixado, os herdeiros simplesmente não recebem nada. Na prática, se alguém herdar R\$ 100 mil e receber dívidas que somam R\$ 300 mil, os sucessores pagam somente até os R\$ 100 mil e não são obrigados a complementar o valor restante.

Nessa situação, o credor também não tem direito de cobrar os herdeiros pela parcela da dívida restante. De acordo com os especialistas, é comum que instituições financeiras entrem em contato com herdeiros para pedir o pagamento. Porém, as famílias não precisam encarar essa cobrança como obrigação.

A exceção se refere àquelas dívidas atreladas a um bem alienado. Caso o patrimônio não seja suficiente para finalizar o pagamento ou os herdeiros não tenham condições ou interesse, a instituição financeira responsável pelo crédito pode reaver o bem alienado, como, por exemplo, um imóvel.

Pela ordem estabelecida em outro artigo do Código Civil, o 1.829, o patrimônio é transmitido, primeiramente, aos descendentes em concorrência com o cônjuge sobrevivente, que tem direito aos bens comprados em comum com o falecido. Na sequência dos filhos, os herdeiros legítimos (definidos por lei) são os pais de quem faleceu em concorrência com o cônjuge. Em uma terceira situação, caso não existam os pais ou os filhos, a herança passa diretamente para as mãos do cônjuge. Após a morte, ocorre o processo de sucessão, em que os herdeiros precisam definir se aceitam a herança. A renúncia, de acordo com Ferriani, pode ser realizada por meio de escritura pública. O prazo para manifestar a decisão é de até 30 dias, segundo o artigo 1.807. "Se a pessoa não diz nada, o silêncio equivale à aceitação", afirma o professor.

Cabe destacar que nem todas as pendências são herdadas. "As obrigações personalíssimas não entram na lista", diz Ferriani. Ou seja, por exemplo, se um famoso arquiteto for contratado para desenvolver um projeto, a responsabilidade pelo contrato não é transmitida para seus herdeiros. Quem fez o pedido não quer recebê-lo de outra pessoa que não desse determinado profissional. "Trata-se do contrato firmado em razão da qualidade da pessoa", ressalta o professor da PUC-SP. O mesmo acontece quando um escritor vai escrever uma obra. "Quem contrata o serviço do Ruy Castro quer o texto dele, não redigido por um filho", exemplifica Ferriani.

Além disso, a regra do Código Civil para a quitação das pendências financeiras do devedor falecido não vale para o crédito consignado, modalidade oferecida a funcionários públicos, aposentados, pensionistas do INSS e profissionais que trabalham em empresas conveniadas com uma instituição financeira. O artigo 16 da Lei nº 1.046, de 1950, é taxativo: os empréstimos consignados em folha extinguem quando o consignante falece.

Segundo o planejador financeiro Leonardo Gomes, no caso de financiamentos imobiliários, o seguro obrigatório de Morte ou Invalidez Permanente (MII) cobre o débito e costuma livrar os herdeiros da dívida.

A família pode solicitar, ainda, no processo de herança o cálculo da dívida deixada, informa o planejador financeiro. "As pessoas geralmente são pegadas de surpresa. Por isso que a gente vê inventários se arrastando por anos. Mesmo em casos de alto patrimônio, é importante fazer a sucessão patrimonial", diz Gomes.

Transmissão sem dor de cabeça

Saiba o que levar em conta na hora da sucessão de dívidas

Dívidas herdadas	Cartão de crédito, cheque especial, crédito pessoal e até mesmo empréstimos realizados com amigos ou parentes são dívidas que compõem a herança deixada por quem falece
Dívidas não herdadas	Não estão na lista de débitos herdados o crédito consignado e o financiamento imobiliário, esse coberto com seguro obrigatório de Morte ou Invalidez Permanente
Dívidas fiscais e previdenciárias	Para saber se existem pendências da pessoa falecida com a Receita Federal ou débitos previdenciários, os herdeiros devem pedir uma certidão nesses órgãos
Regimes de casamento	Na comunhão universal de bens, tudo é partilhado, inclusive as dívidas deixadas por quem faleceu
	No regime de comunhão parcial, as dívidas adquiridas durante o casamento e em benefício de ambos são herdadas pelo cônjuge sobrevivente
	Na união estável, o modelo é parecido com o de comunhão parcial: a companheira ou o companheiro herda o que foi adquirido durante a união

Fonte: Código Civil brasileiro e especialistas em direito de família

Mais específicas, dívidas fiscais ou previdenciárias do ente falecido podem significar uma dor de cabeça a mais. Se houver débitos pessoais ou da empresa da família com o não pagamento de impostos, a Receita Federal vai cobrar essas dívidas do espólio. Além disso, "muitas vezes, o devedor coloca bens no nome da empresa familiar. Aí, o credor pode pedir que a dívida seja cobrada da pessoa jurídica", frisa Euclides de Oliveira, advogado de direito de família. Para saber se existem pendências fiscais ou previdenciárias, os herdeiros devem pedir uma certidão nesses órgãos.

Quando o assunto é transmissão de herança, é preciso ficar atento também ao regime de casamento estabelecido. "No caso da comunhão universal de bens, o cônjuge tem metade de tudo o que foi integralizado, o que é chamado de meação, decorrente do regime escolhido", diz Ferriani. Para ficar mais claro, meação é a parte que cabe a cada cônjuge sobre os bens que integram o patrimônio do casal. Segundo Euclides de Oliveira, advogado de direito de família e ex-magistrado, nesse regime, tudo é partilhado, tanto ativos (bens) quanto passivos (dívidas).

"No regime de comunhão parcial, os bens [que incluem dívidas] adquiridos onerosamente são herdados pelo cônjuge sobrevivente", complementa Ferriani. Por exemplo, se a pessoa falecida tiver uma dívida anterior ao casamento, o débito não é repassado para o cônjuge, diferentemente do que aconteceu em benefício de ambos, durante o tempo da união. Mas há exceções, caso da dívida contraída anteriormente ao casamento, como um empréstimo para custear despesas da festa. O Código Civil estabelece que não são sucessórias "as dívidas anteriores ao casamento, salvo se provierem de despesas com seus aprestos [preparativos], ou reverterem em proveito comum".

Vale lembrar que, no caso das uniões estáveis, regime diferente do casamento civil, a companheira ou o companheiro herdarão os bens que forem comprados durante o tempo da união. "É muito parecido com a comunhão parcial", destaca Ferriani. No caso das obrigações, o membro restante do casal herda metade das dívidas feitas ao longo da vida em conjunto.

Fonte: Jornal VALOR - 21.01.2014
Por Danylo Martins



Aniversariantes

Maio

1	Jadir Fernandes A. de Oliveira Janaina Lúcia C. Branco de Lara José Marques de Goes Leda de Mendonça U. do Amaral	6	Ivonne da Aparecida R. Silva Sani Gutman	14	Elcio Gomes de Azevedo Giovanni Romano Maria Roseline Wogel Bilheri	21	Lucia Gomes Becker Leite
2	Antonio Santos da Silva Enio Alvarenga Gilberto de Castro G. Redondo Hemangarda Machado de Lima Irenil Matos de Oliveira Jurua de Freitas Lima	7	Lucia Maria Tourinho de Arruda Paulo Sergio Chaves Sandra Augusta Castro Lerner Valdir Pereira	15	Angela Maria R. T. Lobo Mazza Rita de Cassia Lira O. de Aguiar Sonia Fernandes Lourenco	22	Carmem Lúcia Pitombo Santos
3	Agenor de Jesus Lopes Amaury Martins Eduardo Luiz Pereira Baptista Elizabeth Moraes de S. Rocha Luci Armada Correia Dias Sebastião Altivo Neto	8	Martha Maria dos S. Oliveira	16	Francisco de Souza Dantas	23	Julio Cesar Gonçalves Trindade Mary Santos Uchoa Nelson de Almeida Soares
4	Apparicio Alves do Amaral F. Gevanirde da Aparecida Guerra Luiz Fleury Wanderley Soares Maria da Conceição de O Pinto	9	Miriam Ferreira dos Santos Ydilda da Silva Tavares Oliveira	17	Anselmo Noroes Gino Gerson Ferreira Pires Helenice Sampaio D. Siqueira João Alves Matias Yolanda Soares dos Santos Prado	25	Urbano Frederico Pinto
5	Luiz Augusto Lattari Barretto	10	Antonio de Souza Sonia Maria Toledo Martins Wallace Gomes Morgado Wilson Santa Cruz de Oliveira	18	Marilene de Macedo Silva Ocilon Fernandes Sampaio Wilson de Souza	27	Jorge Teixeira de Oliveira Mauro de Carvalho Velloso Tânia Mello da Silva
6	Eduardo Gomes Santos Helena Gonzalez Matos	11	Maria Luiza Monteiro T. Bastos	19	Geraldo Bezerra de Figueiredo José Carlos Ventura Laura Caldas de F. D. C. e Silva Luiz Carlos de A. e Albuquerque Mauro da Silva Rocha Mauro Pinheiro de A. Souza Nilda Goularte Reneval Ferreira	28	Edvaldo Germano Pereira Lopes Mauro Cesar da Rocha Sandra Rosemar da C. Silva
		12	Paulo Roberto de Araujo			29	Guilherme Zarur Maria Luiza Monteiro Affonso Vera Lucia Martins Siqueira
		13	Denilda Martins da Silva Leal Nizete Ferreira Diniz Viola Evelyn Korten Barreto			30	Milton de Araujo
		14	Angela Maria Magalhães Perrini			31	Nancy Ferreira Mata

Junho

1	Augusto Dantas Leila Maria de Souza C. da Silva Manoel Francisco de Sales Maria Lucia dos Santos Araújo	9	Alberto Alves Cohen Diamantino Gomes A. Teixeira Haroldo Ferreira Leite Wellington Ferreira F. Coutinho	16	Julio Antonio Favilla Nunes Marlene Maria Beloti	24	João Carlos da Paz B. Ferraz Roberval Rubens Mendes Junior
2	Marcus Cunha Rodrigues	10	Alvaro Pintos Fonseca Neto Andre Louis Vandemeulebroucke Delmar Del'angelo Elyethe Regina Gentile Marinho Marco Antonio Pachá Yunes Marlene Ribeiro Galvao Regina Conceição Tovar	17	Carlos Olyntho Cabral da Silva Laura Tavares de V. Brandao Marly Rodrigues de Lira	25	Ademario dos Santos Dileyne Barbosa de Souza Francisco Luciano de S. Ramos Iracema Sodre Lima Norah Terezinha de F. B. Aurel
3	Manoel Calheiros G. de Barros Marlene de Abreu Paredes	11	Pedro Medrada Wagner	18	Aloysio Marques Pereira Eva Maria Alves Correa Luciano Benjamin Tourinho	26	Cleusa Paranhos da Cruz
4	Denise Ramagem Badaro Hamilton Gondim Fabricio Ronaldo Bello Victor Tavares da Silva	12	Antonio Francisco de Pontes Erasmus Alves de Santana Nelson Malizia Alves	19	Angela Maria M. de Oliveira Lidia Pinheiro dos Santos Maria Regina Oliveira Diniz Sergio Roberto F. de Mello	27	Edeltrudes Medeiros Guimarães Rogério Vaz de Almeida
5	Reginete Anselmo Matheus	13	Antônia Dias Cabral Antonio Moreira Francisco Carlos Alberto Mendes Bezerra Maria de Lourdes X. de Araujo	20	João de Deus C. de A. Junior Renato Barreto de Souza	28	Luiz Antonio de Paula Mariem Slaib Marinela Morandini Bianchi
6	Paulo Coimbra Sauwen Yone Silva Alves	14	Fernando C. C. de Albuquerque Luis Carlos Gomes da Silva Merineu Teixeira Duarte Miriam Rolim dos S. da Silva	21	Alberto Rodrigues de Melo José Carlos Queiroz Oliveira Rejane de Carvalho Verçoza	29	Almir Jose dos Santos Altamir Ferreira Lima José Americano da Costa Paulo Roberto Ribeiro Pinto Ronald Ribeiro Campos
7	Jorge Ferreira Roberto Klotz Tristao Sylvio Scarso Barcellos	15	Fernando Antonio Lopes	22	Fernando da Silva Lopes Goncalo Loureiro das Neves Vicente Rodrigues Gomes Zilda Ferreira da Costa Noronha	30	Eagle Rodrigues Vianna Elson de Almeida Carvalho Francisco Antonio R. Assunção João Carlos Kruschewsky Rhem Paulo Cesar dos Santos Mattos Paulo Roberto Eyer
8	Edegard Gomes Junior Jorge Carvalho Mario Moura Miranda Philon de Souza Carneiro Sergio Mendes de A. Tinoco			23	Emma Benatti Jorge José Spinelli Filho Moris Alkabes		

Cuidados com a Saúde

Cuidar da pele é colocar a saúde em dia. O câncer de pele é o tipo mais comum de câncer no Brasil. Um dos tipos é o melanoma, e sua detecção precoce é ainda um desafio na dermatologia. Para o público em geral, uma simples regra conhecida como ABCD serve como uma útil ferramenta para destacar as pintas que precisam ser examinadas por um especialista. Para aqueles que ainda não a conhecem, segue a regra do ABCD. A letra A significa assimetria, ou seja, as lesões que deverão ser examinadas, são aquelas assimétricas, que divididas ao meio apresentam partes desiguais. A letra B significa bordas, quando houver na lesão bordas irregulares, está deverá ser avaliada. A letra C significa cor ou coloração, quando houver diferentes cores, como castanho, preto ou azulado,

vermelho ou branco dentro da mesma lesão, é um sinal de alerta. A letra D, significa diâmetro, lesões cujo maior diâmetro apresenta 6mm ou mais, devem ser analisadas por um especialista. Um estudo recente demonstrou que lesões pigmentadas suspeitas maiores que 6mm em homens maduros, apresentam grande risco de serem câncer de pele (JAAD, 2015, 72(3):412-418). É importante a avaliação periódica com especialista, para realização de dermatoscopia e/ou mapeamento corporal total de lesões suspeitas, para um diagnóstico do câncer de pele.

*Dr^a Maria Paula Tinoco
médica dermatologista,
credenciada do Eletros Saúde
Telefones : 35475563/35475564*

Convênios com a Apel



DANÇA DE SALÃO

Continua em vigor o convênio com a Academia de Dança Stelinha Cardoso - Av. Mal Floriano, 42 - sobrado - Centro - Tel.: 2223-4066.

A dança estimula as funções psicomotoras, desenvolve a expressividade corporal, melhora o equilíbrio e tudo o mais.

Não dançar faz mal à saúde.

A APEL garante 50% da mensalidade.



SESI

Convênio APEL e Sesi-RJ - Saúde - Cultura - Lazer.

Desconto de 10% nas consultas médicas, nos serviços odontológicos e na área educacional.

Visite uma das unidades do Estado do Rio de Janeiro e veja outras atividades interessantes. Para isso, basta comprovar seu vínculo com a APEL.

Atualize seu Endereço!

Mantenha os dados pessoais atualizados, principalmente seu endereço. Lique para (21)2263-2707 ou envie um e-mail para cadastro@apelonline.com.

Telefones Eletros

(21) 2138-6000

Tecle **1** → Eletros-Saúde Tecle **2** → Eletros

Plantão Assistencial - FABES
(21) 99464-7255 / (21) 99931-3668
(linha adicional)

UTI VIDA **Ouvidoria**
0800-0253-130 ouvidoria@eletros.com.br

Lembranças

Álvaro Marinho Martinez
(08/01/2015)
Amaury Geraldo
(16/01/2015)
Amelia de Oliveira Franca
(02/03/2015)
Eneu Aguiar Brentano
(01/11/2014)
Ernani Carneiro Campello
(10/01/2015)
José Alcindo Lustosa Maranhao
(26/01/2015)
Justiniano Ferreira Gomes
(06/04/2015)
Lizete Pinto Barbosa
(30/01/2015)
Lygia de Freitas Pinto
(16/01/2015)
Nice Oliveira Egypto
(26/12/2014)
Oswaldo Sergio de Oliveira Rosa
(17/02/2015)
Patrocina Pereira Duarte
(26/03/2015)
Roberto Seabra Benevides
(15/03/2015)



Associação dos Aposentados Participantes da Eletros - APEL

Avenida Presidente Vargas, 962 C 06 - Centro Rio de Janeiro RJ 20071-002 Telefone (21) 2263-2707

<http://www.apelonline.com>