

# Jornal AMANHÃ

EDIÇÃO 72 | JANEIRO - MARÇO 2019

 Clique para ler a matéria

**PLANO DE PECÚLIO GARANTE O QUE É  
MAIS IMPORTANTE PARA VOCÊ**

PÁG. 4 E 5 

**SEU BOLSO:**

INVESTIR VALORES MUITO  
BAIXOS PODE FRUSTRAR  
SEUS PLANOS.  
TRANSFORME O SEU  
FUTURO!

PÁG. 3 

**BEM-ESTAR:**

CANSAÇO:  
O FIM DA ENERGIA  
FÍSICA E MENTAL

PÁG. 6 

**Lazer:**

APROVEITAR ATRAÇÕES GRATUITAS  
OU GASTANDO BEM POUCO É UM  
GRANDE BARATO!

PÁG. 7 

**PALAVRA FINAL:**

AS LIÇÕES INSPIRADORAS DE  
AMYR KLING

PÁG. 8 



O saldo de conta de seu Plano de Aposentadoria é aplicado e rentabilizado mensalmente, conforme o perfil de investimento escolhido por você.\*

CONSERVADOR



98% renda fixa  
2% investimentos estruturados

MODERADO



83% renda fixa  
15% renda variável  
2% investimentos estruturados

AGRESSIVO



68% renda fixa  
30% renda variável  
2% investimentos estruturados

\*A alteração do perfil só pode ser feita durante o mês de outubro, conforme regimento.



**PARTICIPANTES DO PLANO DE APOSENTADORIA**

Em Janeiro de 2019: 21.190

**PARTICIPANTES DO PLANO DE PECÚLIO**

Em Janeiro de 2019: 17.577

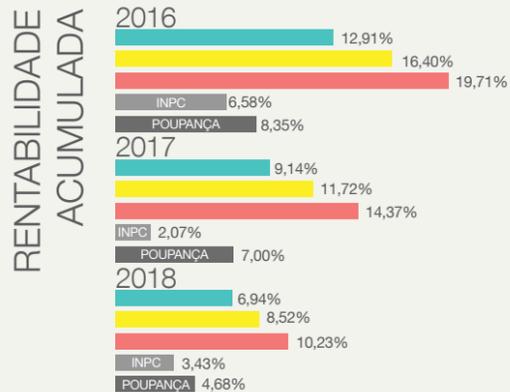


**PATRIMÔNIO DO PLANO DE APOSENTADORIA**

Em Janeiro de 2019: R\$ 2.502 bilhões

**PATRIMÔNIO DO PLANO DE PECÚLIO**

Em Janeiro de 2019: R\$ 368.8 milhões



**DÚVIDAS, SUGESTÕES E RECLAMAÇÕES: FALE CONOSCO.**

Via Anchieta km 23,5 - Ala 7 - Sala 17  
São Bernardo do Campo - SP  
CEP: 09823-901 | GPI: 1284  
Site: [www.vwpp.com.br](http://www.vwpp.com.br)  
E-mail: [vwpp@volkswagen.com.br](mailto:vwpp@volkswagen.com.br)  
Tel.: (11) 4347-2398 / 3094 / 3097 / 4964

PUBLICAÇÃO TRIMESTRAL DA VOLKSWAGEN PREVIDÊNCIA PRIVADA PARA TODOS OS PARTICIPANTES DOS PLANOS DA VWPP.

**Diretora Superintendente e de Assuntos Jurídicos** Daniela Avilez Demôro;  
**Diretor Administrativo** Fabio Murga;  
**Diretor de Finanças** Daniel da Silva Souza;  
**Diretor de Investimentos** Luiz Paulo Brasizza;  
**Presidente do Conselho Deliberativo** Marcellus Puig;  
**Vice-Presidente** Marcio Chelles;  
**Conselheiros** Raquel Sá Laranjeira, Rafael Texeira, José Eduardo Menegario, José Carlos Gobbo, Lineu Shigueaki Takayama e Cileide P. Ramiris;  
**Presidente do Conselho Fiscal** Luis Fabiano Penteadó;  
**Conselheiros** Claudio Naumann e Edvaldo Picolo.

EXPEDIENTE  
**Coordenação de Produção e Redação** Paola Del Monaco;  
**Projeto gráfico e diagramação** Renan Severino dos Santos;

Distribuição Gratuita.



RECOMPENSA NA PONTA DO LÁPIS

INVESTIR VALORES MUITO BAIXOS PODE FRUSTRAR SEUS PLANOS. TRANSFORME O SEU FUTURO!

IMAGINE A SEGUINTE SITUAÇÃO: JOÃO E PEDRO SÃO ADMITIDOS AOS 25 ANOS COM SALÁRIO DE R\$ 6.000,00.



JOÃO

JOÃO QUIS CONTAR APENAS COM O BENEFÍCIO DA PATROCINADORA.



PEDRO

PEDRO, ALÉM DO BENEFÍCIO DA PATROCINADORA, PREFERE INICIAR CONTRIBUINDO COM 5% - R\$ 300,00/MÊS.



COM O PASSAR DO TEMPO, AMBOS RECEBERÃO CONTRIBUIÇÕES DE SUAS EMPRESAS, CORREÇÕES SALARIAIS, ASSIM COMO RENDAS EXTRAS: 13º SALÁRIO, PPR/PLR, ABONO DE FÉRIAS...

JOÃO NÃO TEM INTERESSE EM AUMENTAR O SALDO DE SEU PLANO DE APOSENTADORIA E DECIDE MANTER A MESMA CONDIÇÃO ATÉ SE APOSENTAR.

PEDRO CONTINUA INVESTINDO EM SEU FUTURO COM AS MESMAS CONDIÇÕES DE QUANDO FOI CONTRATADO.

CONSIDERANDO QUE JOÃO E PEDRO QUEREM SE APOSENTAR AOS 55, A CONTRIBUIÇÃO DA PATROCINADORA RESULTOU EM UM MESMO TOTAL PARA AMBOS: R\$ 62.465,25.

JOÃO POSSUIRÁ UM SALDO DE: R\$ 62.465,25 SALDO TOTAL%

PEDRO ACUMULARÁ R\$ 260.525,00 COM SUAS CONTRIBUIÇÕES VOLUNTÁRIAS, TOTALIZANDO:

R\$ 322.990,00 SALDO TOTAL%

A DECISÃO DE PEDRO MOSTRA QUE INVESTIR DESTA FORMA FARÁ TODA A DIFERENÇA. PORTANTO, ELE ESTÁ NO CAMINHO CERTO PARA GARANTIR UMA RENDA EXTRA NO FUTURO.

E VOCÊ? QUAL CAMINHANDO ESTÁ TRILHANDO?

%As seguintes premissas foram consideradas:  
Rentabilidade de 5% a.a | Tipo de renda: Percentual de Saldo (0.5% sobre o saldo)

ATENÇÃO PARTICIPANTES QUE FIZERAM CONTRIBUIÇÕES EM 2018

Participantes que fizeram Contribuições Voluntárias, aquelas descontadas em folha de pagamento, receberam o informe de Rendimentos pelas patrocinadoras da VWPP.

Já a via do Informe de Contribuições Esporádicas, que são pagas por boleto bancário em épocas sazonais, foi disponibilizado no site da VWPP em 19/02/2018.

Para ter acesso ao informe da VWPP, basta acessar o site [www.vwpp.com.br](http://www.vwpp.com.br), ir em "área do participante". No menu, clique, em "Imposto de Renda". Se você resgatou o saldo ou se recebe renda mensal (aposentados), clique em "Informe de Rendimentos".

Caso tenha feito contribuições esporádicas (via boleto bancário), selecione "Informe de Contribuições".

DECLARAÇÃO DE RENDA: PRAZO PARA O ENVIO À RECEITA FEDERAL TERMINA EM 30 DE ABRIL

A "mordida do leão" pode ser menor para quem faz contribuições, sabia?

Na previdência privada é assim: duas vantagens em uma única ação: você garante uma renda mensal no futuro e ainda conta com incentivo fiscal, pois até 12% de sua renda bruta tributável pode ser deduzida do IR. Quem fez contribuições no ano passado poderá contar com este benefício fiscal em 2019.

# PLANO DE PECÚLIO GARANTE O QUE É MAIS IMPORTANTE PARA VOCÊ: SUA VIDA E A DE QUEM VOCÊ SE IMPORTA.

Há mais de 30 anos a VWPP criou o Plano de Pecúlio para cuidar e auxiliar você e seus beneficiários em momentos difíceis, como morte, invalidez total ou parcial do participante e morte do cônjuge.

## QUEM PODE PARTICIPAR?

Todos os empregados ativos das patrocinadoras, exceto MDT.

## COMO ADERIR AO PLANO

Acesse o site da VWPP ([www.vwpp.com.br](http://www.vwpp.com.br)) e, no menu, clique em “Os planos”. Selecione “formulários”, depois clique em “requerimentos Plano de Pecúlio” e, por fim, selecione “Inscrição Plano Pecúlio”.

A contribuição ao Plano de Pecúlio é descontado da folha de pagamento, conforme regulamento.

## COMO INDICAR OS BENEFICIÁRIOS?

Acesse [www.vwpp.com.br](http://www.vwpp.com.br), entre em sua área de participante e selecione “beneficiários”. Para alterar basta clicar em “cadastrar novo formulário” e preencher os campos. O termo deverá ser, obrigatoriamente, impresso e encaminhado à VWPP.

Você poderá indicar qualquer pessoa como beneficiária (pessoas físicas); Não há a obrigatoriedade de grau de parentesco; Essa indicação pode ser alterada a qualquer momento.

**ATENÇÃO:** Manter o cadastro dos beneficiários atualizado, pois serão estas pessoas que receberão o benefício no caso de sua morte.

## O QUE COBRE O PECÚLIO?\*



### MORTE NATURAL DO EMPREGADO

Salário nominal x 25, limitado a  
**R\$ 449.856,00**

### MORTE ACIDENTAL DO EMPREGADO

Salário nominal x 50, limitado a  
**R\$ 899.712,00**

### MORTE CÔNJUGE

Salário nominal x 12,5, limitado a  
**R\$ 42.174,00**



### INVALIDEZ PARCIAL

(salário nominal x 25 x % do membro atingido x % da redução, limitado a  
**R\$ 224.928,00**)



### AUXÍLIO FUNERAL

Valor de **R\$ 4.920,30**

**O BENEFÍCIO É CONCEDIDO EM FORMA DE PAGAMENTO ÚNICO AO PRÓPRIO PARTICIPANTE OU AOS SEUS BENEFICIÁRIOS, CONFORME REGULAMENTO.**

*\*Essas condições não se aplicam ao Plano Pecúlio Aposentado.*

# CANSAÇO: O FIM DA ENERGIA FÍSICA E MENTAL

Nunca tivemos que ser tão eficientes e felizes. Especialistas compararam os dias de hoje à vida selvagem e afirmam que o conceito *multitasking* (a execução de várias tarefas ao mesmo tempo) representa retrocesso. Pense em um animal ocupado em mastigar a presa. Se ele não tomar cuidado ao comer, ele próprio torna-se a presa.

Entenda os três estágios do cansaço e saiba como vencê-lo:

## INDISPOSIÇÃO

É o cansaço após um esforço físico (uma partida de futebol) ou mental (um exame de vestibular). Em geral, o cansaço tende a desaparecer após uma boa noite de sono.

## O QUE FAZER



Desconecte-se: reduzir o tempo de conexão pode ser um antídoto e tanto contra o cansaço.



Espaireça: Vá a parques, caminhe ou ande de bicicleta, por exemplo.

## FADIGA

É uma sensação de cansaço persistente, que, além de indicar limites físicos e/ou mentais, o corpo começa a somatizar doenças. Nessa fase, são comuns alteração do apetite e do sono, fraquezas e dores musculares.

## O QUE FAZER



Alimente-se bem: se, além de ter os sintomas da fadiga, a pessoa não se alimentar bem, o prejuízo à saúde pode ser bem pior.



Tire férias: sim, permita-se parar e recarregar a energia.

## EXAUSTÃO

A situação se agrava quando a fadiga torna-se excessiva ou prolongada. Sentir-se exausto é passar dos limites. É não ter recursos físicos ou emocionais para sair de uma determinada situação, refletindo em doenças como depressão, síndrome do pânico ou da ansiedade.

## O QUE FAZER



Procure ajuda médica: a avaliação de um médico pode ajudar muito a definir qual a melhor conduta em cada caso.



*Mindfulness*: prática faz com que o corpo e a mente consigam se desvincular da exaustão. A ideia é ter foco no presente – e não nas expectativas para o futuro ou em situações do passado.

Claro que, para se livrar desse ritmo desgastante do corre-corre atual, não é um desafio dos mais fáceis. Mas vale a pena repensar o jeito de fazer as coisas. Pelo bem da sua saúde física e mental.

APROVEITAR ATRAÇÕES GRATUITAS OU GASTANDO BEM POUCO É UM GRANDE BARATO!

SE VOCÊ É DO TIPO QUE ECONOMIZA, MAS NÃO ABRE MÃO DO LAZER, DÁ UMA CONFERIDA NAS ATRAÇÕES ABAIXO.

### SÃO PAULO

#### EDIFÍCIO ITÁLIA

Não perca de vista esse mirante da cidade!

**R\$ 30**

(com direito a um drink)

Seg. a Sex.: 15h às 19h  
Avenida Ipiranga, 344  
Centro - SP  
(11) 3256-5574

#### MUSEU DO FUTEBOL

História sobre a paixão do brasileiro.

**R\$ 15,00**

(terças ingressos gratuitos)

Ter. a Dom.: 9h às 17h  
Praça Charles Miller, s/n  
Estádio do Pacaembu  
(11) 3661-2273

#### THEATRO MUNICIPAL

Um dos símbolos mais luxuosos de Sampa.

**GRATUITO**

Qua. a Sex.: 11h, 13h, 15h e 17h  
Sáb.: 14h e 15h  
Praça Ramos de Azevedo, S/N  
República  
(11) 3053-2092/2093

### CURITIBA

#### MUSEU OSCAR NIEMEYER

Arte e Design.

**R\$ 20,00**

(Quartas ingressos gratuitos)

Ter. a Dom.: 10h às 18h  
Marechal Hermes 999  
(41) 3350-4400

#### PARQUE TANGUÁ

O pôr do sol é imperdível!

**GRATUITO**

Diariamente 9h às 21h  
Oswaldo Maciel, 97

#### JARDIM BOTÂNICO

O cartão postal da cidade!

**GRATUITO**

Eng. Ostojka Ruguski  
Seg. a Sex.: 09h30 às 17h  
Sáb. e Dom.: 09h às 18h

### TAUBATÉ

#### CAMPOS DO JORDÃO

A Suíça brasileira!

**GRATUITO**

Morro do Elefante, Centro de Capivari e atrações gratuitas para curtir com a família!  
A 40 minutos de Taubaté.

#### MUSEU MAZZAROPI

Dedicado ao cineasta e comediante.

**R\$ 11,00**

Ter. a Dom.: 18h30 às 12h  
Estr. Amácio Mazaropi, 249 - Taubaté  
(12) 3634-3447

#### MUSEU DA IMIGRAÇÃO ITALIANA

História e Arquitetura italiana

**GRATUITO**

Seg. a Sex.: 8h às 17h30  
Av. Líbero Indiani, 550, Distrito de Quiririm

### SÃO CARLOS

#### FAZENDA MARIA DO MONJINHO

Viagem no Tempo

**R\$ 10,00**

Sáb. e Dom.: 12h30 às 15h30  
Estr. São Carlos - Rib. Bonito (SP 215)  
(16) 3366-7141

#### OBSERVATÓRIO ASTRONÔMICO

Opção noturna.

**GRATUITO**

Sex. a Dom.: 20h às 22h  
Avenida Doutor Carlos Botelho, 1465  
(16) 3373-9191

#### MUSEU DA CIÊNCIA

Casa Maluca, esqueleto de dinossauro e muito mais!

**GRATUITO**

Seg. a Sex.: 8h às 17h30  
Praça Coronel Sales, s/n  
(16) 3307-6903

### RIO DE JANEIRO

#### THEATRO MUNICIPAL

Um dos maiores da América do Sul!

**R\$ 20,00**

Ter. a Sex.: 12h /14h30/16h  
Sáb.: 11h/12h/13h  
Pça. Floriano, s/n  
Cinelândia

#### VISCONDE DE MAUÁ

CONVITE AO DESCANSO E A CACHOEIRAS!

**GRATUITO**

Seg. a Sex.: 8h às 17h30  
36km de Resende (RJ)

#### MUSEU DO AMANHÃ FUTUROS POSSÍVEIS

**R\$ 20,00**

(terças ingressos gratuitos)  
Ter. a Dom.: das 10h às 18h  
Praça Mauá, 1 - Centro (RJ)

## AS LIÇÕES INSPIRADORAS DE AMYR KLINK

Durante um evento, Amyr Klink contou sobre sua paixão pelo remo: “o que eu mais gosto neste esporte é que não há empate, há sempre um vencedor”.

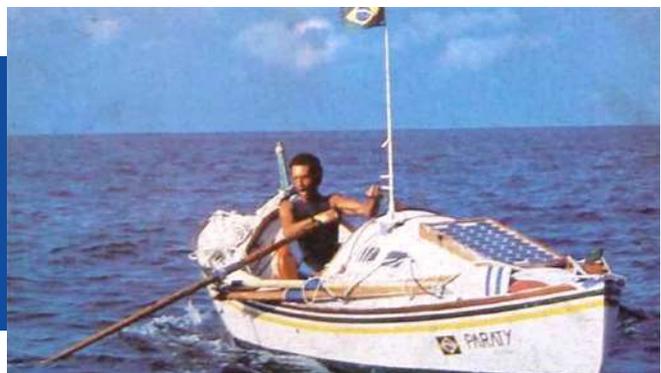
Autodefinindo-se como perna-de-pau no futebol, Klink compara o futebol ao remo. “Diferente do futebol, no remo não tem como fingir, como se atirar no chão ou terminar em zero a zero. No remo, você não conta com o engajamento, o equilíbrio, a técnica e a harmonia de um time. Isso tudo dependerá somente de você”.

O mesmo vale para o planejamento de seu projeto futuro. Você pode contar com dicas de especialistas, mas no fim, é você quem colocará na prática o que deve ser feito.

É importante também não ter a pretensão de não deixar o barco virar. A visão de Klink mudou quando ouviu de um engenheiro que ele não precisava construir um barco que não virasse, mas sim um barco que não o matasse. “Não importa o que você faz, e sim como faz”

Concluiu que situações inesperadas são inevitáveis, mas que não podem naufragar o seu objetivo. “São nestas horas que somos ainda mais criativos, racionais e empenhados em virar o jogo, não o barco”.

“SOMOS NÓS OS RESPONSÁVEIS PELOS NOSSOS PROJETOS E O RESULTADO DE CADA UM DELES”  
AMYR KLINK



### VOCÊ TEM UM OBJETIVO?

**NÃO SE PREOCUPE COM AS DIFICULDADES. ELAS SEMPRE EXISTIRÃO. CABERÁ A VOCÊ ENFRENTÁ-LAS SEM DESISTIR.**

Fontes: [www.amyrklink.com.br](http://www.amyrklink.com.br) / [www.valor.com.br](http://www.valor.com.br) / [www.abf.com.br](http://www.abf.com.br)