



SIASNOTÍCIAS

Ano 15 - Edição 56
Outubro a Dezembro de 2019

Alteração de Contribuição Básica do PrevSIAS

 *Página 3*

Hábitos que ajudam a manter a saúde mental no trabalho

 *Página 8*

Alteração do Estatuto Social da SIAS

 *Página 4*

FALE SIAS

Dê preferência à solicitação pelo
Portal da SIAS
sias.org.br/site/contato

www.sias.org.br
facebook.com/SIASBrasil



A SIAS encerra o ano que marcou a comemoração de seus 40 anos de existência, com bons resultados nas carteiras de investimentos dos planos que administra.

Os planos administrados pela SIAS acumularam em 2019, rentabilidade global de 13,58%, superior à meta atuarial dos planos de benefícios, equivalente a 10,25% (INPC + 5,5%).

Saiba mais sobre os investimentos da SIAS, as aprovações do Conselho Deliberativo, a alteração do Estatuto Social da SIAS e outras informações importantes nessa edição da SIAS Notícias.

Confira também dicas de como manter a saúde mental no ambiente de trabalho.

Boa Leitura!

ÍNDICE ★

Página 3	Curtinhas
Página 4	Alteração do Estatuto Social da SIAS
Página 5	Aprovações do Conselho Deliberativo
Página 6	SIAS em Números
Página 8	Hábitos que ajudam a manter a saúde mental no trabalho



Baixe a versão do SIAS Notícias para celular

Instale um leitor de QR Code e aponte a câmera do seu celular para acionar a captura do código. O aplicativo fará automaticamente o download da versão móvel da revista.

CONSELHO DELIBERATIVO

Titulares:

Carlos Cesar Bittencourt Sobral (Presidente)
Maria Antônia Esteves da Silva
Millane Chaves da Silva
Maria Aparecida de Almeida Valadares
Maria do Socorro Pacheco de Pinho
Nadir Alves Barbosa Ribeiro

Suplentes:

Edson Roberto Vieira
Rúbia Francisca Silva Lenza
Idília Marques Pereira
Josimara Martins Dias Nonato
Vilma da Rocha Quintanilha
Nereu Ribeiro Soares Júnior

CONSELHO FISCAL

Titulares:

Lauro Pimentel Junior (Presidente)
Paula Dias Azevedo
Francisco José Moreira Lopes
Jorge Pinto Gomes

Suplentes:

Maria Izabel Bellotti Pereira
Max Athayde Fraga
Rony Helder Nogueira Cordeiro
Maria Izabel Bellotti Pereira
Carlos Alberto Corrêa e Castro Junior

DIRETORIA EXECUTIVA

Diretor-Presidente:

Carlos Alberto Pereira

Diretor Administrativo e Financeiro:

Luiz Augusto Britto de Macedo

GRUPO BLEND COMUNICAÇÃO

www.grupoblend.com.br

Direção de Criação:

Bruno Barbosa

Direção de Arte:

Bruno Barbosa

Finalização e Revisão:

Guilherme Renha

Jornalista Responsável:

Fernando Marchezi

Alteração de contribuição básica do PrevSias

Conforme estabelecido no Regulamento do Plano de Aposentadoria – PrevSIAS, informamos que a unidade previdenciária (UP), no mês de janeiro/2020, será reajustada em 3,37% de acordo com o INPC (Índice Nacional de Preços ao Consumidor) acumulado no período de dezembro/2018 a novembro/2019, passando a cota mínima para R\$ 77,52 (setenta e sete reais e cinquenta e dois centavos).

Facebook SIAS

Na Fan Page da SIAS no Facebook você encontra novidades da SIAS e ainda pode tirar dúvidas! Não deixe de conferir: www.facebook.com/SIASBrasil.

Espaço do Participante

Os participantes e assistidos da SIAS têm a sua disposição o Espaço do Participante (e-Participante). Nele é possível efetuar atualização de dados cadastrais, retirar segunda via do boleto, extrato de contribuições, Informe de Contribuições entre outras informações. Para acessá-lo no site da SIAS, clique na opção “entrar”. No primeiro acesso, clique em “cadastre-se”, informe CPF, data de nascimento, o código de verificação enviado pela SIAS por e-mail e crie sua senha. O login será o nº do seu CPF.

Atualização Cadastral

É muito importante que os participantes e assistidos mantenham seus dados cadastrais atualizados na SIAS. Os dados desatualizados podem gerar inconvenientes, como o não recebimento de documentos e comunicados importantes, boletos e cartas de cobrança, notificações de cancelamento por inadimplência, entre outros. Acesse o e-Participante (www.sias.net.br) e faça você mesmo a atualização dos seus dados. Evite transtornos! É fácil e rápido!



Ouvidoria SIAS

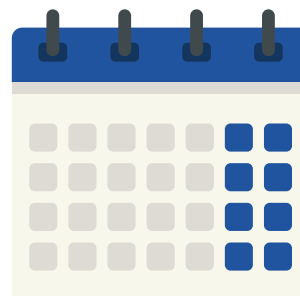
A Ouvidoria é um canal de comunicação que tem por objetivo realizar a análise das manifestações de participantes, assistidos e terceiros de forma

imparcial. Essas manifestações podem ser de 4 espécies: denúncia, elogio, sugestão ou reclamação. A Ouvidoria é uma segunda instância para assuntos que não foram resolvidos ou não foram tratados adequadamente pela Central de Atendimento da SIAS. Assim, a análise do tema da reclamação pela Ouvidoria depende do prévio encaminhamento de solicitação à Central de Atendimento da SIAS que não seja respondida no prazo de 30 dias ou que indefira a solicitação. As demais demandas (denúncia, elogio, sugestão) não dependem de encaminhamento prévio à Central de Atendimento da SIAS. Todas as manifestações recebidas são tratadas com independência e imparcialidade, e acompanhadas de perto até a sua efetiva conclusão.

Lembre-se: no caso de “reclamação”, antes de entrar em contato com a Ouvidoria, é necessário ter primeiramente buscado solução junto à Central de Atendimento preferencialmente pelos seguintes canais:

Site: www.sias.org.br/site/contato/

E-mail: atendimento@sias.org.br



Pagamento de Benefícios

Confira abaixo as datas previstas para o pagamento dos benefícios previdenciários concedidos pela SIAS para os próximos meses de 2019:

OUTUBRO	DIA 21 - SEGUNDA-FEIRA
NOVEMBRO	DIA 21 - QUINTA-FEIRA
DEZEMBRO	DIA 20 - SEXTA-FEIRA
ABONO ANUAL	DIA 20 - SEXTA-FEIRA



ALTERAÇÃO DO ESTATUTO SOCIAL DA SIAS

Em cumprimento ao disposto no art. 5º, § 4º, da Resolução CGPC nº 08, de 19 de fevereiro de 2004, o Conselho Deliberativo da SIAS, durante a reunião ordinária do colegiado, ocorrida em 5 de novembro de 2019, aprovou as propostas de alteração do Estatuto Social da entidade.

Ainda em cumprimento à referida norma, submetemos aos participantes e assistidos a síntese e o inteiro teor das referidas alterações, as quais estão disponíveis para consulta no site da SIAS (www.sias.org.br/home/institucional/), item “Estatuto”, a serem, após 30 dias da mencionada divulgação, submetidas à apreciação da Superintendência Nacional de Previdência Complementar – Previc, órgão governamental competente para fiscalização e supervisão das atividades das entidades fechadas de previdência complementar.



APROVAÇÕES DO CONSELHO DELIBERATIVO

Em reunião extraordinária realizada no dia 05/12/2019, o Conselho Deliberativo da SIAS, dentre outras matérias, aprovou as propostas da Diretoria Executiva de Políticas de Investimento para o período 2020-2024 dos recursos garantidores dos Planos de Benefícios Previdenciários CLT, RJU, PrevSIAS e do Plano de Gestão Administrativa, em conformidade com o disposto no artigo 20, III, do Estatuto da SIAS. Em reunião ordinária de 05/11/2019, foram aprovados, dentre outros: a) os Estudos Técnicos relativos aos Testes de Convergência da Taxa de Juros dos Planos CLT e RJU, elaborados pela Atest Consultoria Atuarial, e com base no parecer emitido pelo Conselho Fiscal, em conformidade com o disposto na Resolução CNPC nº 30/2018; b) Orçamento-Programa para o exercício de 2020, em conformidade com o disposto no artigo 20, VIII, do Estatuto da SIAS.

Os participantes e assistidos podem consultar a íntegra das políticas de investimento no portal da SIAS (www.sias.org.br/home/investimentos/) e, se desejarem, solicitar pelo portal na aba "Contato" o envio em meio impresso das mesmas.

81,401	507,332	499,1
212,531	212,688	206,3
39,282	37,671	35,
229,588	256,973	256,
5,236	2,722	
234,824		
87,541		9
\$ 97,961	\$ 147,283	\$ 162,564
\$ 2.04	\$ 3.06	\$ 3.39
\$ 2.03	\$ 3.06	\$ 3.38
\$ 1.75	\$ 1.94	\$ 3.66

SIAS em números - Janeiro a Dezembro de 2019

A carteira de investimentos dos recursos dos planos administrados pela SIAS acumulou em 2019, rentabilidade global de 13,58%, superior à meta atuarial dos planos de benefícios, equivalente a 10,25% (INPC + 5,5%).

O resultado global reflete a alocação de uma carteira concentrada em títulos de Renda Fixa classificados contabilmente como “mantidos até o vencimento” (curva do papel), com taxa média superior à da meta atuarial dos planos de benefícios, e aproximadamente 21,07% dos recursos alocados em fundos de investimentos dos segmentos “Renda Variável” e “Multimercados Estruturados”.

A carteira de investimentos dos recursos administrados pela SIAS encerrou o quarto trimestre de 2019 acumulando o montante aproximado de R\$ 140,49 milhões, assim distribuídos entre os segmentos de aplicação, aproximadamente: Renda Fixa – R\$ 109,41 milhões; Renda Variável – R\$ 15,26 milhões; Investimentos Estruturados – R\$ 13,99 milhões; Empréstimos – R\$ 136,47 mil; Imóveis – R\$ 55,6 mil; Outros (IR a Recuperar) – R\$ 1,55 milhões; Disponíveis – R\$ 68,96 mil.

A carteira de Renda Fixa, representando 78,79% do total dos investimentos, é composta por Títulos Públicos Federais indexados à inflação (IPCA), Letras Financeiras emitidas por instituições financeiras de grande porte que possuem baixo risco de crédito (Itaú e Bradesco) e por Cotas de Fundos de Investimentos

de Condomínio Aberto, obtendo uma rentabilidade acumulada de 9,91% no ano. Na Renda Variável, representando 10,99% do total dos investimentos no final de dezembro de 2019, a carteira, com objetivo de retornos consideráveis em longo prazo, é composta por Cotas de Fundos de Investimentos em Ações, nas categorias, “Valor”, “Índice Ativo”, “Ações Indexado” e “Ações Livre”, obtendo uma rentabilidade acumulada de 42,46% no período, contra um Ibovespa no mesmo período de 31,58%. Destaca-se que a melhora no cenário doméstico com a conclusão da Reforma da Previdência e sinais de que EUA e China caminham para um acordo comercial favorável a ambas as partes, foram os principais vetores para o retorno do segmento de Renda Variável, mais sensível e volátil do que os demais segmentos.

A carteira de Investimentos Estruturados representa 10,08% da totalidade dos investimentos, e é composta por Cotas em Fundo de Investimentos de Condomínio Aberto, obtendo rentabilidade acumulada de 8,99% no ano. A carteira de Empréstimos a Participantes e Assistidos acumulou uma rentabilidade de -13,55% no ano, e representa 0,10% do total dos investimentos contemplando somente o saldo das parcelas a receber de seus mutuários deduzidos das provisões (inadimplência), uma vez que as concessões estão suspensas desde 2009. A carteira de imóveis possui apenas o registro contábil de direitos a receber de alienações anteriores.



BALANCETE

Posição em Dez/2019



BALANCETE SINTÉTICO CONSOLIDADO (R\$ MIL)					
ATIVO	CLT	RJU	PREVSIAS	PGA	CONSOLIDADO
CNPB	19.790.011-38	19.910.012-74	20.130.011-18	99.700.000-00	
Disponível	22	37	2	9	69
Realizável	49.957	88.782	4.717	21.923	145.426
Gestão Previdencial	17	790	-	-	808
Gestão Administrativa	6.107	13.670	176	4.195	4.195
Investimentos	43.832	74.322	4.541	17.728	140.423
Permanente	-	-	-	2.565	2.565
TOTAL ATIVO	49.978	88.819	4.719	24.498	148.061
PASSIVO	CLT	RJU	PREVSIAS	PGA	CONSOLIDADO
Exigível Operacional	540	6.655	12	337	7.545
Exigível Contingencial	-	-	-	4.207	4.207
Patrimônio Social	49.438	82.164	4.707	19.953	136.309
Patrimônio de Cobertura do Plano	43.086	33.556	4.531	-	81.172
Exigível Atuarial	42.781	34.349	4.531	-	81.660
Equilíbrio Técnico	305	(793)	-	-	(488)
Reservas e Fundos	6.352	48.608	176	19.953	55.136
Fundos Previdenciais	245	34.938	-	-	35.183
Fundos Administrativos	6.107	13.670	176	19.953	19.953
TOTAL PASSIVO	49.978	88.819	4.719	24.498	148.061

BENEFÍCIOS PAGOS



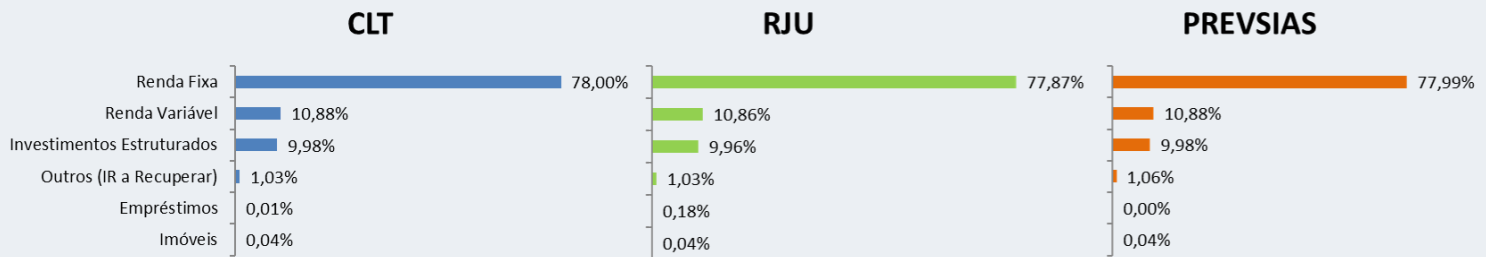
PLANO CLT	Acumulado 2018	Acumulado 2019
APOSENT. POR INVALIDEZ	66.521,90	67.457,96
APOSENT. POR VELHICE	145.117,55	116.486,47
APOSENT. POR TEMPO DE SERVIÇO	1.846.634,66	1.841.209,19
PENSAO	4.357.953,93	4.121.908,70
PENSAO (SALDADA)		
PECULIO POR MORTE	311.436,62	300.211,46
APOSENT. POR VELHICE (SALDADA)	32.174,39	13.542,65
RESGATE	-	39.445,69
TOTAL DE BENEFÍCIOS PAGOS	6.759.839,05	6.500.262,12

PLANO RJU	Acumulado 2018	Acumulado 2019
APOSENT. POR INVALIDEZ	3.368.176,86	3.282.222,00
PENSAO	368.837,84	361.203,31
PECULIO POR MORTE - PLENO	10.924.871,63	11.055.231,19
PECULIO POR MORTE - REDUZIDO		
TOTAL DE BENEFÍCIOS PAGOS	14.661.886,33	14.698.656,50

PLANO PREVSIAS	Acumulado 2018	Acumulado 2019
PECULIO POR MORTE	31.640,22	33.193,00
RESGATE	212.330,42	304.898,00
TOTAL DE BENEFÍCIOS PAGOS	243.970,64	338.091,00

EXPOSIÇÃO DAS APLICAÇÕES

Posição em Dez/2019



PARTICIPANTES

Posição em Dez/2019

Plano CLT - 488

ATIVOS - 12
ASSISTIDOS - 93
BENEFICIÁRIOS - 383

Plano RJU - 6.391

ATIVOS - 6.147
ASSISTIDOS - 194
BENEFICIÁRIOS - 50

Plano PREVSIAS - 1.104

ATIVOS - 1.104
ASSISTIDOS - 0
BENEFICIÁRIOS - 0



CENTRAL DE RELACIONAMENTO

Posição em Dez/2019

ATENDIMENTOS POR TELEFONE: 1.708

ATENDIMENTOS POR E-MAIL: 3.282

ATENDIMENTOS PRESENCIAIS: 1.120

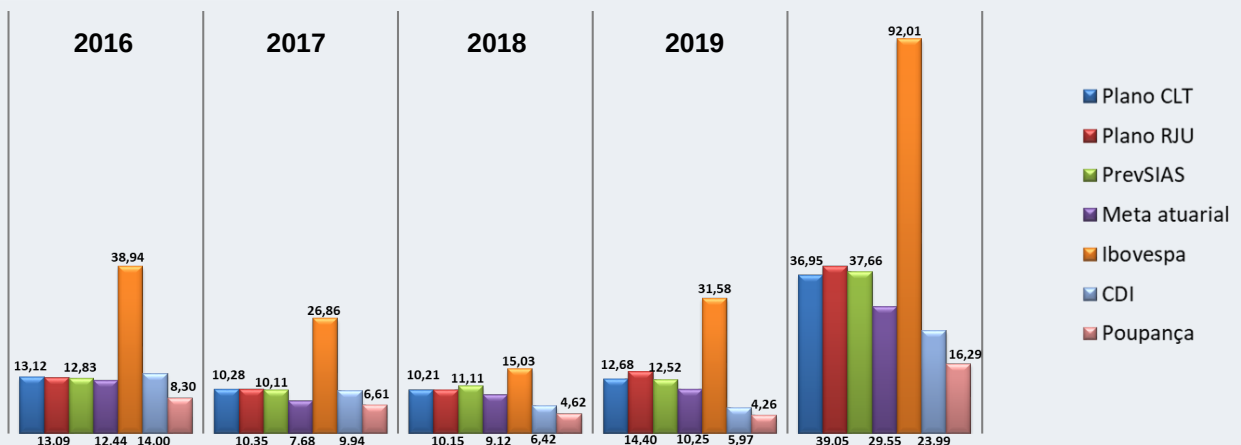
OUTROS: 1.290

TOTAL: 7.400

EVOLUÇÃO DA RENTABILIDADE (EM %)

Acum.

Últimos 3 anos



HÁBITOS QUE AJUDAM A MANTER A SAÚDE MENTAL NO TRABALHO



Estresse, depressão, ansiedade, burnout: você, provavelmente, já ouviu falar de alguma dessas doenças. Questões ligadas à saúde mental atingem pessoas de todos os gêneros, raças e classes sociais.

Segundo levantamento da Previdência Social, os transtornos mentais são a terceira principal causa de afastamento de trabalhadores por doença.

Em pesquisa realizada pelo International Stress Management Association do Brasil (ISMA-BR), em 2018, 72% dos trabalhadores entrevistados diziam estar frequentemente estressados. Entre esses, 32% tem a Síndrome de Burnout.

Esgotamento total: o que é a Síndrome de Burnout?

Ao contrário das demais síndromes, a de Burnout é exclusivamente ligada ao trabalho. O crescimento no número de casos levou a Organização Mundial da Saúde (OMS) a incluir, em 2019, a síndrome na Classificação Internacional de Doenças (CID).

Segundo essa classificação, “Burnout é uma síndrome resultante do estresse crônico no local de trabalho que não foi gerenciado com sucesso”. Os sintomas dessa síndrome são: sentimentos de exaustão ou esgotamento de energia; aumento do distanciamento mental do próprio trabalho ou sentimentos de negativismo ou cinismo relacionados ao próprio trabalho; e redução da eficácia profissional.

Não reconhecer o problema só piora a situação:

segundo o estudo da ISMA-BR, 90% das pessoas com Burnout alegam seguir trabalhando por medo de demissão

Como criar um ambiente de trabalho realmente mais “zen”

Para o autor do livro “Morrendo por um salário”, o professor da Universidade de Stanford, Jeffrey Pfeffer, as medidas paliativas, como salinha da soneta ou exercício de relaxamento, não bastam. Em entrevista à revista Exame em 2019, ele foi enfático ao dizer que o estresse precisa ser prevenido e não tratado: “alguma coisa tem de ser feita, porque a depressão, a ansiedade e as taxas de suicídio estão crescendo. Cedo ou tarde, isso só vai tornar a situação impossível para os países”.

- Algumas posturas organizacionais ajudam a criar um ambiente mais saudável e também mais produtivo;
- Combater pressões desnecessárias, situações de assédio e humilhação;
- Incentivar a colaboração e socialização no trabalho;
- Respeitar horários de trabalho e descanso. O período de desconexão com o trabalho e com as responsabilidades é essencial para a saúde mental;
- Ter pessoal qualificado para ouvir e ajudar funcionários em situações difíceis – profissionais ou pessoais



Manter a saúde emocional é importante para a sua carreira

PNão adianta cumprir todos os prazos, atender todos os pedidos, se isso significa adoecer logo depois. Além de mudanças vindas de cima, é importante que o trabalhador entenda seu limite – e também o dos colegas. Os cuidados com o bem-estar no trabalho podem começar na sua equipe. Que tal conversar com seu time e tentar colocar essas dicas em prática?

- Liste as tarefas e estabeleça prioridades;
- Delegue mais: não centralize as responsabilidades;
- Conheça seus limites: aprenda a dizer “não” para evitar sobrecarga;
- Não extrapole seus limites por períodos frequentes ou prolongados;
- Se fizer uma jornada mais longa, compense dormindo e comendo bem;

- Exercícios de respiração para se acalmar: inspire pelo nariz dilatando os músculos do abdômen. Expire contraindo os músculos.

Além disso, vale lembrar sempre das dicas de ouro para a carreira e para a vida:

- Cuide da sua alimentação, de forma saudável e nutritiva;
- Pratique exercícios três vezes por semana;
- Diversifique interesses – tenha passatempos;

Consulte seu médico, perante sinais ou sintomas de perturbação emocional.

Fonte: www.unimed.coop.br/viver-bem/saude-em-pauta/habitos-que-ajudam-a-manter-a-saude-mental-no-trabalho