

Em 2009 vamos falar muito em Educação Previdenciária

Você sabe qual a importância do tema Educação Previdenciária? E qual a relação com Educação Financeira? São assuntos que se completam e que estão ganhando evidência.

Uma das mobilizações da Secretaria de Previdência Complementar (SPC) para 2009 é a educação previdenciária que é parte da educação financeira, um conjunto de informações que auxiliam a pessoa a escolher e planejar os objetivos de vida. Um trabalho que ganhou força no 29º Congresso Brasileiro dos Fundos de Pensão, realizado em novembro, no Rio de Janeiro, com a apresentação de um painel dedicado ao tema.

O planejamento para a aposentadoria está diretamente relacionado ao grau de educação financeira da população. E mesmo quem possui previdência complementar e preocupa-se com a aposentadoria tem dificuldade em compreender como é o cálculo do seu benefício. Por isso, a Fundação Banestes vai abordar o assunto repetidamente para seus participantes e familiares. ■



NESTA EDIÇÃO

03 CONHEÇA O SEGURO
PRESTAMISTA

04 AS AÇÕES DA FUNDAÇÃO
BANESTES DIANTE DA CRISE

05 ENTENDA O QUE HOUVE
COM O MERCADO FINANCEIRO

06 RECADASTRAMENTO
DE PARTICIPANTES

07 NOSSAS HISTÓRIAS,
NOSSA SAUDE

08 BANESCAIXA - APRENDA
A GERENCIAR SUA SAÚDE

Educação, Consciência, Adesão

A educação previdenciária permeou praticamente todas as ações voltadas aos participantes da Fundação Banestes ao longo deste ano. Campanhas, encontros e palestras foram uma oportunidade para semear a cultura de previdência. E a semente deu frutos.

Com o apoio do Banestes, foram promovidos sete encontros com os concursados convocados. O tema foi previdência complementar, um investimento na aposentadoria. Amensagem foi entendida e aceita, com 159 novos banestianos se inscrevendo na Fundação Banestes.

Outro trabalho de conscientização foi a campanha de aumento de percentual de contribuição. O participante com contribuição menor que 7% de seu salário recebeu uma carta com simulações de quanto ele pode lucrar no futuro poupando mais agora. Duzentos e oito participantes aumentaram sua contribuição este ano.

Os encontros com os participantes nas agências são ricos em informações e esclarecimentos. E, este ano, a Fundação Banestes promoveu de janeiro a outubro 19 palestras em agências e departamentos na Grande Vitória e interior do Estado.

Em 2009 vamos potencializar todas essas ações, reforçando o conceito da educação previdenciária na prática. ■

Final de ano com boas notícias

Neste período fazemos uma avaliação das tarefas cumpridas no decorrer do ano, e constatamos que com o trabalho em equipe todos crescem e as metas são alcançadas. Completamos 36 anos estamos entre as 70 instituições do país com um Patrimônio de 1 bilhão de reais que representa as aposentadorias dos participantes aposentados e ativos.

Internamente implementamos diversas ações de Controles Internos: no sistema de empréstimos parametrizamos o limite dos participantes à sua faixa salarial, possibilitamos mudança do perfil do empréstimo através da migração para nova circular 109 e adicionamos aos empréstimos a opção do seguro prestamista que representa uma segurança aos familiares dos participantes. Tivemos a adesão de 220 novos participantes e 101 novas aposentadorias, intensificamos a comunicação com os participantes promovendo palestras nas agências e reuniões na Banespar, criamos um canal de comunicação dentro da intranet do Banestes.

Apesar da crise mundial que atingiu fortemente todos os investidores nos últimos meses, a Fundação Banestes, com sua tradicional característica de um fundo de pensão mais conservador em aplicações e com medidas prudentes da Política de Investimento, possui mais de 90% do nosso patrimônio em ativos de Renda Fixa.

Para o próximo ano temos vários desafios como o desenvolvimento de novo sistema de benefícios, estudos para mudança de indexador da meta atuarial e a continuidade do projeto Educação Previdenciária.

Temos que sempre olhar para frente, desejando a todos os participantes um ano de 2009 com muito amor no coração.



Leandro Antônio da S. Tavares
Diretor Superintendente

Seu Fundo de Pensão

Associados	Novembro
Participantes ativos	2.006
Participantes autopatrocinados	146
Participantes vinculados	02
Pensionistas	211
Aposentados	1.523

Benefícios

R\$ 6.162.250,69 pagos em aposentadorias e pensões em novembro

Relacionamento (julho a novembro)

Atendimentos (pessoal e internet)	925 participantes atendidos
Reuniões	60 (Diretoria/Conselho/Participantes)

Empréstimos

Contratos	2.745
Total	R\$ 34.997.527,61 em empréstimos aos participantes em novembro.

Falecimentos

Elzio Ferreira da Silva	19/08/2008
Ilma Passos de Mattos	28/08/2008
Gersino Teixeira Neves Filho	05/09/2008
Maria da Conceição Cazemiro Abreu	09/09/2008
Antonio Juarez Martins	29/09/2008
Maria Izabel Vanini Neppi	09/10/2008
Nestor Tavares Allemand Filho	08/11/2008
Edyr Venturini Chiabai	10/11/2008

Novos Participantes Assistidos

Aislan Crispim Ferreira	Maria Célia Laiola Guimarães
Alcina Linhares	Maria de Fátima Dutra Melo
Almerinda Quemelli Freitas	Maria do Carmo C. de A. Ferreira
Ana Artem	Maria Emilia Febroni Machado
Bernadete de Lourdes Ribeiro	Maria Estefânia Caulty Santos
Carlos Antonio A. dos Santos	Maria Jose da Cunha Mauri
Celiomar Moreira Souza	Maria Leandra Gonçalves
Cleucir Heiderick Ribeiro	Maria Luiza Colnago Meneguel
Daniela Aleluia Lana	Maria Marta Paiva B. Ferreira
Dílson Cortes Brito	Marinete Dadalto Santos
Elvira Pereira da Vitoria Xible	Mariza Ornellas
Felicia Melotti	Marselia Effgen Bourguignon
Georgete Santana Coqueiro	Michelly Cavaliere Muller
Gilna Renoldi dos S. Vieira	Mirttes Pereira Rodrigues
Jair Vicente	Nely Santos de Souza
Jeanne Lúcia de Freitas	Nora Ney Moro Muller
João Carlos Cuzzuol	Pedro Leandro Ventorim Faccin
Jorge Paulo Pionte	Plínio Roberto Mendith
Jose Belletable de Almeida	Regina do Carmo B. Machado
Keila Louzada de Oliveira	Renan Maia Rangel da Silva
Leia Nicoli	Reynaldo Afonso Guerra
Lilia Maria Z. R. Tinelli	Rita de Cássia Ponzó
Luiz Carlos Gomes	Sandra Helena da Silva
Marcelo Oliveira Barroso	Teresa Sfalsin
Margarete Paula S. e Silva	Vera Lucia Caon Tomaz
Margareth Aguiar Gonçalves	Wattson Muniz Lima Junior
Maria Aparecida Barbosa Zani	Yurie Maria Norberto

EXPEDIENTE

BANESES
Informação da Fundação Banestes de Seguridade Social

Av. Princesa Izabel, 574 - Ed. Palas Center, Bloco A, 16ª andar - Centro
CEP 29019-900 - Vitória - ES - Telefone: (27) 3383-1900 - Fax: (27) 3322-8577
www.baneses.com.br - email:falecomagente@baneses.com.br

Patrocinadores: BANESTES S/A - Banco do Estado do Espírito Santo, Banestes Seguros S/A, Banestes Administradora e Corretora de Seguros Ltda, Banestes Clube de Seguro e Fundação Banestes de Seguridade Social - BANESES. Conselho Deliberativo: Celso Cláudio Simões (Presidente), Gustavo Cláudio Santos, Rômulo de Souza Costa, Deosdete José Lorenção, Lúcio Carlos Faller Pereira, Octavio Augusto de Carvalho. Diretoria Executiva: Leandro Antônio da Silva Tavares (Diretor Superintendente), Réveles Belarmino dos Santos (Diretor de Investimentos), Izaías Cavazzana (Diretor de Seguridade). Conselho Fiscal: Laci José da Silva Carvalho (Presidente), Antônio Carlos Sampaio, Maria Elizabeth Tesch e Kátya Elvira Paste. Jornalista responsável: Alcione Lobato (R.P. 365/86). Fotos: Alcione Lobato / Stockxpert. Projeto Gráfico e Diagramação: Idéia Gráfica Comunicação Visual (3082-3140). Impressão: GSA Gráfica e Editora (3232-1266).

Seguro Prestamista

Uma garantia para a família do Participante

Desde o dia 01 de outubro, a Fundação Banestes em parceria com a Banestes Seguros oferece a seus participantes com empréstimo o seguro prestamista. Em caso de morte do participante, o saldo devedor do empréstimo será pago pelo seguro contratado e não mais pelo pecúlio. Uma tranquilidade para a família do participante.

“Na Fundação Banestes temos

também focado o lado social, ou seja, os dependentes dos participantes. E com a implantação do seguro prestamista, o pecúlio do participante proporcionará aos seus familiares equilíbrio financeiro em um momento difícil”, afirma o diretor superintendente da Fundação Banestes, Leandro Antônio da S. Tavares.

O cálculo do valor do seguro

levará em conta o saldo do empréstimo e a idade do participante. É um custo baixo considerando a segurança e a tranquilidade que o produto proporciona. A cobrança será via débitos na conta corrente do participante.

Para ter o seguro prestamista fale com a Fundação Banestes através do telefone 3383-1906 ou procure a sua agência. ■

Novas regras para Empréstimo

O participante interessado em solicitar empréstimo na Fundação Banestes deve conhecer as novas normas que foram implementadas a partir de setembro.

As alterações fazem ajustes que facilitam o atendimento e trazem vantagens para os participantes. Destaque para:


- Redução da taxa de juros usada no reajuste do valor da prestação de 0,75% para 0,65% + IGP-M.

- O tomador de empréstimo passa a ter o direito a contratar seguro prestamista junto à Banestes Seguros S/A para cobertura do saldo devedor em caso de seu falecimento.

- Caso o participante ativo passe para assistido com recebimento do benefício gerado por um dos planos na forma de pagamento único será exigida, de imediato, a liquida-

ção de parcela do saldo devedor que exceder o percentual de comprometimento da consignação mensal.

- A liquidação parcial ou antecipada do contrato, por iniciativa do tomador, poderá ser solicitada para qualquer data e se realizará por meio de débito em conta corrente até o primeiro dia útil subsequente ao recebimento do pedido que esteja na Fundação Banestes até às 16:00 horas. ■

 A Circular Nº 109 na íntegra se encontra no site: www.baneses.com.br

Esclarecimento sobre decisão do STJ e cobrança indevida do IR

Desde que o Superior Tribunal de Justiça reconheceu o direito a restituições de valores do Imposto de Renda sobre os benefícios recebidos a partir de 1996 a um grupo de aposentados de fundo de pensão que contribuíram na ativa, para seus planos de previdência complementar no período de 01/01/89 a 31/12/95,

a Fundação Banestes tem recebido muitas consultas de participantes querendo saber como isso reflete em seu benefício. Sobre o assunto, a Fundação Banestes esclarece:

- Pela decisão, o STJ determinou a devolução, com correção monetária, do Imposto de Renda que foi pago indevidamente pelos aposentados, proporcionalmente ao período de contribuição à entidade de previdência complementar abrangidos pela Lei 7.713/88 (de 01/1989 a 12/1995), para evitar a ocorrência da bitributação;

- Os beneficiados no processo julgado pelo STJ não são participantes da Fundação Banestes.

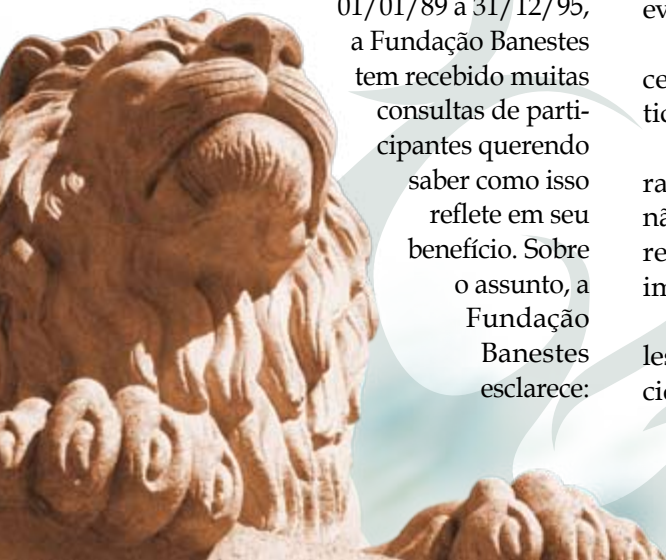
- Os assistidos que requereram seus benefícios até 31/12/1988 não se beneficiam da mencionada redução na base de cálculo do imposto de renda.

- A decisão só se aplica àqueles que tiverem o direito reconhecido por meio de ações judiciais.

- Os participantes que se encontram na ativa e contribuíram para a Fundação Banestes no período de 01/01/89 a 31/12/95 também terão direito a isenção quando requererem seus benefícios supletivos na Fundação Banestes;

- O participante que já ingressou com uma ação na Justiça, deve esperar o andamento do seu processo.

Assim, a Fundação Banestes orienta: se você requereu seu benefício na Fundação Banestes a partir de janeiro de 1989 e ainda não ingressou com ação judicial, procure a BANESPAR ou advogado de sua confiança para dar entrada com uma Ação Judicial Declaratória de Inexigibilidade do Tributo. ■



Diante da crise financeira, as ações da Fundação Banestes

Desde que a crise financeira mundial se intensificou, a Fundação Banestes tem estudado diariamente os cenários para minimizar os efeitos negativos em suas aplicações. Corrigindo rotas, antecipando soluções, a Diretoria e suas equipes buscam as melhores alternativas. Entre elas:

- Planejar e manter investimentos que visam garantir o pagamento das aposentadorias dos participantes, a partir de uma rentabilidade projetada em um horizonte de longo prazo.

- Liquidez – Os desembolsos da Fundação são gradativos e de longo prazo. Não necessitamos resgatar investimentos elevados para efetuar pagamentos imediatos. Portanto não necessitamos desfazer de investimentos estratégicos e a qualquer preço.

- Perda de Patrimônio – O mundo não ficará em recessão para sempre. Investimentos que hoje perderam valor, como o caso das ações, tendem a retornar ao crescimento novamente. O momento pede prudência nas decisões de alocações/desalocações em renda variável.

- Oportunidade - A prática da Fundação é aplicar em empresas de primeira linha e sua Política de Investimentos prevê limites conservadores para investimento



Diretoria Executiva reunida para discutir as ações.

em renda variável. Além disso, é necessário passar por avaliações do Comitê de Investimentos e aprovações da Diretoria Executiva e do Conselho Deliberativo. Como nossos compromissos são de longo prazo, devemos analisar com cautela as oportunidades de preços que este momento oferece, visando valorizações significativas no futuro.

- Diversificação – Nossa Política de Investimentos prevê limites para cada modelo de aplicação com o objetivo de manter nosso Patrimônio bem diversificado. Se um segmento vai mal, o risco é reduzido pelos outros tipos de investimentos que a Fundação possui. ■

Nosso comportamento no mercado

Quando a incerteza sobre os juros, câmbio, preços de ações e inflação estava se elevando (o chamado risco de mercado), a Fundação Banestes procurou reduzir seus investimentos expostos a este tipo de risco. À época, passou a concentrar-se mais em aplicações de CDB com bancos de baixo risco de crédito, fundos de investimento em Renda Fixa e compra de títulos públicos, ou seja, aumentou sua participação em risco de crédito privado e público.

Também optamos em fazer um ajuste no momento em que as linhas de crédito no Brasil foram reduzidas e as taxas de juros se fixaram em patamares mais elevados. Como o risco de não pagamento dos compromissos aumentou, passamos a ser mais rigorosos na aplicação de CDBs, investindo somente naqueles de primeiríssima linha, reduzindo substancialmente o risco neste segmento. Além disso, estamos reduzindo nossa participação em fundos de investimentos que contenham maior número de papéis privados (títulos de compromissos de empresas privadas) e buscando elevar nossa participação em títulos públicos. ■

Confiram a composição atual de nossos recursos:

Renda Fixa	84,73%
Títulos Públicos Federais	56,27%
Debêntures	6,56%
CDB	6,09%
FIDIC	4,70%
Fundos de Renda Fixa	9,59%
Fundos Multimercados	1,52%
Renda Variável	8,75%
Ações em Carteira	5,21%
Fundos de Ações	3,54%
Imóveis	1,58%
Empréstimos	4,94%
Total	100,00%

Cenário econômico

A crise pela qual estamos passando é global e atinge todos os setores da economia. O mundo está crescendo menos e grandes potências já estão em recessão. Com isso, o nível de desemprego aumenta, reduzindo renda, poupança e consumo. Os lucros das empresas tendem a reduzir e as incertezas sobre a economia aumentam.

Nesse contexto, os riscos se elevam e a aversão dos investidores também cresce. Além disso, grandes investidores, principalmente externos, venderam seus ativos (desfizeram de suas aplicações) em países emergentes como o Brasil, para cobrir prejuízos lá fora ou migrar para investimentos de menor risco, como Títulos do Tesouro americano. E com a forte venda ocorrida, no tocante à renda variável, os preços das ações caíram em demasia.

O cenário geral de curto prazo permanece indefinido, com os investidores preferindo viver um dia de cada vez. A grande volatilidade (sobe e desce) das Bolsas mundiais reflete esse momento de incertezas. Uma dúvida importante paira no ar: o real impacto na economia (produção e riquezas) que essa crise provocará.

A maioria dos países ricos anunciou pacotes bilionários para conter os efeitos da crise. Ocorre que esses pacotes não surtem efeito imediato sobre a economia. É consenso entre os economistas que 2009 crescerá muito menos e que, somente a partir de meados de 2010, o mundo deverá iniciar seu período de recuperação.

A história mostra que a economia possui ciclos de depressão e crescimento. Muitas empresas podem estar “baratas” oferecendo boas oportunidades de compras de suas ações. Mas a questão é se esses preços não cairão mais, antes de ini-

ciarem uma reversão.

Em períodos de fortes quedas, historicamente, ocorrem ganhos em prazos longos, aqui definidos de 03 a 05 anos. Porém, esses investimentos devem ser feitos paulatinamente, pois como as incertezas são grandes, tomadas de posição elevadas, podem resultar em altos ganhos, como também altas perdas.

Por isso, ao investir, é extremamente importante conhecer pontos cruciais dessas empresas, como sua estrutura de capital (grau de endividamento); perspectiva do segmento em que atua; fragilidade a fatores externos, como variação cambial e demanda de consumidores de outros países; relação preço de mercado x patrimônio; capacidade de geração de lucros; concorrentes; público consumidor interno e outros.

Um outro ponto importante a ser considerado é a disponibilidade de crédito no país. Até meados de 2007, as empresas brasileiras contavam com duas grandes portas de crédito para seus investimentos: via mercados de capitais (emissão e vendas de ações - sem custo financeiro) e captações no mercado externo (crédito mais barato). A partir do terceiro trimestre de 2007, essas fontes de captação de recursos começaram a se fechar. Com isso, o crédito no Brasil, além de escasso ficou mais caro. Com o aumento de saída de recursos externos do país, o dólar também se valorizou frente ao real.

Como consequência desses fatos, a inflação rouba parte da cena e o Banco Central tende a aumentar a rigidez nas taxas de juros, visando o controle inflacionário. ■



“Dólar em alta, taxas de juros elevadas, desaceleração de consumo e produção, incertezas da economia em níveis mundiais. Tendências negativas que se traduzem em ameaças. É preciso muita dedicação, estudos, decisões realizadas em grupo e, com a devida prudência, ter os olhos abertos para aproveitar as oportunidades que também estão presentes no cenário atual.”

Reveles Belarmino dos Santos
Diretor de Investimentos

Simulador de Contribuição, um novo serviço no site da Fundação Banestes

Vamos lá. Faça você mesmo as contas e veja quanto está deixando de ganhar por contribuir com um percentual menor para seu fundo de pensão. Dinheiro que vai para o Imposto de Renda e que poderia estar aumentando a sua aposentadoria futura. Basta acessar o site www.baneses.com.br, fazer a simulação e esclarecer suas dúvidas.

O simulador de contribuição é um novo serviço eletrônico e você só precisa informar a renda mensal

(salário de participação), o percentual de contribuição atual, o percentual estimado e quantos anos faltam para se aposentar na Fundação Banestes. O sistema faz as contas e mostra os valores que irão aumentar em sua reserva e a redução no seu imposto de renda. Caso você decida aumentar seu percentual de contribuição, basta imprimir o formulário Alteração de Percentual de Contribuição Básica disponível no site. Preencha, assine e envie à Fundação Banestes. ■

O que o Participante quer saber

Meu benefício está garantido para quando eu me aposentar?

Esta é uma das principais perguntas de participantes de um fundo de pensão. E para que não existam dúvidas, o nosso Informativo estreia a seção: **O que o participante quer saber**. Perguntas diretas respondidas pela Fundação Banestes. Um reforço no trabalho de esclarecimentos. E, para começar:

O nosso fundo de pensão é solvente? Ou seja: o plano tem recursos para pagar benefícios vitalícios, garantindo as aposentadorias e pensões?

Sim. A Fundação Banestes é solvente. Uma entidade é solvente quando está em condições de cumprir suas obrigações correntes e ainda apresenta uma situação patrimonial e uma expectativa de superávit que garantam a sobrevivência do fundo de pensão no futuro.

Todo ano, a administração da Fundação Banestes define, através da Política de Investimentos, a aplicação dos recursos a médio e longo prazos buscando a melhor rentabilidade. Também a cada ano, é reavaliado todo o passivo atuarial de forma a manter o equilíbrio do Plano de Aposentadoria.

Recadastramento de Participantes para cumprir a nova Instrução nº26

A Fundação Banestes, assim como todos os fundos de pensão, tomou providências para cumprir a Instrução Normativa nº 26 da Secretaria de Previdência Complementar – SPC. A instrução 26 estabelece normas para combater a lavagem de dinheiro, ocultação de bens e valores e acompanhar operações com pessoas politicamente expostas.

Entre as ações determinadas estão a atualização de cadastro dos participantes e dos beneficiários de pensão e a identificação de pessoas política-

mente expostas (com parentes em cargos públicos), além da comunicação ao COAF – Conselho de Controle de Atividades Financeiras, de operações acima de R\$ 50 mil com o mesmo participante, em um único mês.

A atualização do cadastro foi feita através de formulário próprio enviado aos participantes e também à disposição no site da Fundação Banestes. Quem não se recadastrou ou tem alguma dúvida para regularizar a situação, deve procurar a Fundação o mais rápido possível. ■

Informativo BANESES Um novo modelo

Com certeza, já deu para perceber que o Informativo Banestes está bem diferente. Mudamos para avançar. Avançar para um formato moderno e limpo, que convida a uma leitura sobre o que se passa

com o seu fundo de pensão. Como cuidamos de seu patrimônio, temos a obrigação de levar informações com clareza e de forma atrativa. Esperamos que você goste do novo projeto gráfico. ■

NOSSO PATROCINADOR



Banescard já é a segunda maior rede de cartões do Estado

O Banescard, o cartão de débito e crédito bandeira própria do Banestes, já detém a segunda maior rede credenciada do Espírito Santo.

O número de estabelecimentos afiliados já bateu a marca de 11 mil e, nos próximos três meses, deverá ganhar a dianteira, deixando para trás as bandeiras internacionais que atuam no mercado capixaba.

O Banescard começou a ser operado em junho deste ano e situou o Banestes na posição de primeiro banco comercial do País a dispor de um cartão bandeira própria.

“O advento do produto, motivo de orgulho para a instituição, é fruto do trabalho árduo de toda a equipe. Superadas as dificuldades naturais de todo início, já somos a segunda maior rede do Estado”, celebrou o diretor-presidente do Banestes, Roberto da Cunha Penedo.

Mais um canal de comunicação

Agora estamos na Intranet do Banco

Sempre em busca do avanço na comunicação com o participante, a Fundação Banestes lança mão de mais um canal. Agora estamos na intranet do Banestes. Os participantes da ativa podem acompanhar diariamente não só notícias da Fundação Banestes, como também sobre

Previdência Complementar e Previdência Social – o INSS. Também oferecemos uma seção para esclarecer as principais dúvidas, além de fornecer todos os formulários necessários para a solicitação de serviços junto à Fundação Banestes. Basta o participante preencher e imprimir. ■

Vale lembrar como contactar seu fundo de pensão:

Telefone: 3383 1900

E-mail: falecomagente@baneses.com.br ou fundacaobanestes@banestes.com.br

Site: www.baneses.com.br

Intranet do Banco – Seção: Fundação Banestes

Presencial: Ed. Palas Center, Bloco A - 16º andar – Vitória - ES

Nossas Histórias, Nossa Saudade

Silvio de Lima Ribeiro, nosso colega aposentado, enviou as fotos antigas para esta edição do Informativo Baneses. Feliz com a oportunidade de dividir com todos a lembrança dos bons tempos, ele nos oferece um material que conta um pouquinho da nossa história.

Anos 70 – Confraternização na ag. Campo Grande. Em pé, da esquerda para direita: Adilson, Gelsir Bandeira, Aristóteles de Carvalho (Totinha), Silvio e Paulo Marchete ao fundo. Sentados: Salvador Eulálio, André Noé e Valceque Teixeira.



Silvio de Lima Ribeiro

Período de trabalho no Banestes: de 1972 a 1994

Função Exercida: aprovado no primeiro concurso realizado, começou como contínuo, depois foi escriturário, caixa (boa parte na ag. Campo Grande) e encarregado do NUCRI. Hoje é exemplo de aposentado feliz. Passou a se dedicar mais a família, escreve, tira fotos, participa da Associação dos Moradores do Núcleo de Campo Grande e da Comunidade Católica e este ano foi eleito o MR. Melhor Idade de Cariacica 2008.



Lista dos aprovados no primeiro concurso público realizado pelo Banestes para Contínuo e Recepcionista, em 18/12/1971

Se você também tem fotos antigas, envie pra gente. Entre em contato com a assessoria de comunicação através do e-mail: falecomagente@baneses.com.br ou ligue para a Fundação Banestes: (27) 3383-1900



FELIZ 2009

Cada ano que nasce é uma nova oportunidade que chega. Em 2009, muita Paz e Saúde pra você e sua família. É o que deseja a Fundação Banestes. Boas Festas!

Saúde também se gerencia

Sua saúde é igual ao seu orçamento. Sem um bom gerenciamento, pode apresentar déficits. O controle começa na boa utilização do plano de saúde. Confira as dicas abaixo e veja se está tirando o melhor proveito de seu atendimento médico.

Procure estabelecer vínculo de confiança com um médico

Encontre um médico referenciado com o qual você sinta afinidade e liberdade para obter orientações em questões médicas e também auxiliá-lo a escolher um especialista quando necessário. Pode ser um clínico, um ginecologista, um pediatra ou qualquer outro especialista que lhe inspire confiança profissional.

Organize seus documentos de saúde

Guarde sempre os resultados de exames e outros documentos como receitas de medicamentos. Você pode separá-los em duas pastas: uma para os exames mais recentes e outra para os mais antigos. Quando for à consulta apresente os mais recentes e informe ter os antigos para o caso de o médico necessitar dessa informação. Apresente uma lista com todos os medicamentos em uso, a dosagem utilizada e fale sobre os efeitos colaterais, se houver. Se você já teve alergia ou não se sentiu bem ao usar algum remédio, anote para não esquecer de informar ao médico em cada nova consulta.

Exames anteriores podem orientar no pedido de novos

O simples fato de você ter à mão os exames realizados anteriormente, pode auxiliar seu médico na hora de pedir novos exames, evitando repetições desnecessárias e que podem, às vezes, ser prejudiciais à sua saúde.

Converse sobre os exames

Tenha a liberdade de dialogar sobre eventuais riscos ou desconforto associados a alguns exames mais complexos e sobre a real necessidade e benefícios esperados com a realização dos mesmos.

Saia da consulta sem dúvidas

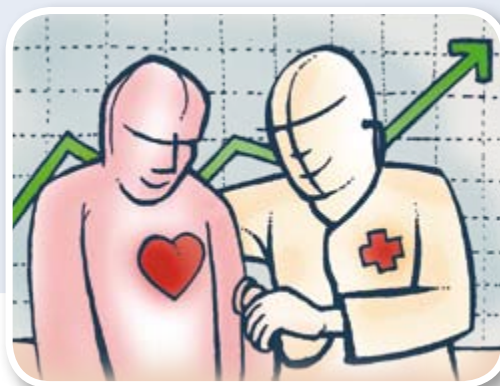
Antes de ir ao médico procure fazer uma anotação dos motivos que o levam à consulta, seus sintomas e dúvidas. Procure ser objetivo para não prolongar desnecessariamente a consulta, mas não se esqueça de comunicar todos os itens anotados. Se alguma orientação não ficar clara, diga que não entendeu e peça nova explicação. Ao receber uma receita, certifique-se de entender como usar os remédios recebidos. Procure ter certeza se entendeu a dose dos remédios, se podem ser tomados com ou sem refeições, quantos dias devem ser tomados. Pergunte sobre os efeitos benéficos esperados e os possíveis efeitos colaterais e como proceder, caso ocorram.

Procure ter um canal de comunicação

Algumas vezes temos dúvidas sobre assuntos que nos esquecemos de perguntar durante a consulta ou mesmo referentes a fatos novos, como algum possível efeito colateral do remédio. Frequentemente ficamos com receio de "incomodar" e não usamos o telefone para esclarecimentos. Se surgirem dúvidas, não tenha receios: procure esclarecê-las com seu médico; isso é melhor para você e também para ele, pois o sucesso do tratamento é de interesse dos dois. Antes de telefonar, anote num papel o que o preocupa para não esquecer na hora de falar.

Procure utilizar o Pronto-Socorro de forma correta

Não se esqueça de agendar as consultas regulares com seu médico. Em caso de intercorrências antes da próxima consulta você pode procurar um contato telefônico com seu



médico ou mesmo um "encaixe". Seu médico conhece seu histórico, o que pode não acontecer com o profissional que o atenda no Pronto-Socorro. Utilize o serviço de Pronto-Socorro para as situações de real necessidade e que precisem de atendimento imediato.

Pedir uma segunda opinião é uma atitude normal

Em algumas patologias você pode ouvir uma segunda opinião de um profissional na mesma especialidade e não significa que você não esteja confiando no seu primeiro médico. Essa atitude é considerada normal atualmente e pode ser compartilhada, naturalmente, com seu médico. Ele pode até sugerir algum especialista no qual confie para fazer essa segunda avaliação.

Valorize a prevenção

Consulte regularmente seu médico, realize os exames relacionados à prevenção e tenha um estilo de vida que respeite sua saúde e seus limites.

Esteja atento à conta hospitalar

Em caso de internação, por ocasião da alta o paciente pode ter acesso à conta hospitalar. Não deixe de conferir os itens da conta antes de sair do hospital. Verifique os procedimentos cirúrgicos, exames e medicamentos, inclusive oxigênio, que estão descritos. Se você tiver dúvida quanto ao fato de que algum desses itens tenha sido empregado em sua internação, não deixe de questionar nesse momento. E, se for o caso, comunique sua dúvida à BANESCAIXA.

 Fonte: <http://www1.ibge.gov.br/ibgeteen/datas/saude/home.html>

Banescaixa reformada

A sede da Banescaixa passou por uma reforma. O espaço agora recebe seus associados com maior conforto graças ao novo projeto arquitetônico.