

Pratique viver

A revista que acompanha o seu tempo...

A APSEF

União para fazer valer os direitos dos inativos

Mercado de trabalho

Cerca de 18% da população empregada têm mais de 50 anos de idade

Artigo

Roberto Shiniyashiki fala sobre como desfrutar de forma saudável a fase da aposentadoria

Entrevista

Economista Raul Veloso discute a participação do idoso nas atividades econômicas do Brasil

Editorial

A expectativa de vida do brasileiro vem crescendo ano após ano e hoje já alcança os 72 anos, segundo o IBGE. Vive-se por mais 17 anos, na comparação com a projeção que se tinha na década de 60. E o mundo maravilhoso da ciência promete mais. A partir do avanço da medicina deixa de ser utópico imaginar que muitos, quem sabe a maioria da população, em breve poderá alcançar os 100 anos e, melhor, em condições satisfatórias de saúde e em busca de qualidade de vida. Não basta envelhecer. É preciso viver.

Eis aqui um grande desafio para os governantes e para a própria sociedade civil. Cresce a demanda por um mundo onde todos possam desfrutar a vida de forma agradável, independente de estar ou não no mercado de trabalho, de fazer parte da grande massa em atividade ou de perfilar no time dos que já emprestaram sua energia durante décadas e hoje curtem o retiro merecido.

Há décadas que o País debate a complexa matemática que envolve as contas da previdência social. Invariavelmente, são os aposentados que levam para casa a pecha de vilões do déficit. E muda-se a Constituição, as regras e os conceitos estabelecidos. Tudo para que os reais deixem de ir para a conta-corrente dos mais velhos, embora a realidade indique que cada vez mais a população estará envelhecendo. As contas não poderão considerar somente a frieza dos números por muito tempo. O componente social terá que fazer parte desta equação.

Sim, pois se por um lado busca-se a redução dos ganhos dos aposentados, de outro são os aposentados que passam a buscar uma nova atividade laboral, para complementar a renda doméstica. E cresce, em consequência, a disputa por vagas em um mercado cada vez mais competitivo. É o caso de Antonio da Costa Filho, 58 anos e três de aposentadoria, personagem da matéria da página 12 desta edição inaugural de "Pratique Viver", que nem pensa em parar de trabalhar. Ou de Antenor Ferreira, que poderia até pensar em descanso, mas não pode, pois seu núcleo familiar ainda depende excessivamente de sua contribuição no orçamento da casa.

Certamente, tanto Costa quanto Ferreira, e outros milhões de aposentados brasileiros, querem dias mais tranquilos. Não necessariamente dias ociosos. Talvez o que mais queiram é que as condições de vida para os mais experientes respeitem os anos de dedicação, algumas limitações que o tempo trouxe, a experiência que podem e querem transmitir aos mais jovens.

Terceira idade. Maior idade. Maturidade. O rótulo que ultimamente acompanha essa fase de vida pouco importa. Mais importante é tentar entender e melhorar o presente a partir do olhar daqueles que viram e vivenciaram o passado. Ao lançar "Pratique Viver", a Associação Nacional dos Aposentados e Pensionistas do Serviço Público Federal, a nossa APSEF, quer participar dessa experiência. E quer olhar para aposentados, pensionistas, experientes e maduros não só com o respeito que merecem. Mas, principalmente, com o reconhecimento que esperam.

Boa Leitura!

Cecília Landim

Presidente da APSEF



Pratique viver

Ano 1 • Nº 1 • Junho 2008

Uma publicação da



PRESIDENTE

Maria Cecília S. S. Landim

VICE-PRESIDENTE DE ADMINISTRAÇÃO, FINANÇAS E PATRIMÔNIO

Margarida Maria Gonzaga Pereira

VICE-PRESIDENTE DE ASSUNTOS JURÍDICOS

Maria Alves Figueiredo

VICE-PRESIDENTE DE ASSUNTOS ASSISTENCIAIS

Maria Edurvigem Simas Pereira

VICE-PRESIDENTE DE ASSUNTOS SÓCIO-CULTURAIS

Tania Maria Teixeira

CONSELHO FISCAL

Arthur Oscar Franco de Sá

Maria Benedita Ewerton de Sá

Terezinha da Assunção Gomes Alves

Endereço:

SCN Qd 06 - Ed. Venâncio 3000 - Sala 1103

Brasília/DF

Cep. 70718-900

Telefone: (61)3268 8962

E-mail: apsefap@hotmail.com

Site: www.apsef.org.br

Revista PRATIQUE VIVER

Coordenação e edição: Cecília Resende (DF 03344JP)

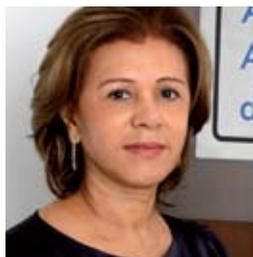
Reportagem: Bruna Lima e Cristiane Bonfanti

Projeto gráfico e diagramação: Pablo Frioli

Impressão: Gráfica Bárbara Bella

4 Artigo: Renato Maia Guimarães

Vida Retilínea



6 Um trabalho contínuo

Unindo esforços para fazer valer os direitos dos inativos



10 Artigo: Roberto Shimishiaky

Aposentadoria saudável

12 Os novos cinquentões

Vigorosos e cheios de experiência eles voltam ao mercado de trabalho

17 História de vida e vida em abundância...

O exemplo de quem aprendeu que o bom da vida é viver



19 Entrevista: Raul Veloso

Participação do idoso na economia brasileira

21 Viajar é preciso

Programa do Governo Federal oferece descontos em hospedagens pelo Brasil



25 Inativos têm de recorer à justiça

Diante dos problemas com o Governo Federal aposentados encontram soluções no legislativo

28 Artigo: Arnaldo Faria de Sá

Estatuto do idoso



30 Reformas sociais

Propostas para adequar leis às demandas da população idosa

33 Aposentadoria dos Servidores Públicos Federais

As últimas reformas na Constituição Brasileira



35 Entrevista: Carlos Lupi

O mercado de trabalho para o idoso no Brasil

37 Notas



Vida Retilínea

Renato Maia Guimarães

Não existem muitas verdades duradouras, mas ninguém questiona que a menor distância entre dois pontos é a linha reta. Quem quer seguir essa retidão entre nascer e morrer?

O rio que tenha seu curso retificado não é mais digno do nome: transforma-se em canal. O verdadeiro e original segue uma linha curva rumo ao mar. Ora à esquerda, ora à direita; um barranco aqui, um monte de areia acolá. Um tronco de árvore caído na beira, como que pedindo que o rio o leve ao mar. Por vezes mudam-lhe o nome: um rio chamado Peixes pode assumir outra identidade: Doce, Claro ou ainda optar por um nome tupi, com o sufixo açu. Raso, profundo, tranquilo ou nervoso; sempre tinoso. Somos todos como o rio: uns mais lentos, outros cheios de correntezas; alguns são ribeirões, mas existem poços estagnados, riachos alegres, rios de água limpa e outros turvos. Cachoeiras precedidas por correntezas, logo abaixo transformadas em calmaria, como se a água cansasse da folia. A linha curva passa

por onde quiser, encontrando sua razão de ser na sua própria liberdade: como as aves no céu, as embarcações no mar, e porque não, todos nós na vida.

A linha reta é limitada pelas suas próprias regras, por seus próprios binários, que a impedem de desviar-se. Sempre que gastamos saúde retificamos um pouco mais nosso rio: os perdulários com sua saúde transformam-se em canais retilíneos. Sendo a reta a menor distância entre dois pontos, apressam sua passagem pela vida.

Mas o que torna o curso de vida retilíneo? A falta de investimento na qualidade de vida, o desperdício na inatividade física, no fumo, o excesso de álcool e a vida cheia de riscos. Também o prato sempre cheio, a preguiça desmedida, as opções equivocadas e até mesmo a falta de sorte. A jovem princesa inglesa, a Sissi do século XX, morreu pela má sorte de estar sendo conduzida, à frente, por um motorista alcoolizado, tendo atrás de si fotógrafos enlouquecidos. O destino, se destino houver, quebrou o carro de

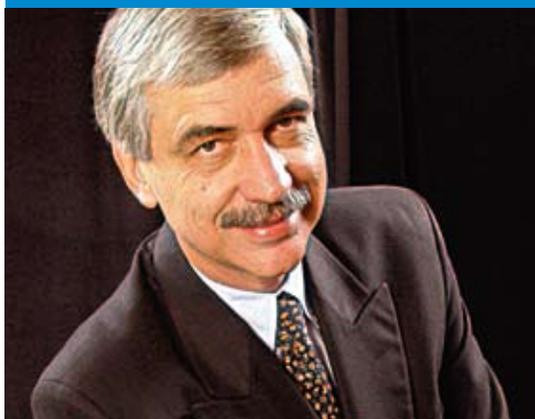
Ayrton e o jogou com desdém no muro! A falta de sorte, e quem sabe o destino, podem fazer com que a vida se esvaia rapidamente. Contudo, os fatores que mais contribuem para a ganância da saúde, não devem ser tributados ao azar ou apenas aos atos, mas principalmente aos atores. É o comportamento que deve ser questionado.

A história da mortalidade no parto é ilustrativa. Gilberto Freire, em seu monumental “Casa Grande e Senzala”, considera como um dos motivos pelos os quais os senhores portugueses aprenderam o caminho das redes das índias e da senzala das negras, a escassez de mulheres nos primórdios da colonização no Brasil. As senhoritas e damas não se sentiam motivadas à abandonar a vida de Lisboa, o Porto, ou Coimbra para viver na terra quente e úmida, suja e pouco hospitaleira. Também é verdade que muitas das que vieram morreram ainda adolescentes, no primeiro parto. Não era uma característica da colônia, mas uma rotina no mundo: a febre puerperal não respeitava beleza, idade ou status. No decorrer do século XIX a mortalidade de mulheres e seus filhos continuava vergonhosa, mesmo em Viena, centro de desenvolvimento e cultura. A mortalidade por febre puerperal era estimada em 20% dos partos, ou seja, uma em cada cinco mulheres não saía viva da maternidade. Curiosamente, morriam mais nas enfermarias onde os partos eram realizados por médicos, do que naquelas onde parteiras e estudantes atuavam. Esta constatação, entre outras, levou Ignác Semmelweiss (1818-1865), médico húngaro que trabalhava em Viena, a propor que a diferença devia-se aos médicos envolvidos com autópsias de mortos por doenças infecciosas, que, sem lavar as mãos, realizavam partos de mulheres até então saudáveis. As mãos sujas eram o veículo da febre. Como era húngaro e passou a criticar médicos austríacos, chegou a ser desdenhado. A contundência de suas opiniões obrigaram-no a retornar a Budapeste. Tornou-se um homem irado. Escrevia cartas aos antigos colegas de Viena, seus detrato-

res, acusando-os de massacre e homicídio. Comenta-se, como prova da loucura que contribuiu para sua morte, que corria pelas ruas de Budapeste gritado: “lavem as mãos, lavem as mãos”.

Este é apenas um exemplo de como a origem das doenças foi escancarada. O que era atribuído à artimanhas do destino, passou a ser notícia de jornal, assunto de revista popular e comentários em programas de televisão. É quase impossível ao homem urbano da atualidade desconhecer a lista principal do que “faz bem” e o que “faz mal”. O fumo resistiu durante anos, mas já foi desmascarado. O álcool, o sedentarismo, o comportamento de risco, são facilmente reconhecidos como coisas do “demo, ranheta ou dito cujo”.

Se o mal é conhecido, por que dele não se livrar e assim manter as curvas do rio? A persistência dos comportamentos promotores de doença ajuda a retificar e a transformar o rio num canal retilíneo, diminuindo a distância até o fim. Não apressa a chegada a um porto seguro; conduz, com ligeireza, à uma tempestade, com ondas traiçoeiras e vento perverso.



Renato Maia Guimarães,
Mestre em Ciências da Saúde
Presidente da International
Association of Gerontology and Geriatrics
Chefe do Centro de Medicina do Idoso -
Hospital Universitário de Brasília

Um trabalho contínuo



*Cecília Landim,
Presidente da
APSEF*

A APSEF nasceu da necessidade de se unir esforços para fazer valer os direitos dos inativos, que dedicaram boa parte de suas vidas a serviço do Estado brasileiro

O ano de 1997 foi marcado por turbulências políticas e econômicas. A crise financeira global ameaçava a estabilidade brasileira. As Bolsas de Valores do mundo inteiro desabavam e o Brasil foi campeão em perdas. O susto foi tão grande que o governo resolveu reagir em várias direções, depois de dobrar

os juros. Anunciou reformas constitucionais da Previdência, administrativa e tributária. A ordem era “cortar gastos”.

Considerada de fundamental importância para sanear as contas públicas, a reforma previdenciária baseava-se em dois pontos: unificar as regras das aposentadorias dos

funcionários públicos e privados e determinar que os benefícios de cada aposentado fossem custeados pelas contribuições feitas durante o tempo de serviço. Até então, quem estava trabalhando pagava os proventos de quem estava aposentado. Além disso, discutia-se acabar com a paridade entre ativos e aposentados, e criar uma contribuição para os inativos, entre outros.

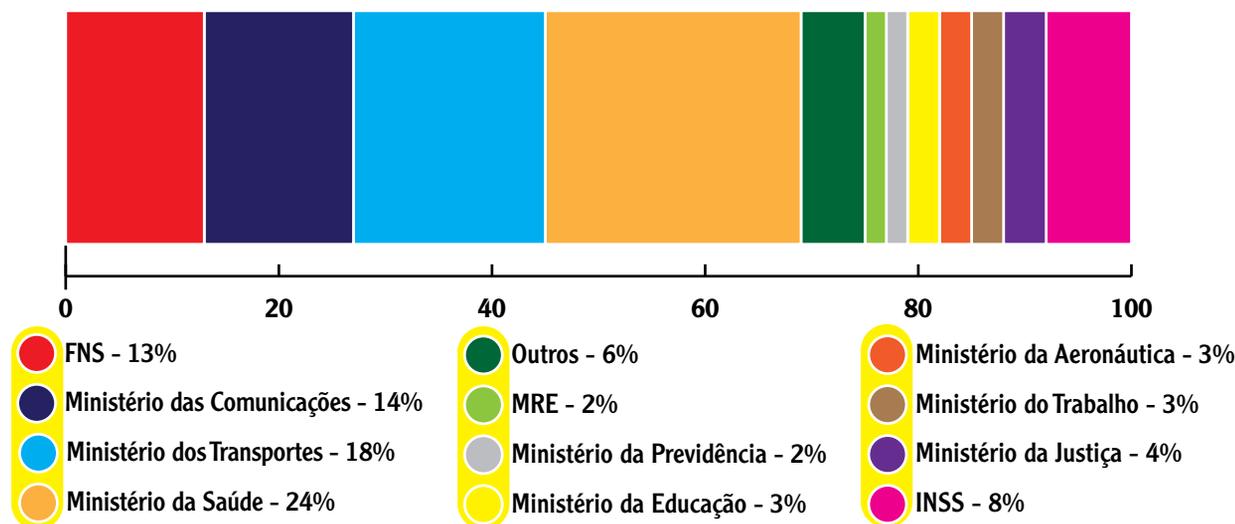
Estava aceso o sinal amarelo. Diante desta realidade, um grupo de aposentados reuniu-se em Brasília com sede de lutar pelos seus direitos conquistados. Nasceu então a Associação Nacional dos Aposentados e Pensionistas do Serviço Público Federal, no dia 19 de junho de 1997, uma quinta-feira, na sala 1.032 da Torre “A” do Centro Empresarial Encol, fruto daquela que seria a sua primeira Assembléia Geral. Surgia uma entidade de âmbito nacional com a missão de, mais que congregar aposentados e pensionistas, haveria de defender seus interesses, e, sobretudo, recolocar o servidor inativo no lugar de respeito e de tratamento digno que ele merece, pois fez por merecer.



Membros da Diretoria

“Somos mais de 6 mil associados, dos quatro cantos do País e originários de trinta órgãos públicos federais. Aqui não há distinção de categoria funcional, de carreira ou de faixa remuneratória. Estamos unidos em torno de uma mesma bandeira e em busca de conquistas que possam trazer benefícios a todos”, explica a presidente e

Gráfico dos associados da APSEF



fundadora da APSEF, Cecília Landim.

Servidora aposentada da Previdência Social, Cecília Landim conta que idealizou uma Associação que amparasse e representasse os inativos e pensionistas junto aos seus órgãos de origem. “Tomamos conta, diuturnamente, dos interesses de nossos associados. Promovemos entendimentos com órgãos federais e o poder legislativo, de modo a garantir medidas voltadas para a correta manutenção dos proventos e pensões em



valores dignos e compatíveis com as atividades exercidas”, ressalta Landim.

Em linha direta com o associado

Buscando atender todos os pleitos de seus aposentados e pensionistas, desde os mais próximos aos mais longínquos, a APSEF criou um canal gratuito (0800 6107171), que atende das 8 às 18 horas, de segunda a sexta-feira. São cerca de 1.600 ligações por mês, entre dúvidas, elogios, sugestões e reivindicações.

Interação e informação

Todos estes pleitos e anseios são registrados em um Informativo, encaminhado, bimestralmente, para a residência dos associados. Neste veículo, eles também encontram as conquistas da APSEF, os trâmites das ações judiciais, os trabalhos dos poderes executivo, legislativo e judiciário voltados para os aposentados e pensionistas do serviço público federal, além de dicas e receitas para se viver a terceira idade com qualidade e prazer, entre outros.

“Os informativos são um instrumento de interação com nosso associado, uma vez que também publicamos as cartas e os

trabalhos que eles enviam para a APSEF. Como temos associados por todo o Brasil, foi a maneira que encontramos de chegar até a casa de cada um deles. É quase uma prestação de contas”, explica a presidente Cecília Landim.

Esta mesma prestação de contas está registrada, também, no Portal Institucional da Associação, criado em 1997. Segundo Landim, o objetivo é incentivar a inclusão digital e agilizar as demandas dos filiados, além de ser um elo de comunicação entre eles e a direção da APSEF.

Uma nova versão do Portal (www.apsef.org.br) foi publicada em setembro do ano passado, quando a APSEF comemorou seus 10 anos a serviço dos associados. Essa nova roupagem, com estrutura e layout gráfico diferentes, trouxe também novos serviços. Os internautas encontram uma página específica de legislação do servidor público, por meio da qual pode consultar a Constituição Federal e todas as suas alterações, o Regime Jurídico Único e ainda as leis que regulamentam as diversas carreiras.



Informativos da APSEF



Novo site da
APSEF
(www.apsef.org.br)
Dicas, serviços,
informações...

Diariamente, são publicadas notícias de interesse dos aposentados e pensionistas, possibilitando aos visitantes a oportunidade de manterem-se permanentemente informados sobre temas que dizem respeito ao serviço público e seus servidores.

Um incentivo à descoberta de novos talentos

O trabalho da APSEF vai além de fazer valer os direitos dos inativos e de criar meios de comunicação para defender e interagir com os mesmos. Este ano, a Associação organizou a 8ª edição do Concurso de Poesias, que tem sido um espaço democrático para a livre expressão artística de seus filiados.

O concurso, que acontece anualmente, premia os três melhores colocados. No último concurso, os valores foram de 900, 1.200 e 1.600 reais. “A premiação é apenas um incentivo a mais. Já era um grande prazer só participar, e o reconhecimento é um estímulo para continuar escrevendo”, enfatiza o médico aposentado pela Fundação Nacional de Saúde, José Arlindo Gomes de Sá, 65 anos. Associado desde janeiro de 1999, Arlindo mora em Recife, Pernambuco, e foi premiado no concurso com as obras “Cantoria”, que ganhou em 2002, e

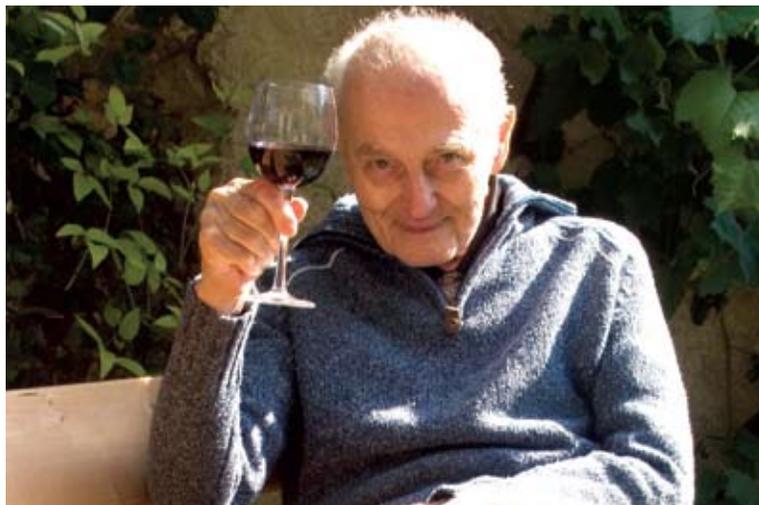
“Grãos da Terra”, de 2003.

Suas obras, assim como a dos mais de 200 associados que participaram das oito edições do concurso, foram publicadas em um livro editado pela APSEF. “Muito mais que enaltecer as poesias e os autores, esta publicação procurou resgatar todos os textos que foram apresentados ao longo dos últimos anos, sempre respeitando a redação original”, ressalta Cecília Landim.

Para cada edição do concurso é publicado um regulamento no portal da APSEF e nos informativos, com a ficha de inscrição e as condições para apresentação dos trabalhos. O julgamento das obras é feito por uma comissão integrada por profissionais com reconhecida notoriedade na área cultural.



José Arlindo
Gomes de
Sá, 65 anos.
Associado
desde janeiro
de 1999



stockx

Aposentadoria saudável

Por Roberto Shinyashiki

Oi pessoal! Eu tenho duas notícias para dar: uma ótima e a outra péssima. A má notícia é esta: já imaginou uma mulher de 30 anos com depressão? Pois saiba que ela poderá carregá-la por longos 70 anos. Um homem de 40, que tenha grandes indecisões, vai suportá-las nos próximos 60 anos. Um pessimista de 50 anos carregará seu fardo por mais meio século. Um sacrifício digno de Atlas, aquele que era obrigado a sustentar o mundo nos ombros.

Isso porque, a cada dia, a expectativa de vida está aumentando. A evolução da medicina é tão maravilhosa que fica cada vez mais fácil uma pessoa chegar aos 80, 90 anos. O número das que passam um século está crescendo! Mas isso não é bom? Depende do olhar de cada um.

Ouçõ muita gente lamentar no vigor dos seus 40 anos. “Não tenho oportunidades. Minha vida acabou”. Outros soltam um longo suspiro. “Estou esperando a morte.” Mas pelo andar da carruagem, correm o risco de viver muito e ouvir do seu bisneto. “O senhor está falando isso há mais de 20 anos e continua firme”.

Essas pessoas precisam aprender urgentemente a viver e perceberem que estão no auge da vitalidade para continuarem produzindo e trabalhando. Senão, vão continuar se torturando e, pior, infernizando a vida de quem elas mais amam, podendo afetar também as rela-

ções no ambiente de trabalho.

O escritor Austregésilo de Athaíde, que foi presidente da Academia Brasileira de Letras por muitos anos e morreu em idade avançadíssima, rebatia os comentários maldosos sobre seu prolongado mandato com esta frase. “Já fiz o rascunho do discurso de adeus que vou fazer para muita gente”.

Nossa vida é feita de ciclos. O fim de um é o início de outro. O diploma do colegial por exemplo, é a promessa da faculdade.

Muitas pessoas perdem essa seqüência quando chegam no meio do caminho. Ao verem os filhos criados e saindo de casa ou a aposentadoria chegando, dizem a si próprias – fim da linha. Enfurnam-se em casa e ficam vendo o tempo passar na cadeira de balanço. Mas como? Têm 30, 40 anos pela frente e já tiram o time? Não percebem que um ciclo está acabando e que outro vai começar.

O problema é que elas começam a ficar doentes para encher seu enorme vazio. Arrumam uma dor aqui, uma pontada ali para terem com que se preocupar e chamar a atenção das pessoas. Precisam disso para se sentirem vivas. Mas em vez de perceber que as doenças nascem da sua insatisfação, atribuem à idade. A passagem dos anos se transforma num bode expiatório.

A aposentadoria também é um bode expia-

tório. E daqueles bem grandes, de cavanhaque e chifres compridos, que mal conseguem passar pela porta. A maioria das pessoas ainda acha que aposentar é parar de trabalhar. Nada de criar, nada de produzir. O que elas fazem, de verdade, é confundir um novo ciclo de vida com esterilidade. E ficam de papo para o ar, morrendo de tédio. Não percebem que a aposentadoria representa o início de um período privilegiado na vida. Vão poder escolher com uma liberdade que talvez jamais tenham tido. Podem decidir o que fazer, onde e como. Manejar seu tempo da forma como achar mais adequada.

Os filhos já estão grandes e encaminhados. São uns “cavalões” que já não precisam atrapalhar o sono dos pais porque não chegaram antes da uma ou duas da manhã. Muitas vezes estão morando fora, estudando em outra cidade. Não vão mais morrer de fome se os pais não lhes derem a mesada.

Às vezes penso que algumas pessoas não gostam de liberdade. Ou melhor, não é que não gostem. Não sabem exatamente o que fazer com ela. Parecem canarinhos-do-reino que ficam indecisos quando se vêem fora da gaiola. Voam em volta e querem voltar para ela.

Maturescência

Essa fase de liberdade é uma excelente oportunidade para fazer uma revisão de vida. Eu diria que essa fase de “maturescência” é uma espécie de adolescência da vida adulta. O que eu quero dizer é que uma pessoa de 50, 60 anos pode fazer para si mesmo as mesmas perguntas que um adolescente faria. Quem sou eu? Que é o mundo? O que eu posso fazer com ele? O que eu quero fazer para me realizar como pessoa?

As respostas a essas indagações são importantes porque abrem novos caminhos que poderão permitir uma coisa maravilhosa. Recuperar alguns sonhos e projetos adormecidos dentro de nós e que foram esquecidos pelas necessidades imediatas no dia-a-dia de qualquer família, quando os filhos ainda eram pequenos ou adolescentes.

Não vou enumerar aqui a lista de atividades que um aposentado poderia desempenhar.

Daria para dar duas vezes a volta ao mundo. Desde aproveitar seus 30, 35 anos de experiência acumulada em uma profissão e prosseguir na sua vida profissional, em vez de atirá-la pela janela como muitos fazem, ou se integrar a algum voluntariado. Basta olhar ao redor para notar como pessoas e instituições estão precisando de ajuda. Quem tomar esse caminho desfrutará da gratificante sensação do amor. Com certeza não terá tempo para se queixar de dores ou sentir tédio.

Desconfio que essa aposentadoria do não fazer nada é um equívoco. É uma doença social. Mas qual é a boa notícia, se até agora falamos só da má?

A boa notícia é que cada vez vamos viver mais. Isso é muito bom, mas para quem mantém seu processo de vida em constante evolução. Essa pessoa tem um lindo horizonte à vista. Vai ter mais tempo para se dedicar ao neto ou bisneto, para ler livros maravilhosos e assistir muitos filmes. Vai ter muitas oportunidades de trabalho. Vai poder entrar numa escola de pintura ou estudar astronomia. Vai poder viajar e ver coisas incríveis. Esta pessoa terá muito nascer ou pôr-do-sol e muitas noites estreladas pela frente.



Roberto Shinyashiki é psiquiatra, palestrante e autor de 13 títulos, entre eles: *Os Segredos dos Campeões*, *Tudo ou Nada*, *Heróis de Verdade*, *Amar Pode Dar Certo*, *O Sucesso é Ser Feliz* e *A Carícia Essencial* (www.clubedoscampeoes.com.br)

Os novos cinquentões

Vigorosos e cheios de experiência, idosos não querem só saber de hidroginástica e voltam ao mercado de trabalho para provar que “panela velha também faz comida boa”

Acordar às 6h da manhã. Ir para o banho, vestir-se de maneira sóbria e discreta, tomar café-da-manhã, pegar a pasta, dirigir-se ao trabalho. Essa rotina, semelhante à de muitos jovens trabalhadores brasileiros, é também a rotina de Antônio da Costa Fi-

lho. E não dá para não chamá-lo de jovem. Apesar dos seus 58 anos, Seu Costa, como é respeitosamente conhecido em seu bairro, faz parte de uma significativa parcela dos aposentados do Brasil que, mesmo já usufruindo do benefício concedido por conta de seus longos anos de dedicação ao trabalho, ainda continua produzindo e contribuindo para a economia do país.

Essa permanência no mercado de trabalho, segundo ele, é resultado da soma de dois fatores. “Me aposentei aos 55 anos, mas nunca sequer passou pela minha cabeça parar de trabalhar agora. Primeiro porque ainda tenho capacidade para fazer tudo





Antônio da Costa Filho, aposentado e ainda atuante no mercado de trabalho. “Nunca pensei em parar de trabalhar agora.”

aquilo que fazia aos 30 e segundo porque, hoje em dia, tudo o que for possível agregar à renda familiar é válido”, explica.

A filosofia de Seu Costa parece ser compartilhada por muitos. De acordo com estudo do Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada - Ipea, em 1998, mais da metade dos idosos do sexo masculino e quase 1/3 dos idosos do sexo feminino que estavam no mercado de trabalho eram aposentados. Dados mais recentes, da Pesquisa Mensal de Emprego (PME) do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE, revelam que cerca de 18% da população empregada nas seis regiões metropolitanas do país correspondem à faixa etária com mais de 50 anos. Entre maio de 2002 e maio de 2006, a participação desse grupo na população ocupada teve um crescimento de 2,7 pontos percentuais, único segmento a apresentar aumento neste período.

Segundo a pesquisadora e coordenadora do Grupo Técnico de População e Cidadania do Ipea, Ana Amélia Camarano, entre as variáveis que podem influir nessa participação, destacam-se a idade e a educação. Nesse contexto, a idade apresenta um efeito negativo e a educação um efeito positivo. Essas duas variáveis refletem condições de saúde que, na verdade, devem ser um dos determinantes mais importantes

da oferta da força de trabalho idosa. “Para os menos escolarizados, que recebem uma aposentadoria mais baixa, a necessidade de complementação da renda é imperiosa. Para os profissionais liberais, mais qualificados, a idade trabalha a favor. Ou seja, a saída precoce tem um custo de oportunidade elevado, pois a sua renda tende a crescer com a idade. É o caso de médicos e advogados, por exemplo, cuja renda aumenta com a experiência”, analisa a pesquisadora.

A representatividade na economia

Esses trabalhadores vigorosos e cheios de garra e experiência respondem por muito mais que bons resultados alcançados nas empresas em que atuam. Dados do IBGE indicam que 70,2% dos trabalhadores com mais de 50 anos são os principais responsáveis pelos domicílios em que residem e a turma de mais de 60 anos que ainda vive em companhia dos filhos é responsável por 45% da renda familiar. Embora a maior parte desses rendimentos seja proveniente dos benefícios previdenciários, a contribuição da renda do trabalho é bastante expressiva.

Antenor Ferreira. Dinheiro da aposentadoria sustenta a família.



A importância da renda da terceira idade na economia cresceu tanto que é comum encontrar famílias em que o chefe é o idoso. É o caso de Antenor Ferreira que, aos 62 anos, sustenta a família com os rendimentos da aposentadoria e do atual trabalho que desempenha como autônomo. “Sou casado e tenho três filhos. Apesar de serem todos maiores de idade, dois ainda dependem financeiramente de mim. Sem contar os netos que vieram e que também necessitam do meu amparo”, conta.

Esta mudança nas relações familiares confirma a nova realidade brasileira. O envelhecimento populacional já está afetando a composição etária da População Economicamente Ativa (PEA). Em outras palavras, o país de jovens está envelhecendo. Entre 1940 e 2000 a expectativa de vida aumentou mais de trinta anos e os idosos começaram a ampliar sua participação no mercado de trabalho. Os vovôs e vovós, hoje, permanecem na ativa por

mais tempo e já competem com os mais jovens em algumas funções.

O mercado de trabalho

Para aqueles que querem arregaçar as mangas e deixar de lado aquelas atividades tipicamente destinadas ao grupo da terceira idade, um alento. Atualmente, buscando reconhecimento e retorno de imagem institucional, algumas empresas têm desenvolvido programas sociais para a contratação de profissionais acima dos 55 anos.

No grupo Pão de Açúcar, os cinquentões, há anos desvalorizados pelo mercado de trabalho, têm chances reais de voltar ao batente desde 1997. As contratações, inicialmente, eram para o cargo de atendimento aos clientes e hoje já atendem a uma gama de outras funções, algumas, inclusive, criadas especialmente para essa faixa etária. De acordo com a assessoria de comunicação da empresa, o objetivo é promover a socialização, a melhoria da qualidade de vida, o resgate da auto-estima e o exercício da cidadania.

Outra empresa a desenvolver um plano de valorização desses profissionais é o Bob's. Pioneira no segmento “fast food” em contratar profissionais da terceira idade, a rede de lanchonetes oferece, a esse público, a oportunidade de atuar no atendimento ao público, encaminhando para as filas e esclarecendo dúvidas sobre os produtos. “Mantemos em nossas lojas funcionários de todas as idades. Isso facilita a troca de experiências e torna o atendimento mais humano, mais pessoal”, explica a direção de recursos humanos da empresa. Segundo a pesquisadora Ana Amélia Camarano, empresas engajadas nesse tipo de projeto desempenham um papel importante para a integração social do idoso e, conseqüentemente, sobre as contas previdenciárias, na medida em que configuram, em alguns casos, um adiamento da aposentadoria.

É importante saber que, de maneira geral, todas as áreas têm buscado o retorno do que chamam de “profissional maduro”, com



stockxg

ALTERNATIVAS DE RENDA PARA QUEM TEM 60 ANOS OU MAIS

Opções	Aptidões exigidas
Negócio próprio	Exige recursos, identificação com a atividade e planejamento.
Docência	Requer investimento em mestrado ou doutorado, mantendo o profissional na vitrina do mercado de trabalho.
Consultoria	Exige experiência e especialização na área de atuação. O profissional pode trabalhar como terceirizado na empresa da qual está se desligando e também atender outros clientes.
Trabalho autônomo	Trabalhando dentro da empresa, o profissional atua como um parceiro, geralmente comissionado. Recebe treinamento e tem acesso a redes de relacionamento.
Concursos públicos	É um investimento na estabilidade. A maioria das seleções favorece o candidato com mais idade em casos de empate.
Hobby	Transformá-lo em fonte de renda é uma alternativa, mas o profissional deve se preparar com antecedência para fazer uma boa rede de contatos.
Onde há oportunidades	
• Comércio	
• Indústria	
• Construção Civil	
• Ciências Jurídicas (com experiência em ações de responsabilidade social, no meio ambiente e no terceiro setor)	
• Saúde	
• Educação	

exceção daqueles trabalhos com salários muito baixos e exigências físicas altas. Segundo especialistas, as atividades que exigem competências de comunicação, liderança, visão sistêmica e foco em resultados são as mais adequadas a esses profissionais.

A área de serviços é a que mais tem recebido os profissionais com idade superior a 55 anos, conforme dados do IBGE. O comércio também tem sido receptivo, principalmente para atividades que exijam experiência de vida, tais como consultores de imóveis, transporte de passageiros, hotelaria, turismo, educação, saúde, etc.

Profissionais com nível superior de ensino e experiência prática têm sido absorvidos, sobretudo, pelas atividades de consultoria. Nesse tipo de serviço, o trabalhador coloca o seu conhecimento, aliado a competências como empatia, flexibilidade, comunicação

e liderança de projetos, a serviço de outras pessoas ou empresas. As características do trabalho de consultoria, tais como flexibilidade de horários e exigências de atualização constante, são estimulantes para os trabalhadores maduros, além, é claro, da remuneração que, por conta da qualidade dos serviços prestados, é bem maior que a oferecida para profissionais mais jovens.

Apesar das oportunidades que têm surgido, conquistar um lugar no mercado de trabalho nesta faixa etária não é tarefa fácil. De acordo com os analistas de Recursos Humanos, é preciso manter-se sempre atualizado, ler bastante, navegar pela internet – para se inteirar sobre os mais diversos assuntos –, buscar oportunidades através de redes de relacionamento e não ficar muito tempo afastado da principal atividade profissional.

Contraponto

Os benefícios gerados com a contratação desses profissionais são mútuos. Para o empregador as vantagens estão em não pagar vale-transporte, não precisar ter uma relação de trabalho formal e não recolher INSS, porque o trabalhador já é aposentado. As empresas ganham também com a seriedade, a dedicação e o comprometimento desse tipo de mão-de-obra. Para o aposentado, em contrapartida, a permanência ou volta ao mercado de trabalho garante vantagens que vão bem além das de cunho financeiro. “O trabalho é uma fonte importante de integração social. Para muitos, a saída traz depressão, alcoolismo, etc.”, destaca a pesquisadora, Ana Amélia Camarano.

O fato é que, seja por conta da necessidade financeira ou em virtude da vontade desses idosos de continuarem produtivos, o movimento de valorização e contratação destes profissionais apesar de, ainda, pequeno, deve se tornar uma tendência forte nos próximos anos. “Isto se deve ao fato de que a população que tem mais de 50 anos cresce mais que a menor de 50 anos e o mesmo acontece com quem está no mercado de trabalho. Ou seja, em decorrência do envelhecimento populacional, a força de trabalho também envelhece”, revela a pesquisadora.

UMA NOVA REALIDADE...

— Cerca de 18% da população empregada nas seis regiões metropolitanas do país corresponde à faixa etária com mais de 50 anos.

— De acordo com o IBGE, 70,2% dos trabalhadores com mais de 50 anos são os principais responsáveis pelos domicílios em que residem.

— O número de mulheres ativas na faixa dos 50 anos aumentou, passando de 14,7% em maio de 2002 para 17,4% em maio de 2006. Isto significa que, em 2006, para cada 100 homens ocupados com mais de 50 anos, há 72 mulheres na mesma condição.

— Empresas, em busca de reconhecimento social, promovem contratação de profissionais acima de 55 anos.

Personalidades falam...

Paulo Niemeyer Filho

Neurocirurgião

- O que acha da vida depois dos 50 anos?
- Passei tão animado pelos 50 anos que me casei de novo. Mas foi aos 30 que tive a sensação de que estava envelhecendo.
- Como se imagina daqui a dez anos?
- O trabalho mantém a lucidez, o ócio traz a depressão. Quero estar trabalhando.

John Neschling

Maestro

- O que acha da vida depois dos 50 anos?
- Encontrei minha realização profissional e pessoal. Fazer 50 anos não significou olhar para trás. Estou na fase mais produtiva e consciente da minha vida.
- Como se imagina daqui a dez anos?
- Espero estar trabalhando e curtindo meus dois filhos.

Washington Olivetto

Publicitário

- O que acha da vida depois dos 50 anos?
- Trouxe-me rejuvenescimento. Fui pai de um casal de gêmeos no ano passado, passei a beber vinhos no lugar de destilados e parei de fumar.
- Como se imagina daqui a dez anos
- Trabalhando. Também quero me dedicar muito à educação dos meus filhos. Quero ensinar a eles história e geografia através de viagens.

Chieko Aoki

Empresária, fundadora da rede de hotéis Blue Tree

- O que acha da vida depois dos 50 anos
- Fiquei mais seletiva, aprendi a dar prioridades e deixei de me chatear com bobagens.
- Como se imagina daqui a dez anos?
- Trabalhando sempre! Mas com o tempo aprendi a discernir o que é possível fazer do que não é.

Fonte: Veja Especial – A Melhor Idade

História de vida e vida em abundância...

A simpatia e o exemplo de quem, aos 60 anos, já aprendeu que o bom da vida mesmo é viver

Se tem uma palavra que, definitivamente, não faz parte do vocabulário de Pedro Paulo Rangel, é a tal da inatividade. O ator, nascido no Rio de Janeiro, faz parte, hoje, de um seleto grupo de profissionais que faz valer da experiência e da dedicação ao trabalho uma verdadeira fonte da juventude. E não é exagero. Dono de um dos rostos mais cativantes da televisão brasileira, PP, como é carinhosamente chamado por seus colegas, está às vésperas de completar 60 anos e continua na ativa, como em seu tempo de garoto, quando fazia, com o amor e a dedicação que lhe são peculiares, os mais variados papéis pelos palcos de teatro afora.

O então típico adolescente da década de 60 já sabia o que queria. “Decidi ser ator quando, na minha adolescência, conheci pessoas ligadas ao teatro amador”, conta, saudoso. O diploma foi conquistado no curso de Formação de Atores do Conservatório Nacional de Teatro, hoje UNIRIO. A estréia foi em 1968, na peça *Roda Viva*, de Chico Buarque de Hollanda, com direção de José Celso Martinez Correa. De lá pra cá, fez mais de uma centena de trabalhos no teatro que, segundo ele, é seu berço.





No Teatro Amador do Esporte Clube Minerva (1962 - 1965)

Mas, como costuma acontecer, o reconhecimento do grande público veio mesmo com as atuações na TV. O primeiro papel, já em 1969, foi na extinta rede Tupi, na trama *Super Plá*, onde o ator interpretou o garçom Benjamin. A *Patota* foi a primeira novela na Rede Globo, no ano de 1972. Três anos depois, encarou o seu primeiro protagonista, Carlos, em *O Noviço*, novela das 18h.

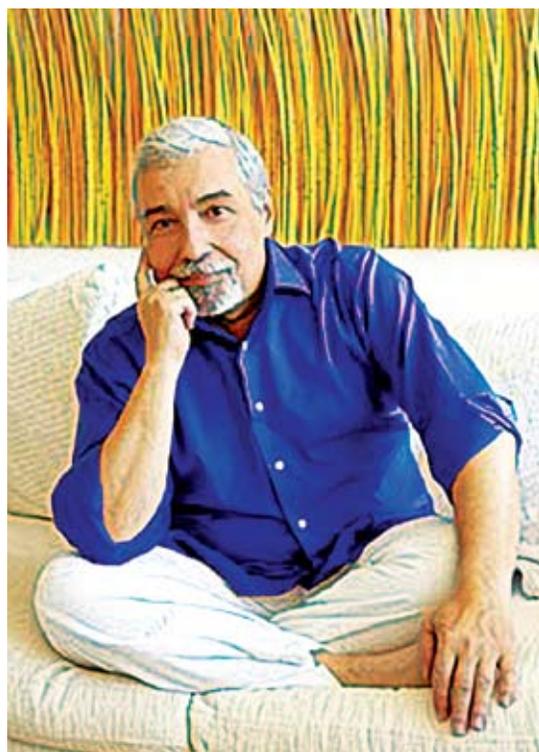
Embora se interesse pelos mais diversos gêneros de atuação, Pedro Paulo revela gostar mesmo é de ser lembrado como ator de comédia. “Quando as pessoas falam comigo nas ruas, automaticamente já riem. Me olham como se esperassem algum tipo de divertimento e prazer. Gosto dessa reação positiva. Não passo nada pesado para o público”, revela. Não tinha como ser diferente. O ator, que encarnou papéis humorísticos em programas como *TV Pirata* e *Os Aspones*, interpretou, em sua última novela, *Desejo Proibido*, o Galileu, um cientista atrapalhado que vive às voltas com sua ciumenta mulher Belinda, protagonizada por Júlia Lemmertz.

Viver, e não ter a vergonha de ser feliz...

Além da já consagrada carreira de ator, Pedro Paulo encanta também pela simplicidade com a qual leva a vida. “Procuro levar



Com os colegas de trabalho da novela “Desejo Proibido”.



uma vida normal, apesar de ser uma pessoa pública. Acordo cedo, bato muita perna pelo bairro, vou ao supermercado, à farmácia. Mas o que eu gosto mesmo de fazer é caminhar no calçadão da praia de Copacabana, a mais bonita do Rio, e sentar num quiosque para tomar água de coco, claro”, diz com a brejeirice do bom carioca. Apesar da vida corrida, entre um papel e outro, ele jura não descuidar da saúde: “faço exercícios cinco vezes por semana e procuro manter uma alimentação saudável”. Para cuidar da mente, os livros são o refúgio. “Sou um ávido leitor, leio muito!”, confidencia.

Quando o assunto é envelhecimento, o ator demonstra a sabedoria e a maturidade de quem já viveu muitas primaveras. Segundo ele, o segredo é “viver”. “Lido bem com o envelhecimento. Quando era mais jovem, queria ficar mais velho. Hoje eu só quero mesmo é não perder a capacidade de trabalhar. Mas tenho consciência que a velhice, ao contrário da juventude, é para sempre, não há como lutar contra isso. Então, procuro viver e envelhecer da melhor forma possível”, ensina.

Raul Veloso

Em entrevista concedida à revista PratiqueViver, ele fala sobre a participação do idoso nas atividades econômicas brasileiras.



O economista Raul Veloso, ex-secretário de Assuntos Econômicos do Ministério do Planejamento, é um dos maiores especialistas em finanças públicas no Brasil.

Pratique Viver: Dados do IPEA mostram que o idoso, acima de 65 anos, contribui, em média, com 45% do orçamento da família. Isso quer dizer que as aposentadorias e pensões acabam atendendo não só aos mais velhos, como também aos seus familiares. Hoje, 9% da população têm mais de 60 anos, e 26% das famílias brasileiras têm, pelo menos, um idoso em casa. Então, essa renda do benefício vai para o indivíduo e é redistribuída dentro da família. Qual é, na realidade, a participação do idoso na economia do país?

Raul Veloso: o Brasil tem se preocupado muito com seus idosos e tem destinado volume expressivo de recursos ao pagamento de benefícios a essa camada da sociedade, benefícios esses que se estendem, obviamente, a seus dependentes. Nesse contexto, se destacam a criação da Aposentadoria Rural e do benefício de prestação continuada sob a LOAS – Lei Orgânica de Assistência Social, o Estatuto do Idoso, a instituição do piso de um salário mínimo tanto na Previdência Social como para o pagamento dos beneficiários da LOAS, e a concessão de reajustes acima da inflação para o salário mínimo.

Pratique Viver: Que impacto isso pode trazer para a economia brasileira?

Raul Veloso: tudo vai depender da decisão sobre quem vai pagar a conta do aumento da despesa com aposentados, pensionistas e beneficiários idosos em geral dos programas públicos.

Pratique Viver: De 1992 a 2006, houve aumento médio de R\$ 243 na renda dos idosos em decorrência de transferências da Previdência Social e de programas sociais. Isso fez com que a participação dos idosos na renda total da sociedade aumentasse de 10,3% para 14,7% no mesmo período. Podemos dizer que o aumento da população de idosos com crescimento de renda é um movimento que tende a evoluir, com importância cada vez maior no mercado consumidor?

Raul Veloso: o aumento da participação da renda dos idosos na renda total vai depender de o setor público federal continuar podendo destinar parcela de recursos cada vez mais significativa aos programas destinados a essa camada da população. A entrada do País numa trajetória de crescimento sustentado, em face da perspectiva de redução das

taxas de juros cobradas sobre a dívida pública, pode abrir espaço para que o aumento dessa participação relativa da renda dos idosos permaneça em ascensão. Se isso vai acontecer ou não vai depender do embate político em curso em torno da distribuição do crescente bolo tributário nacional.

Pratique Viver: Hoje nós podemos dizer que o Brasil tem uma população de meia idade, porque a maioria da população tem entre 30 e 60 anos. Não somos mais jovens, e estamos caminhando para ser uma população envelhecida. Segundo o IBGE, em 1977, 4,5% da População Economicamente Ativa brasileira era composta de idosos. Essa proporção dobrou em 1998, tendo atingido 8% e pode vir a representar 13% da População Economicamente Ativa brasileira no ano 2020. Partindo desse contexto, a longevidade preocupa?

“As questões ligadas à aposentadoria são comuns a todos os países”

Raul Veloso: todos os países têm enfrentado, cada um a seu modo, o aumento dos custos associados ao envelhecimento da população seja na área previdenciária propriamente dita, ou na área de prestação de serviços de saúde, por exemplo. No Brasil esse problema está começando a se manifestar com maior força, e o Fórum da Previdência reunido no ano passado no Ministério da Previdência tinha como mote básico exatamente a discussão de hipóteses de solução para esse problema.

Pratique Viver: É muito comum as pessoas dizerem que os idosos não contribuem para a sociedade e demandam muitos gastos públicos. Podemos afirmar que o idoso é dispendioso para a sociedade e para o Estado?

Raul Veloso: O idoso pode ser dispendioso, mas é preciso levar em conta as contribuições que ele fez no passado.

Pratique Viver: Hoje debate-se muito os prós

e contras dos tipos de aposentadorias existentes, seja ela compulsória ou por tempo de serviço. Há algum modelo de aposentadoria ideal para o Brasil do ponto de vista previdenciário e econômico?

Raul Veloso: As questões ligadas à aposentadoria são comuns a todos os países, pois em todos há idosos, diferenciando-se apenas o percentual de idosos de cada um. A literatura internacional sobre o assunto é vasta e avançada. Assim, os vários modelos de aposentadoria são bastante conhecidos de todos, cabendo escolher o que mais se coaduna com as condições de cada País. Como ocorre na maioria dos países, o Brasil tem feito um esforço ingente e contínuo de reforma do seu sistema previdenciário, de forma a ir se adaptando às alterações demográficas e de percepção da sociedade sobre como lidar com esse problema crucial.

Pratique Viver: Discute-se muito o déficit da previdência e novas regras para as aposentadorias do INSS. E os aposentados do serviço público federal, onde ficam neste contexto?

Raul Veloso: As reformas realizadas nos últimos anos constituíram passos importantes nesse segmento. Já existe idade mínima, e também foram criadas regras relevantes que esperam apenas a instituição de fundos de previdência para serem postas em prática. O problema agora é menos de mudança constitucional e mais de implementação do que já foi aprovado.

Pratique Viver: Eles aposentam com valores superiores aos aposentados da previdência. Esse seria um modelo viável economicamente para o Brasil?

Raul Veloso: Pelo novo regime que aguarda a instituição dos fundos para ser posto em prática, as aposentadorias vão ser calculadas com base na média dos salários do passado. Isso representará um grande avanço em termos de equilíbrio financeiro do sistema.

Viajar é preciso

Programa do Ministério do Turismo facilita a compra de pacotes turísticos para a melhor idade e, em parceria com o setor hoteleiro, oferece 50% nos serviços de hospedagem



Teatro Amazonas -
Manaus



Elevador Lacerda
- Salvador



Pão de Açúcar
- Rio de Janeiro

Foi-se o tempo em que os vovôs e as vovós curtiam a aposentadoria em casa, entre as peças do velho tabuleiro de damas e as linhas de tricô. Cheios de vigor e vontade de viver, esses senhores e senhoras, hoje, querem mesmo é viajar, conhecer novos lugares, novas pessoas e compartilhar com elas as experiências e a maturidade que o tempo trouxe.

A nova postura desse grupo, mais jovial e descontraída, junto com o interesse em movimentar o setor hoteleiro, motivou o Ministério do Turismo (Mtur) a criar um programa especialmente voltado para esse segmento, é o *Viaja Mais Melhor Idade*. Lançado em 27 de setembro do ano passado, ele facilita a compra de pacotes turísticos, na baixa ocupação, para pessoas a partir de 60 anos. O valor também é diferenciado, variando entre R\$ 400 (terrestres) e R\$ 700 (aéreos). Segundo a assessoria de imprensa do ministério, o objetivo é promover a inclusão social dos idosos, aposentados e pensionistas, proporcionando-os mais oportunidades de viajar e de usufruir dos benefícios da atividade turística, e, ao mesmo tempo, fortalecer o turismo interno regionalizado.

Para a aposentada Maria Apolinário, 74 anos, o programa facilitou a realização de um antigo sonho. “Sempre tive vontade de conhecer o mar de Fortaleza, mas, por conta de uma dificuldade ou outra, fui adiando. Quando soube do programa pensei: é agora! E assim eu fiz. Arrumei minhas malas e fui de encontro à cidade do sol”, conta. De acordo com a bem-humorada senhora, o *Viaja Mais* significa uma alternativa viável quando se fala em viajar. “Gastei bem menos do que gastaria em condições normais e isso já me faz pensar em programar uma próxima viagem”, revela.

E no que depender dos destinos atualmente oferecidos pelo programa, não vai faltar opção à Dona Maria. Na região nordeste são 9, na região sul são mais 8 e na sudeste 11, com alternativas para agradar aos amantes do sol e do mar e também àqueles

que preferem o friozinho das serras.

Os diferenciais dos pacotes também são tentadores, comparados aos comuns. São serviços exclusivos, saídas em grupo – incluindo transporte aéreo ou rodoviário -, e cartão de assistência de viagem (cobertura estabelecida, caso o passageiro precise de atendimento médico ou algum tipo de medicamento durante a viagem), utilizando equipamentos com infra-estrutura adequada ao público.

Para os aposentados e pensionistas do INSS, independente da idade, a facilidade é ainda maior. Eles podem optar pelo crédito consignado na folha de pagamento, com parcelamento das viagens em até 12 vezes, com juros abaixo de 1% e carência de 180 dias.

Essa série de vantagens atraiu o público. Segundo o MTur, em 2007, 9 mil pacotes foram comercializados, um número 30% acima do que as agências e operadoras esperavam. Para esse ano, estima-se que 50 mil pacotes sejam vendidos.

Comprar: o passo a passo – Para os interessados em comprar os pacotes de viagem, o primeiro passo é ir até uma agência de turismo credenciada para o Viaja Mais Melhor Idade (a lista das agências cadastradas está disponível no site www.viajamais.com.br e pelo telefone 0800 07 202). Em seguida é preciso escolher o pacote e a forma de pagamento. A partir daí, a agência vai consultar a operadora sobre a disponibilidade de lugares para que possam ser feitas as reservas. No ato da compra, todos os viajantes deverão apresentar cópia de documento de identidade às agências.

Viaja Mais Melhor Idade Hospedagem

Além de preços mais acessíveis que os de mercado para pacotes turísticos, especialmente formatados para esses viajantes da terceira idade, o programa oferece também desconto de 50% na tarifa cobrada nos meios de hospedagem credenciados no Pro-



*Cataratas
do Iguazu -
Parana*



*Maceió -
Alagoas*



*Catedral de
Brasília*

grama Viaja Mais Melhor Idade, durante os períodos de baixa ocupação. Essa opção, segundo o MTur, é para atender também aos que tem interesse em viajar independentemente de pacotes.

A sensível redução de custo é fruto de um acordo assinado, em dezembro do ano passado, entre a ministra do Turismo, Marta Suplicy, e a Associação Brasileira da Indústria Hoteleira (ABIH), a Associação Brasileira de Resorts (ABR) e a Federação Nacional de Bares, Restaurantes, Hotéis e Similares (FNHRBS). A idéia tem se

mostrado atrativa para o setor hoteleiro. Superando as expectativas, mais de 1.100 estabelecimentos, em 281 cidades em todo o país, já se credenciaram ao Programa, de acordo com dados do ministério. A previsão é que, até o final do ano, mais 1.400 se credenciem. As acomodações, com descontos especiais estão disponíveis desde abril.

E dá até para levar acompanhante. A aplicação dos 50% de desconto vale também para o marido, o filho ou aquele amigo inseparável de longa data, mesmo que ele não tenha, ainda, 60 anos.

ORIGENS

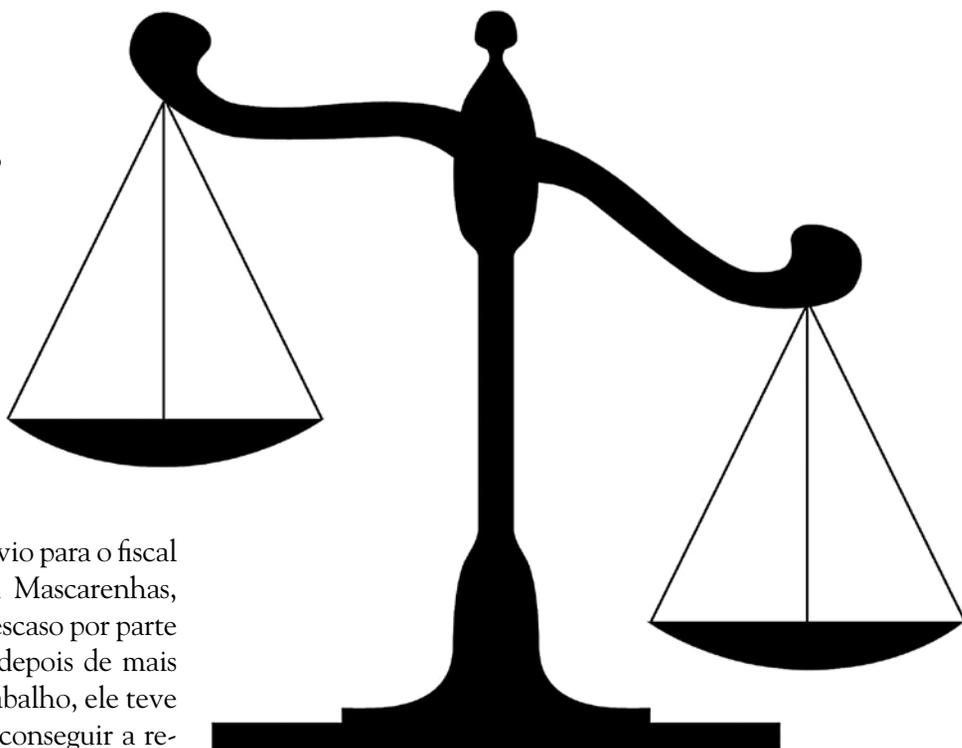
Rio Grande do Sul (Porto Alegre)	Amazonas (Manaus)
Santa Catarina (Florianópolis)	Bahia (Salvador)
Paraná (Curitiba)	Pernambuco (Recife)
São Paulo (São Paulo)	Goiás (Goiânia)
Rio de Janeiro (Rio de Janeiro)	Distrito Federal (Brasília)
Espírito Santo (Vitória)	Minas Gerais (Belo Horizonte)

DESTINOS

Região Sudeste	Região Nordeste	Região Sul
Araxá	Salvador (incluindo a Costa do Sauípe)	Florianópolis
Rio de Janeiro	Maceió	Foz do Iguaçu
Belo Horizonte	Natal	Serra Gaúcha
Angra dos Reis	Recife	Balneário Camboriú
Ouro Preto	Fortaleza	Curitiba
Armação de Búzios	Porto de Galinhas	Blumenau
Campos do Jordão	Aracaju	Joinville
Cidades Históricas	João Pessoa	Thermas de Gravatal
Petrópolis	São Luís (incluindo Lençóis Maranhenses)	
Poços de Caldas		
São Paulo		

Inativos têm de recorrer à justiça

Diante dos problemas com o governo, aposentados encontram solução na justiça para assegurar seus direitos



A aposentadoria não foi alívio para o fiscal agropecuário Evandro Cabral Mascarenhas, 68 anos. Diante do extremo descaso por parte do Governo Federal, mesmo depois de mais de quatro décadas de muito trabalho, ele teve de recorrer ao judiciário para conseguir a reparação de seus proventos. Felizmente, hoje ele tem um bom motivo para comemorar: acaba de ganhar um processo na justiça que garantiu aos inativos da sua categoria a mesma Gratificação de Atividade de Fiscalização Agropecuária (GDFAFA) paga aos servidores em atividade. Criada em 2000, a parcela representava cerca de 50% do valor do vencimento padrão básico, mas não incluía os aposentados e os pensionistas.

Em dezembro de 2004, enquanto o processo dos fiscais agropecuários estava em andamento, o governo criou uma lei que garantia 16,5% aos aposentados, mas a decisão ainda contrariava a Constituição Federal, que assegura aos aposentados e beneficiários de pensão todas as vantagens concedidas aos

ativos – a famosa regra da paridade. “Agora, conseguimos ganhar a causa. São cerca de mil fiscais no Brasil todo. A previsão é que o percentual seja incorporado à folha de pagamento ainda este ano e, no próximo, recebemos os retroativos”, diz Mascarenhas, que também é diretor dos Aposentados e Pensionistas da Associação dos Fiscais Agropecuários do Ministério da Agricultura e do Abastecimento na Bahia (AFAMA/BA).

Impasses com o executivo

Para a presidente da APSEF, Cecília Landim, a batalha enfrentada por Mas-

carenhas retrata com exatidão os reflexos da política remuneratória encampada pelo Poder Executivo desde meados da década de 1990 e cuja legitimidade agora vem sendo discutida na esfera judicial. “No afã de reduzir custos com a folha, e elegendo os aposentados como os grandes vilões, o governo vem tentando sistematicamente driblar a regra constitucional da paridade, ao criar gratificações de produtividade, com valores superiores para os servidores da ativa”, analisa ela. “Fica a impressão clara de que o governo, mesmo sofrendo derrotas sucessivas no Poder Judiciário, prefere apostar numa suposta falta de mobilização dos inativos e também no próprio desconhecimento sobre seus direitos, principalmente dos pensionistas, fazendo com que muitos acabem não ingressando com ações no âmbito do Judiciário para recuperar suas perdas.”

Cecília Landim alerta que essa tática pode ser interessante para os cofres do Governo no curto prazo, eis que, de fato, o Governo vem conseguindo melhorar a remuneração dos servidores, deixando a conta de possíveis ações judiciais para os próximos governantes. “Tratando a questão dos aposentados de forma protelatória, tentando vencer

pelo cansaço, a União está acumulando um passivo judicial bilionário. E mesmo com as vitórias nos tribunais, sempre há uma perda para os aposentados, já que muitos sequer estarão vivos quando as ações forem executadas”, diz.

O mesmo raciocínio tem o professor aposentado do Departamento de Serviço Social (SER) da Universidade de Brasília (UnB), Vicente Faleiros. Para ele, em vez de facilitar, o governo federal quer diminuir os gastos e, com isso, corta direitos dos aposentados e pensionistas. “É uma política de restrição que está bem clara no Brasil. Os aposentados têm urgência e deveriam receber atenção especial, até porque têm pouco tempo de vida”, observa. Na visão de Mascarenhas, é o fato de o governo federal não ter interesse em beneficiar os servidores inativos que torna tão visível o descumprimento de princípios e normas legais que regem os regimes previdenciários no país.

Um problema histórico

Desde a implantação no Brasil, há mais de uma década, de uma ideologia neoliberal que prega a responsabilidade do atraso do país ao ônus dos cofres públicos em sustentar os aposentados e pensionistas, os sucessivos governos têm tentado encontrar fórmulas que reduzam os gastos com inativos, sejam eles servidores públicos ou originários da iniciativa privada – que pertencem ao regime geral de previdência social. Para a Procuradora Regional do Trabalho, aposentada e professora aposentada da Faculdade de Direito da UnB, Márcia Flávia Santini Picarelli, essa colocação, inclusive, foi muito bem explorada pelo governo Luiz Inácio Lula da Silva na fase que precedeu a reforma previdenciária na qual foi instituída a cobrança de uma taxa de 11% dos inativos do serviço público federal. Medidas como essa revelam um total desconhecimento da grandeza da seguridade social, por ela considerado “o maior legado das sociedades democráticas do Ocidente”.



Na década de 1990, com o Plano Bresser, a lei em vigor determinou que os salários fossem reajustados pela média da inflação dos meses anteriores, por meio do índice Unidade de Referência de Preços (URP). “O cálculo é de que, durante esse plano, houvesse redução de cerca de 10% na remuneração”, diz Faleiros.

O Plano Bresser também foi objeto de milhares de ações judiciais impetradas por servidores públicos, quase todas com ganho de causa para os reclamantes. Na década seguinte, a de 90, a União voltou a sofrer derrotas sucessivas na esfera judicial, desta vez por conta do reajuste de 28,86% concedido aos militares. De tanto perder, a União preferiu tentar um grande acordo administrativo, com os servidores desistindo das ações para receber o montante devido em catorze parcelas, em um período de sete anos.

A força da união

A presidente da APSEF recorda que as ações judiciais confundem-se com a própria história da entidade que dirige. Desde 1997, a associação tem recorrido aos tribunais para tentar reverter medidas que o governo tem adotado contra aposentados e pensionistas, inclusive em temas complexos e que abrangem pequenos grupos de servidores, como os agregados e aqueles que percebiam a gratificação bienal. “Nós, de certa forma, somos guardiões da memória do serviço público, principalmente no que tange à área de recursos humanos. Por isso, temos, antes de tudo, o dever de preservar o direito do aposentado”, afirma Cecília Landim.

A sustentação de uma associação como a APSEF, com mais de dez anos de atividades, diz ela, é a prova de que os aposentados e pensionistas podem apagar a pecha que carregam de serem apáticos e omissos em relação a luta travada entre servidores e governo. Mais que isso, talvez seja o único caminho viável para assegurar seus direitos. “A União gasta milhões com suas áreas



jurídicas na defesa das medidas que toma, ainda que as mesmas explicitamente afrontem a Constituição Federal. Procuradores e advogados estão entre as carreiras mais bem remuneradas do serviço público. É evidente que para fazermos esse enfrentamento a máxima que diz que ‘a união faz a força’ é mais que verdadeira. É vital.”

“Eles (os aposentados) devem se organizar efetivamente para reivindicar os seus direitos mediante fortes entidades representativas, conforme demonstram as experiências vividas por aposentados em países desenvolvidos”, concorda Márcia Picarelli

Estatuto do Idoso

Artigo 3º

“É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.”





stockxg

Estatuto do Idoso

Por Arnaldo Faria de Sá

Aprovado pela Câmara dos Deputados em agosto de 2003 e pelo Senado pouco mais de um mês depois, o texto estabelece como dever da família, da sociedade e do Poder Público assegurar ao Idoso, com absoluta prioridade, o efetivo direito à vida,

à saúde, à alimentação, ao transporte, à moradia, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

O estatuto transforma em crime, com penas que vão até 12 anos de prisão, maus tratos a pessoas idosas; proíbe a discriminação do idoso nos planos de saúde pela cobrança de valores diferenciados por idade; assegura o forneci-

mento de medicamentos, especialmente os de uso continuado; prevê o fornecimento gratuito de órteses e próteses no tratamento de habilitação e reabilitação; garante aos idosos descontos em atividades culturais e de lazer; assegura às pessoas com mais de 65 anos de idade que vivem em famílias carentes o benefício assistencial (artigo 34 e seu parágrafo único da Lei n.º 100.741, de 2003) de um salário mínimo e concede prioridade aos cidadãos da terceira idade na compra de unidades em programas habitacionais públicos. O texto prevê o respeito à inserção do idoso no mercado de trabalho e à profissionalização, a atenção integral à saúde dos cidadãos da terceira idade, medidas de proteção aos idosos em situação de risco, regras para as entidades que atendem a essa faixa etária, consolidação do Conselho do Idoso, dever de denúncia dos cidadãos em

“O Brasil tem destinado volume expressivo de recursos ao pagamento de benefícios a essa camada da sociedade”

caso de conhecimento de algumas formas de negligência, discriminação, violência, exploração, crueldade ou opressão contra os idosos.

O Estatuto do Idoso foi fruto de 20 anos de luta (várias proposições que tratavam sobre o mesmo assunto foram apensadas). A discussão interna entre os associados de inúmeras entidades que representam os interesses desse segmento é muito antiga, mas, somente consolidou-se em meados da década de 90, e a aprovação da proposta pelas duas Casas do Congresso Nacional ocorreu em 2003.

A sanção foi publicada pelo Diário Oficial da União no dia 3 de outubro de 2003, e as leis que compõem o estatuto começaram a vigorar, na sua totalidade, 90 dias após essa data, ou seja, em janeiro de 2004.

Não podemos deixar de expressar o orgulho que sentimos pela luta que os cidadãos da terceira idade empreenderam, buscando seus direitos com firmeza e dignidade.

“Devemos a cada dia enaltecermos o respeito que temos pela trajetória de cada um e o nosso profundo desejo de que todos esses cidadãos vençam as dificuldades impostas e se sobreponham a elas, construindo, com a sabedoria que o tempo lhes deu, um dia seguinte melhor, mais pleno de cidadania, solidariedade, compreensão e união entre as gerações” — Arnaldo Faria de Sá.

O Estatuto do Idoso cumpre valiosa função suplementar: as diversas formas de discriminação, inclusive tortura física e moral de idosos, ganharam relevo na sociedade. Os veículos de informação trazem todos os dias ao conhecimento do público relatos que voltaram a ser notícia. A exclusão de pessoas de mais idade não é vista mais como ocorrência natural. O sentimento de vergonha social pelo espetáculo deprimente trouxe o submundo dos velhos à luz do dia. Relatos estarrecedores voltaram a ser notícia. A denúncia de segregação familiar e de negligência dos poderes públicos repercute como atos de crueldade. Não há mais sigilo nem impunidade. A partir da idade em que

as pessoas perdem condições de competir, passam a ser tratadas como mortas à espera de sepultura. A estatística da crueldade aumentou, mas pela repercussão abriu espaço à denúncia de maus-tratos físicos e morais.

Por um critério universal, desde que Cícero, em Roma, disse que a velhice começa aos 60 anos, pouco evoluiu a idéia de aproveitar a experiência dos que vivem mais. O oriente tem o culto da velhice, mas no Ocidente só a mocidade tem interesse e recebe estímulos.

O Estatuto do idoso, que entrou em vigor no primeiro dia do ano de 2004, é um marco ético e humano para a sociedade. O Estado cuida dos direitos mínimos da velhice, mas não é capaz de reaproveitar a experiência e a reflexão dos mais velhos. Só agora a sociedade desperta para a obrigação do respeito devido aos que ultrapassaram o tempo da competição pela vida. A nossa cultura tem muito a receber da velhice que é, científica e estatisticamente, uma fatalidade de ser culturalmente avaliada e aproveitada como sinal de civilização.



Arnaldo Faria de Sá, Advogado, Contador, Professor e Radialista está em seu 6º mandato como Deputado Federal, reeleito consecutivamente.

Reformas sociais



*Plenário
da Câmara*

Congresso Nacional analisa propostas para adequar leis às demandas da crescente população idosa

No Brasil, o número de idosos - pessoas com 60 anos de idade ou mais - é de quase 15 milhões, o que representa 8,6% da população. Para os próximos 20 anos, esse número pode ultrapassar os 30 milhões de pessoas, ou 13% do total de brasileiros, segundo estimativas do IBGE. E esse aumento na expectativa de vida (para 71,3 anos) pede alterações nas

leis do País. No Congresso Nacional, tramitam dezenas de projetos e propostas com um mesmo objetivo: promover uma profunda reestruturação social nas leis para atender à demanda dessa população que vive, cada vez, mais e melhor.

No caso específico das aposentadorias e pensões dos servidores públicos federais, tra-

mita a PEC 22/07, de autoria do senador Paulo Paim, que estabelece normas para o reajuste dos proventos na mesma data e com os mesmos critérios de correção dos benefícios do Regime Geral de Previdência Social. Segundo o senador, a medida se explica porque “os problemas de perda de poder aquisitivo que enfrentam os servidores públicos inativos são exatamente os mesmos daqueles dos segurados do regime geral de previdência social, não se justificando tratá-los diferentemente”. A matéria ainda aguarda a indicação do relator.

Outra proposta do senador Paulo Paim também passou pelo Senado em abril. Foi o Projeto de Lei 296/03, que acaba com o “fator previdenciário”. O mecanismo, criado em 1999, durante o governo Fernando Henrique Cardoso, leva em conta o tempo de contribuição, a idade e a expectativa de vida para estimular os segurados a adiarem a aposentadoria. No caso de quem se aposenta pelo tempo mínimo de contribuição (30 anos para mulheres e 35 para os homens), há uma redução no valor do benefício.

Segundo Paim, a medida vai beneficiar 30 milhões de brasileiros. A nova forma de cálculo para a aposentadoria tomaria como base as 80 maiores contribuições individuais de 1994 até 1º de março deste ano. Uma das críticas à proposta é de que é preciso fixar uma idade mínima para requerer a aposentadoria antes de acabar com o “fator previdenciário” – mas o autor do projeto alega que já apresentou uma Proposta de Emenda à Constituição para regulamentar a questão (PEC 10/08). Ainda não se sabe qual será o impacto da medida nas contas públicas.

Também tramita na Casa o Projeto de Lei Complementar 42/03. Aprovado em abril pelos senadores, a proposta regulamenta o reajuste do salário mínimo até 2011. Medida que deve beneficiar quem já se aposentou. É que uma emenda do senador Paulo Paim (PT-RS), já aprovada pelo Senado Federal, estende aos aposentados do INSS o mesmo sistema aplicado ao salário mínimo. Os valores seriam corrigidos anualmente levando em conta a inflação e a variação do Produto

Interno Bruto (PIB) no período. O impacto da emenda poderá elevar o gasto anual da Previdência em R\$ 3,5 bilhões.

A matéria agora volta para a Câmara dos Deputados, onde será novamente apreciada, e depois precisa passar pela sanção do Presidente da República. Só então, o governo concederá, de forma retroativa a 1º de março, aumento real aos aposentados do INSS - eles receberam apenas a reposição referente à inflação. Com a aprovação definitiva, a partir do dia 1º de fevereiro de 2009 o salário mínimo e as aposentadorias receberiam, além da inflação de 2008, um aumento de 5,4% - percentual do crescimento do PIB em 2007. Para o senador Aloizio Mercadante (PT-SP), apesar do mérito do projeto, não há recursos para pagar essa conta. O déficit anual da Previdência é de quase R\$ 44 bilhões.

Precatórios

Já na Câmara dos Deputados, tramita a Proposta de Emenda à Constituição 153/07, do deputado Dr. Nechar (PV-SP), que dá prioridade ao pagamento de precatórios a idosos e portadores de doenças graves ou deficiências física e mental. A idéia é evitar a demora nos pagamentos, prejudicando ainda mais o credor idoso ou portador de doença. Atualmente, a Constituição prioriza apenas

Congresso Nacional



aqueles de natureza alimentícia e de pequeno valor – até 60 salários mínimos. A proposta aguarda parecer da Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania (CCJC).

Também à espera de um parecer da CCJC, está a proposta do deputado Beto Albuquerque (PSB-RS). O Projeto de Lei 6015/05 institui o Fundo Nacional do Idoso para financiar programas e ações relativas a essa faixa da população. O texto autoriza a dedução do Imposto de Renda de pessoas físicas e jurídicas para doações efetuadas a esse fundo, seja no âmbito municipal, estadual ou nacional. Pela proposta, a dedução obedece às mesmas regras das doações para instituições que cuidam de crianças e adolescentes – ou seja, até o limite de 1% do imposto devido.

Para Albuquerque, a criação de um incentivo fiscal em favor da criança e do adolescente prejudicou as instituições dedicadas a idosos. O objetivo do novo projeto é restabelecer o equilíbrio das doações antes existentes. Além das doações, o Fundo vai receber repasses da Seguridade Social, contribuições de governos e organismos estrangeiros, resultados de aplicações do governo brasileiro e de organismos internacionais, resultados de aplicações no mercado financeiro e recursos destinados pelo Orçamento da União.

Transporte e lazer

Outros dois projetos, que tramitam em conjunto, podem trazer benefícios para os aposentados que costumam viajar. O Projeto de Lei 2290/07, do deputado Chico Lopes (PCdoB-CE), obriga as empresas aéreas a conceder desconto de 50% nas passagens para maiores de 60 anos. As empresas aéreas devem reservar ao menos 5% das vagas de cada voo para a concessão do benefício. Bastará ao idoso apresentar documento pessoal que comprove a idade para ter direito ao benefício, da mesma forma como ocorre para ter direito à gratuidade nos transportes públicos. A única condição é que o usuário precisa comprar o bilhete com antecedência mínima de 72 horas.

O projeto tramita em regime de prioridade, apensado ao Projeto de Lei 1193/95, do ex-deputado Jorge Anders. Esta proposta, por sua vez, visa garantir um desconto de 50% em passagens para idosos com mais de 60 anos, aposentados, pensionistas e ex-combatentes. Também tramita em conjunto o Projeto de Lei 1967/99, do Senado Federal, que autoriza o acesso gratuito de idosos a parques nacionais.

Outras propostas

- A deputada Solange Amaral (PFL-RJ) quer tornar obrigatório o regime de separação total dos bens somente para os maiores de 70 anos que decidam se casar. O Projeto de Lei 108/2007 quer atualizar o Código Civil, que registra essa obrigatoriedade já a partir dos 60 anos. A mudança na idade tem a ver com o aumento da expectativa de vida do brasileiro. A proposta visa proteger o patrimônio dos idosos e os direitos dos herdeiros contra pessoas que se casam por interesse.
- O Projeto de Lei 1904/07, do deputado Cleber Verde (PRB-MA), reduz de 65 para 60 sessenta anos a idade em que a mulher tem direito ao benefício mensal de um salário mínimo, previsto na Lei de Orgânica da Assistência Social, caso não tenha meios de se manter. De acordo com o projeto, as despesas decorrentes dessa mudança serão cobertas pelo orçamento da seguridade social. Para os homens, a idade permanece a mesma (65).
- A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) pode ganhar um capítulo só com medidas de proteção ao trabalho do idoso. A idéia é da senadora Lúcia Vânia (PSDB-GO). O Projeto de Lei 315/07 estabelece, entre outros, que a jornada de trabalho do idoso não poderá exceder a 44 horas semanais. Para aqueles que trabalham sob condições penosas, perigosas ou insalubres, haverá uma redução de 30 minutos na jornada diária, sem prejuízo do salário. Os dispositivos reproduzem recomendações da Organização Internacional do Trabalho, destinadas a reduzir as dificuldades dos trabalhadores com mais de 60 anos.

A aposentadoria do Servidor Público Federal

Legislação

Desde a Constituição de 1988 e a Lei 8.112 de 1990, que instituiu o Regime Jurídico Único, a aposentadoria no serviço público passou por várias reformas. Destacam-se a primeira, realizada em 1998, com a aprovação da Emenda Constitucional nº 20; a segunda, com a Emenda nº 41, aprovada em 2003 e a terceira, aprovada em 2005, por meio da emenda 47, chamada PEC Paralela.

Mudanças

A Primeira reforma - Emenda 20 – Estabeleceu idade mínima de 48 anos de idade para mulher e 53 anos de idade para o homem para aposentadoria e 10 de anos de permanência no serviço público.

A Segunda reforma – Emenda 41 – Ampliou os critérios para a aposentadoria. A idade mínima passou a ser de 55 anos para mulher e 60 anos para o homem. O tempo mínimo no serviço público passou de 10 para 20 anos e a base de cálculo deixou de ser a remuneração de cargo efetivo para ser considerada a média aritmética simples das maiores remunerações, utilizadas como base para as contribuições do servidor aos regimes de previdência a que esteve vinculado, sem paridade com o servidor em atividade.

A Terceira reforma – Emenda 47 – Restabeleceu, na aposentadoria voluntária por tempo de

contribuição, a paridade para quem entrou no serviço público até 31 de dezembro de 2003, voltando o cálculo dos proventos a ser feito com base na última remuneração do servidor em atividade com efeito retroativo àquela data.

A regra atual

Hoje, a aposentadoria no serviço público pode ser voluntária, compulsória ou por invalidez. Apesar das mudanças introduzidas pelas emendas constitucionais, ainda é possível aos atuais servidores requererem a aposentadoria integral. Isso se dá em virtude do direito adquirido e das regras de transição. E atenção! Sempre que se modificar a remuneração dos servidores em atividade, modifica-se também, na mesma proporção e na mesma data, a remuneração do aposentado e do pensionista.

A aposentadoria integral para os atuais servidores

O servidor que tenha ingressado no serviço público até 31 de dezembro de 2003 poderá



aposentar-se com proventos integrais, que corresponderão à totalidade da remuneração do servidor no cargo efetivo em que se der a aposentadoria, desde que:

No caso dos homens, tenha 65 anos de idade e 35 anos de contribuição;

No caso das mulheres, tenha 55 anos de idade e 30 anos de contribuição;

25 anos de exercício no serviço público, 15 de carreira e cinco anos de exercício no cargo em que se der a aposentadoria.

A idade mínima poderá sofrer redução de um ano de idade para cada ano de tempo de contribuição que exceder os 30 anos para a mulher e 35 anos para o homem.

A aposentadoria voluntária

De acordo com o artigo 40 da Constituição e a Emenda 41, a aposentadoria por idade pode ocorrer em duas situações: por tempo de contribuição e idade, e por idade com proventos proporcionais ao tempo de contribuição.

No caso da aposentadoria voluntária por tempo de contribuição e idade, o servidor deve preencher os seguintes requisitos:

Tempo mínimo de 10 anos de efetivo exercício no serviço público;

Tempo mínimo de 5 anos de efetivo exercício no cargo efetivo em que se dará a aposentadoria;

Se for homem, 60 anos de idade e 35 anos de contribuição; 55 anos de idade e 30

de contribuição, no caso das mulheres.

Para a aposentadoria voluntária por idade com proventos proporcionais ao tempo de contribuição, o servidor deve preencher, cumulativamente, os seguintes requisitos:

Tempo mínimo de 10 anos de exercício no serviço público;

Tempo mínimo de 5 anos de efetivo exercício no cargo efetivo em que sedará a aposentadoria;

Idade mínima de 65 anos para o homem e, para a mulher, idade mínima de 60 anos.

Na aposentadoria voluntária por tempo de contribuição e idade, os proventos serão calculados com base na última remuneração do servidor. No caso da aposentadoria voluntária por idade com proventos proporcionais ao tempo de contribuição, considerando a média aritmética simples das maiores remunerações, utilizadas como base para as contribuições do servidor aos regimes de previdência a que esteve vinculado, observado o critério de 1/35 avos se homem, e 1/30 avos se mulher, por ano de contribuição.

A aposentadoria por invalidez

De acordo com a Constituição, o servidor que se aposentar por invalidez permanente receberá o benefício proporcional ao tempo de contribuição, exceto se decorrente de acidente em serviço, moléstia profissional ou doença grave, contagiosa ou incurável.

Para o cálculo dos proventos da aposentadoria por invalidez será considerada a média aritmética simples das maiores remunerações, utilizadas como base para as contribuições do servidor aos regimes de previdência a que esteve vinculado.

A aposentadoria compulsória

A aposentadoria compulsória não mudou. O servidor será aposentado compulsoriamente a partir do dia imediato àquele em que completar 70 anos de idade. O cálculo do benefício segue a mesma regra da aposentadoria por invalidez



Carlos Lupi

O Ministro do Trabalho e Emprego fala sobre os motivos da volta ao mercado de trabalho de profissionais acima dos 55 anos



“Complementação da renda familiar, aumento da expectativa de vida do brasileiro e necessidade de mão de obra especializada”. Esses são, segundo o Ministro do Trabalho e Emprego, Carlos Lupi, os motivos que têm trazido de volta ao batente tantos profissionais acima dos 55 anos. Confira trechos da entrevista concedida pelo Ministro à Revista Pratique Viver.

Pratique Viver: De acordo com a Pesquisa Mensal de Emprego (PME) do IBGE, cerca de 18% da população empregada nas seis regiões metropolitanas do país corresponde à faixa etária com mais de 50 anos. Entre maio de 2002 e maio de 2006, a participação desse grupo na população ocupada teve um crescimento de 2,7 pontos percentuais, único segmento a apresentar aumento neste período. Na sua avaliação, a que se deve esse número tão expressivo?

Carlos Lupi: De acordo com a Relação Anual de Informações Sociais (RAIS) 2006, em nível Brasil, a participação dos trabalhadores com mais de 50 anos situa-se em torno de 12,60%, percentual inferior ao observado nas faixas de 18 a 24 anos (17,82%), de 25 a 29 anos (17,51%) e

de 30 a 39 anos (28,9%) e 40 a 49 anos (22,24%). Observa-se que o percentual somente é superior ao encontrado na faixa de 16 a 17 anos (0,88%), onde se concentra grande número de aprendizes.

Analisando o período de 2002 a 2006, verifica-se que na faixa etária acima de 50 anos houve um crescimento, em números absolutos, de 1.204.571 postos resultante da passagem de 3.223.102 trabalhadores, em 2002, para 4.427.683 postos em 2006. Em termos relativos representa um aumento de 37,37%, a maior taxa de crescimento em relação às demais faixas etárias: de 16 a 17 anos (10,45%), 18 a 24 anos (15,24%), de 25 a 29 anos (28,99%), de 30 a 39 anos (16,76%) e de 40 a 49 anos (25,30%).

“A participação dos trabalhadores com mais de 50 anos situa-se em torno de 12,60%.”

Pratique Viver: A participação do idoso brasileiro no mercado de trabalho é alta, também, considerando os padrões internacionais. A que o Senhor atribui essa realidade?

Carlos Lupi: Este comportamento pode ser atribuído, em parte, à necessidade de complementação de renda familiar, aumento de expectativa de vida do brasileiro e da necessidade de mão de obra especializada, o que leva alguns aposentados a retornar ao mercado de trabalho.

Pratique Viver: Quais os segmentos de mercado que mais têm empregado trabalhadores acima de 50 anos? Existe alguma razão para isso?

Carlos Lupi: De acordo com os dados da RAIS 2006, o setor que concentra maior número de trabalhadores acima de 50 anos é a Administração Pública que responde por 40,01%

“De acordo com os dados da RAIS 2006, o setor que concentra maior número de trabalhadores acima de 50 anos é a Administração Pública que responde por 40,01% dos 4.727.683 vínculos empregatício”

dos 4.727.683 vínculos empregatícios. Em menor medida, vem os Serviços de Alojamento, Alimentação e Reparação, com a participação de 7,76% (343.643 postos), o Serviço de Comércio e Administração de Imóveis, com a participação de 7,05% (312.013 postos) e o Comércio Varejista com a participação de 6,90% (305.691 postos).

Pratique Viver: Em países desenvolvidos, existem programas de educação permanente e de capacitação profissional que aumentam as possibilidades de emprego para os mais velhos. No Brasil, existe algum projeto nesse sentido?

Carlos Lupi: Quanto à política pública de qualificação, consubstanciada no Plano Nacional de Qualificação (PNQ), os idosos têm preferência de acesso aos cursos de qualificação social e profissio-

nal, no entanto, o atendimento a essa população tem historicamente ficado aquém da sua participação na População Economicamente Ativa. Reconhecendo a importância da qualificação para os idosos, como forma de contribuir para a inserção e atuação cidadã no mundo do trabalho dessa população, o MTE está propondo ao Conselho Deliberativo do FAT (CODEFAT) nova resolução e termo de referência, na qual se pretende enfatizar os idosos como públicos prioritários para os cursos de qualificação social e profissional desenvolvidos com recursos do FAT. Ao Codefat cabe, dentre outras atribuições, definir as diretrizes para o PNQ.

Pratique Viver: O idoso hoje representa uma alternativa barata para as empresas. O empregador não paga vale-transporte, não precisa ter uma relação de trabalho formal e não recolhe INSS porque o trabalhador já é aposentado. Existe algum projeto de incluir na CLT medidas de proteção ao trabalhador idoso que garantam melhores condições de trabalho e evite que eles sejam explorados?

Carlos Lupi: Os dados relativos à remuneração média dos trabalhadores com mais de 50 anos, de acordo com a RAIS 2006, que retrata o emprego formal brasileiro, compreendidos nas faixas de 50 a 64 anos (R\$ 1.760,16) e mais de 65 anos (R\$ 1.661,01), mostram que os rendimentos destes trabalhadores são maiores que os percebidos pelos trabalhadores nas faixas: 16 a 17 anos (R\$ 400,95), de 18 a 24 anos (R\$ 664,07), de 25 a 29 anos (R\$ 958,49), de 30 a 39 anos (R\$ 1.255,33) e de 40 a 49 anos (R\$ 1.630,10). Observa-se, também, que estes trabalhadores obtiveram ganhos reais mais expressivos: 17,04% (50 a 64 anos) e 17,87% (mais de 65 anos).

COTIDIANO

Como evitar acidentes domésticos

A ocorrência de acidentes na terceira idade é freqüente e pode levar a danos físicos irrecuperáveis ou até mesmo à morte. Os acidentes aumentam com a idade e, na maior parte dos casos, ocorrem dentro de casa. As quedas acontecem, geralmente, entre o quarto e o banheiro e têm na fratura do fêmur a sua principal e mais grave conseqüência. Por isso, com algumas modificações, é possível tornar a casa mais segura para os mais velhos. A cama, por exemplo, não deve ser muito alta, ficando entre 50 e 55 centímetros para que a pessoa possa firmar bem os pés antes de se levantar. No caso dos interruptores, a dica é para que eles fiquem ao alcance da pessoa na cama para que ela não tenha de se movimentar no escuro antes de acender a luz. Também a instalação de barras de apoio no banheiro é fundamental para evitar quedas. Os armários, por sua vez, não devem ser nem muito altos ou baixos para evitar que o idoso tenha de se esticar ou se abaixar para pegar algo. O piso precisa ser antiderrapante, os degraus devem ser substituídos por rampas de inclinação leve e os tapetes, fixos no chão.

ESTÉTICA

Ginástica facial

Movimentos fáceis como esticar a testa, contrair o lábio, insuflar a bochecha e puxar os olhos podem levar a resultados que, se não chegam a ser milagrosos, certamente garantem mais firmeza ao rosto. Indicada por fonaudiólogos, a ginástica facial ajuda a promover o bom funcionamento de funções vitais como respiração, mastigação e fala. E o melhor: além de não demandar aparelhos, ela pode ser feita em casa. Basta um espelho. Esses exercícios acompanham os movimentos naturais da pele, pelo movimento de contração e relaxamento dos músculos, como franzir a sobrancelha, por exemplo, e são muito indicados antes e depois de cirurgias faciais, ferimentos graves ou perda de atividades musculares como paralisia cerebral. Para os dermatologistas, ela serve também para combater os vícios de expressão, de flacidez, os sulcos e rugas. Além disso, alivia o estresse e a tensão dos músculos da face e melhora o contorno e a má postura da cabeça e do corpo. Para obter resultados satisfatórios, no entanto, é necessário ter disciplina. Sem contra-indicações, ela deve ser orientada por um profissional e pode ser feita apenas 15 minutos por dia.

COMPORTAMENTO

Fase de decisões

Depois que chega a época da aposentadoria, sintomas como apatia, conformismo, depressão, sensação de vazio e inutilidade geralmente sinalizam para a chegada de uma crise. Afinal, são mudanças profundas na rotina de quem trabalhou a vida toda. De um lado, o dilema é saber o que fazer com o tempo livre. De outro, como retornar ao mercado, caso a opção seja por continuar trabalhando. Especialistas no envelhecimento afirmam, no entanto, que essa fase não é, necessariamente, um beco sem saída. Eles garantem que, com uma boa dose de otimismo e alguma determinação, é possível passar por esse período turbulento e superar as fissuras. Nos dois casos, as escolhas são pessoais e envolvem decisões importantes. A recomendação é que os aposentados acreditem em si mesmos e possam descobrir novos caminhos, pois, sabe-se, com uma boa dose de auto-estima, é bem mais provável ter motivação para agir. Na elaboração de um novo plano de vida e na recuperação dos projetos abandonados, a dica é para que haja o máximo de criatividade e tranquilidade para que o processo de mudança seja saudável.

CULINÁRIA

Rosquinhas práticas e saborosas

Num dia tranqüilo em que estamos em casa, nada melhor do que poder preparar uma receita bem fácil, prática e gostosa. E, para quem estiver disposto, aí vai uma boa pedida para o lanche da tarde: rosquinhas doces. Para preparar a massa são necessárias três xícaras de açúcar, três colheres de sopa de margarina, um quilo de farinha de trigo, uma xícara de chá de leite, três ovos, uma colher de sopa de fermento em pó, essência de baunilha, óleo para fritar e canela a gosto. É bem simples. Primeiro, bata os ovos com o açúcar e a margarina. Junte o leite, o fermento, a essência e, por último, a farinha de trigo. Modele a massa em rolinhos de espessura de um dedo e vá moldando no formato de rosquinhas. Frite em óleo quente e coloque sobre papel absorvente. Depois, é só retirar o papel, polvilhar com açúcar e canela e servir.

SAÚDE

Respirar bem melhora a memória

O simples hábito de respirar corretamente pode melhorar a qualidade de vida dos idosos, diminuir os níveis de depressão e ansiedade e até mesmo aumentar a sua memória e a lembrança dos episódios. A descoberta foi feita pela fisioterapeuta e professora da UnB Marisa Pereira Gonçalves, em uma pesquisa realizada em 2007 com 32 pessoas, com idade entre 60 e 78 anos. “Esse tipo de exercício produz vários benefícios para o cérebro, e pode desenvolver mudanças na plasticidade cerebral”, analisa Marisa. Plasticidade cerebral é a capacidade de o organismo alterar estrutural e funcionalmente suas sinapses (conexões com os neurônios) para suprir áreas danificadas do sistema nervoso. Marisa explica que, como a maioria das pessoas não tem o costume de cuidar da respiração, é comum chegar à terceira idade com a musculatura respiratória debilitada. Além disso, os próprios declínios fisiológicos que acometem o sistema respiratório, decorrentes do envelhecimento e de hábitos de vida dos idosos (como o fumo), colaboram para tal debilidade.

BEM-ESTAR

Durma bem

Nem sempre é fácil ter uma boa noite de sono. Os problemas vão desde insônia, passando por dificuldades em começar a dormir, até interrupção e despertar durante a noite. E quem enfrenta madrugadas assim sabe muito bem das conseqüências no dia seguinte: a indisposição, o mau humor ou mesmo problemas mais sérios de saúde podem acabar também com o dia da pessoa. O sono não só renova as células, como recupera no organismo o bem-estar, as funções cognitivas e o sistema hormonal e imunológico, entre outras finalidades. Quando a noite é mal dormida, os efeitos são contrários. Assim, estresse, ansiedade, depressão, problemas familiares ou profissionais estão diretamente relacionados à qualidade do sono. Confira algumas dicas para dormir bem:

- 1 – Mantenha horários regulares para deitar e levantar;
- 2 – Deixe as preocupações longe da cama;
- 3 – Evite remédios para dormir sem ter uma prescrição médica (receita médica);
- 5 – Evite exercícios físicos em horários próximos ao deitar;
- 6 – Procure um ambiente para dormir sem luminosidade, ruído ou temperaturas desagradáveis;
- 7 – Evite bebidas que contenham cafeína, como café e refrigerantes, após as 15h.



Você se considera uma pessoa idosa ou velha?

Idosa é uma pessoa que tem muita idade.

Velha é a pessoa que perdeu a jovialidade.

Você é idoso quando sonha.

É velho quando apenas dorme.

Você é idoso quando ainda aprende.

É velho quando já nem ensina.

Você é idoso quando pratica esportes, ou de alguma outra forma se exercita.

É velho quando apenas descansa.

Você é idoso quando seu calendário

tem amanhãs.

É velho quando seu calendário só tem outens.

*O idoso é aquela pessoa que tem tido a felicidade de viver uma longa vida produtiva,
de ter adquirido uma grande experiência.*

*Ele é uma ponte entre o passado e o presente, como o jovem é uma ponte
entre o presente e o futuro.*

E é no presente que os dois se encontram.

*Velho é aquele que tem carregado o peso dos anos, que em vez de transmitir
experiência às gerações vindouras, transmite pessimismo e desilusão.*

*Para ele, não existe ponte entre o passado e o presente, existe um fosso que o
separa do presente pelo apego ao passado.*

O idoso se renova a cada dia que começa, o velho se acaba a cada noite que termina.

O idoso tem seus olhos postos no horizonte de onde o sol desponta e a esperança se ilumina.

O velho tem sua miopia voltada para os tempos que passaram.

O idoso tem planos.

O velho tem saudades.

O idoso curte o que resta da vida.

O velho sofre o que o aproxima da morte.

O idoso se moderniza, dialoga com a juventude, procura compreender os novos tempos.

O velho se emperra no seu tempo, se fecha em sua ostra e recusa a modernidade.

O idoso leva uma vida ativa, plena de projetos e de esperanças.

Para ele o tempo passa rápido, mas a velhice nunca chega.

O velho cochila no vazio de sua vida e suas horas se arrastam destituídas de sentido.

As rugas do idoso são bonitas porque foram marcadas pelo sorriso.

As rugas do velho são feias porque foram vincadas pela amargura.

*Em resumo, idoso e velho são duas pessoas que até podem ter a mesma idade
no cartório, mas têm idade bem diferente no coração.*

AVOCÊ IDOSO, GUARDE A ESPERANÇA DE NUNCA FICAR VELHO.

Autor Desconhecido





A APSEF

A Associação Nacional dos Aposentados e pensionistas do Serviço Público Federal - APSEF nasceu da necessidade de congregar profissionais experientes, apoiados numa longa folha de serviços prestados à nação, em torno da defesa de valores éticos e humanísticos relacionados com a construção de uma sociedade mais justa e solidária, que respeite e trate com dignidade seus aposentados.