

Palavra da Presidente



**Eunice
Cabral**

O reajuste de 6,5% conquistado pelos (as) aposentados (as) em 2010 é uma prova real que estamos avançando na questão de benefícios mais justos e dentro da realidade em que vivemos.

Aumento real significa melhorias na qualidade de vida e reconhecimento.

Sabemos que ainda temos um longo caminho a percorrer até chegarmos a valores que possam suprir as necessidades destes (as) trabalhadores (as) que tanto colaboraram na construção de nosso país.

Diante do avanço alcançado com este índice, continuaremos na luta com relação ao Fator Previdenciário.

O governo promete retomar a questão em 2011 e nós estaremos atentos(as)!

**AFINAL NOSSA
LUTA CONTINUA!**

APOSENTADO DOENTE TEM ISENÇÃO DE IMPOSTO

Os(as) aposentados(as) que têm doenças graves podem ficar livres do desconto do Imposto de Renda feito pelo INSS (Instituto Nacional do Seguro Social) sobre o valor do benefício. A tabela com as alíquotas de desconto é a mesma usada para os(as) outros(as) contribuintes. Dependendo do rendimento do(a) contribuinte, o desconto varia de 7,5% a 27,5%.

A isenção vale apenas para o benefício recebido da Previdência Social, ou seja, não se estende a outras fontes de rendimento, como aluguéis de imóveis ou um outro trabalho que o segurado tenha. Vale lembrar ainda que, mesmo isento, o(a) aposentado(a) terá de apresentar a declaração do IR se atender aos critérios da Receita Federal para isso.

COMO PEDIR

Antes de pedir a isenção da cobrança do IR, o (a) aposentado (a) deve consultar a lista de doenças para saber se tem mesmo direito. Pode ser beneficiado quem tem, por exemplo, cardiopatia grave ou câncer.



Veja a lista de doenças consideradas graves:

- Tuberculose ativa
- Alienação mental
- Esclerose múltipla
- Neoplasia maligna (câncer)
- Cegueira
- Hanseníase
- Paralisia irreversível e incapacitante
- Cardiopatia grave
- Doença de Parkinson
- Espondiloartrose anquilosante
- Nefropatia grave
- Estados avançados de doença de Paget (osteíte deformante)
- Contaminação por radiação
- Aids
- Fibrose cística
- Problemas motivados por acidente grave

VERÃO REFORÇA OS CUIDADOS COM A SAÚDE



É claro que dá para aproveitar o que o verão tem de bom, mas os médicos alertam, bom senso é a regra.

Alimentação leve, boa hidratação, roupas adequadas ao clima e usar filtro solar para se proteger contra os raios UVB.

“O idoso tem menos sede que os mais jovens, porém perdem água pelo suor da mesma forma”.

Outro aspecto que deve despertar atenção é o fato de que os idosos também não sentem tanto calor quanto os mais jovens.

PRESSÃO ALTA X CALOR

Para os idosos com hipertensão, os cuidados devem ser dobrados. Muitas vezes, é necessária uma visita ao médico para adequar a dosagem da medicação.

Para enfrentar bem a estação mais quente do ano, recomenda-se que os idosos tomem o cuidado de usar roupas adequadas e se hidratem bem, sem esquecer de que as frutas podem ser uma boa opção de alimentação leve e que contém água.



DO DIREITO A LIBERDADE, AO RESPEITO E A DIGNIDADE



O Estatuto do Idoso assegura todos os direitos fundamentais aos cidadãos com idade a partir de 60 anos. Entre eles, oportunidades e facilidades para conservação da saúde física e mental, além de garantir o aperfeiçoamento moral, intelectual, espiritual e social em condições de liberdade e dignidade.

CALENDÁRIO PARA PAGAMENTO DO BENEFÍCIO

Até 01 salário mínimo

FINAL DO BENEFÍCIO	DATA DO PAGAMENTO
1	22/02
2	23/02
3	24/02
4	25/02
5	26/02
6	01/03
7	02/03
8	03/03
9	04/03
0	05/03

Acima de 01 salário mínimo

FINAL DO BENEFÍCIO	DATA DO PAGAMENTO
1 e 6	01/03
2 e 7	02/03
3 e 8	03/03
4 e 9	04/03
5 e 0	05/03



REUNIÃO DE SAÚDE E SEGURANÇA

Data: 05/03/10 (sexta-feira)
Local: Sede do Sindicato
Horário: Das 18h00 às 19h00

PRÓXIMO SEMINÁRIO

Data: 20/03/10 (sábado)
Local: Sítio Escola - Mogi das Cruzes - SP
Horário: Saída na sede do Sindicato às 07h00

PRÓXIMA REUNIÃO DOS APOSENTADOS

Data: 30/03/10 (terça-feira)
Local: Sede do Sindicato - 2º andar
Horário: A partir das 14 horas.