

## Aumento da alíquota previdenciária para 14%

**E**stá em tramitação na Câmara Municipal de Belo Horizonte o Projeto de Lei 961/2020, que altera regras do Regime Próprio de Previdência Social dos Servidores (RPPS). A principal delas é o aumento da alíquota de contribuição previdenciária, que passa de 11% para 14%. Se aprovada, a mudança irá impactar todos os servidores da ativa e os aposentados e pensionistas que recebem acima do teto do

INSS (atualmente fixado em R\$6.101,06), que pagariam a nova alíquota sob a parcela que excede o teto.

O PL, de autoria da Prefeitura, foi recebido na Câmara no dia 19 de maio e, no prazo de uma semana, já tramitou por duas comissões. Entidades que representam os servidores questionam a falta de diálogo na elaboração do projeto e o momento de sua apresentação, uma vez que as medidas restritivas em função do coronavírus impedem, por exemplo, a realização de audiências públicas presenciais para debater o tema.

**O que diz a PBH.** De acordo com a Secretaria Municipal de Planejamento, Orçamento e Gestão, a alteração da alíquota previdenciária é uma obrigatoriedade, imposta pela última Reforma da Previdência. Se o Município não cumprir essa determinação até 31 de julho, seu Certificado de Regula-

ridade Previdenciária pode ser suspenso, acarretando uma série de impedimentos legais. A PBH ainda afirma que a alteração da alíquota para 14% levará a um aumento de arrecadação de R\$25 milhões em 2020, auxiliando na cobertura do déficit previdenciário do ano, estimado em R\$831 milhões.

**O que dizem as entidades.** Sindibel e Sind-REDE já se posicionaram contrários ao projeto. Os dois sindicatos defendem que a Prefeitura poderia instituir no Município a chamada alíquota progressiva, com diferentes faixas de contribuição de acordo com o salário de cada servidor. Há também questionamentos sobre o PL não prever um aumento proporcional da contribuição patronal e sobre a inclusão do reajuste dos aposentados sem paridade (*leia mais no box*) na mesma proposta, gerando pressão para uma rápida aprovação.



### Outros pontos do PL

Além da alteração da alíquota previdenciária, o PL 961/2020 trata de duas outras questões. O texto prevê uma alteração na forma de custeio dos benefícios de licença para tratamento de saúde e por motivo de acidente em serviço. Antes, esses benefícios eram custeados pelo Tesouro nos 15 primeiros dias, e além desse

prazo, tornavam-se responsabilidade do RPPS. Com a nova legislação, o custeio se dará integralmente pelo Tesouro, independentemente do prazo.

O outro ponto é o reajuste dos servidores aposentados sem paridade. O PL prevê índices de 3,43% (com vigência a partir de 1º de janeiro de 2019) e de 4,48% (com vigência a partir de 1º de janeiro de 2020).



# Assemp lança podcast

Como parte da premissa de sempre inovar as formas de se comunicar e de levar informação aos associados, especialmente nesse período de isolamento social, a Assemp lançou um podcast.

Para quem ainda não está familiarizado com a mídia, os podcasts são como programas de rádio, mas que em vez de serem transmitidos em dia e hora específica, dentro da programação de uma emissora, ficam disponíveis online, para serem ouvidos quando e

onde quiser. No caso do Podcast Assemp, ele está disponível nas redes sociais da Associação e também nos aplicativos Spotify e Deezer.

Os episódios giram em torno de um tema central e contam sempre com profissionais da Assemp para debater o assunto. A apresentação é do jornalista Reneé Filipe. Até o momento já foram lançados dois episódios. Confira breves relatos de cada um e acompanhe a conversa completa depois, pelo podcast.



## Hipnose



O primeiro convidado foi o psicólogo Cássio Vianna, que abordou o tema hipnose. O profissional falou sobre o conceito e o embasamento científico da prática. “A hipnose é um estado de atenção concentrada, que predispõe a sugestão direta, ou seja, o paciente fica mais propenso a responder às orientações do profissional que o hipnotiza. Apesar de ainda ser um grande tabu para muitos, existe uma série de evidências científicas que dão legitimidade à hipnose, inclusive com o reconhecimento dos conselhos de psicologia, odontologia e medicina”, explicou.

Cássio também falou sobre profissionais que são referência deste campo de conhecimento, deu dicas de exercícios para as pessoas praticarem em casa e abordou o período de isolamento social.

## Cuidados com os idosos



O segundo episódio foi com as assistentes sociais da Assemp, Cida Alves e Luciana Brunelli, que abordaram diferentes aspectos relacionados ao cotidiano das pessoas mais velhas. Cida falou de como esse público pode lidar com esse momento de isolamento social sem se entregar à angústia. “Podemos transformar em algo positivo. Quantas ideias e desejos que, na correria do dia a dia, não conseguimos colocar em prática?”, provocou, listando atividades que podem auxiliar no combate à ansiedade: leituras, jardinagem, uso moderado das redes sociais.

Já Luciana abordou, entre outros assuntos, como os familiares devem lidar com seus idosos. “Devemos valorizar suas experiências de vida, participá-los nas atividades da casa e respeitar suas opiniões. Somos nós que devemos nos adequar ao ritmo deles, não o contrário”.

## Covid-19: qual a máscara mais indicada?

Ainda é cedo para fazer prognósticos de como será o mundo pós-pandemia e de que forma se estabelecerá o “novo normal”. Contudo, sabendo que a disponibilização de uma possível vacina não se dará em curto prazo e que o vírus continuará em circulação, não é difícil imaginar que o uso de máscaras será incorporado ao nosso cotidiano.

Com essa perspectiva, a Sociedade Americana de Química realizou um estudo para avaliar a capacidade de filtragem de partículas de diferentes tipos de máscaras e sua eficiência na prevenção ao novo coronavírus.

O Conselho Regional de Biologia 4ª Região compilou e disponibilizou os resultados da pesquisa, que demonstraram que máscaras caseiras feitas com duas camadas de algodão 600 fios são tão eficientes quanto os equipamentos profissionais (máscara cirúrgica e N95). Por outro lado, máscaras feitas com algodão comum têm eficiência quase nula na prevenção ao contágio e, portanto, são desaconselhadas. Confira na imagem como diferentes tipos de máscaras se saíram no teste.

### Eficiência de diferentes tipos de máscara



		eficiência de filtragem de partículas (%)	
		>300 nm	<300 nm
tipo de máscara	N95 (sem folga)	99.9	85
	máscara cirúrgica (sem folga)	99.6	76
	algodão 600 fios (2 camadas)	99.5	82
	algodão 600 + camada seda	98.5	94
	algodão 600 fios (1 camada)	98.4	79
	algodão comum 80 fios (2 camadas)	45	38
	máscara cirúrgica (com folga)	44	50
	algodão comum 80 fios (1 camada)	14	9
	N95 (com folga)	12	34

## Cuidados com a saúde no inverno

As medidas de prevenção contra o coronavírus têm sido reforçadas diariamente por diversas mídias, mas, com a chegada do inverno, vale a pena também ficar atento a dicas que auxiliem na luta contra outros vírus e doenças que já conhecemos há mais tempo.

### 1) Não descuide da alimentação e da hidratação

Priorize alimentos que auxiliam no reforço ao sistema imunológico: própolis, gengibre, alho, açafrão, mel, açaí natural, tomate, cenoura, mamão, semente de girassol. E não deixe a hidratação de lado: mesmo sentindo menos sede, a regra para o consumo de água é a mesma de períodos mais quentes (peso corporal multiplicado por 35).

### 2) Renove o ar dos ambientes

Abra as janelas algumas horas do dia. Ambientes fechados favorecem a transmissão de doenças virais.

### 3) Atenção a roupas e cobertores

Antes de usar aquele casaco ou cobertor que ficou guardado o ano inteiro, o ideal é lavar e deixar secando ao sol.

### 4) Higienize as mãos

É a regra de ouro: água e sabão com frequência para evitar contaminações.

### 5) Proteção labial

Produtos hidratantes, como a manteiga de cacau, ajudam a evitar o ressecamento e, conseqüentemente, feridas e rachaduras nos lábios.



### Adesão online

Com as orientações de isolamento social ainda vigentes e com muitos servidores trabalhando em regime remoto, a Assemp acaba de lançar mais uma novidade: a adesão online. Os servidores municipais que desejam se associar podem entrar em contato com o setor de Relacionamento da entidade e resolver tudo virtualmente, sem precisar sair de casa: (31) 3237-5000 | (31) 98422-8160 (WhatsApp) | relacionamento@assemp.org.br.

### Unimed-BH contra o coronavírus

Como parte de uma nova iniciativa, a Unimed-BH está realizando ligações para seus clientes. As chamadas são feitas pela atendente virtual da operadora, a Manu, a partir do número 2391-4556. Além de realizar perguntas sobre sua saúde, o serviço oferece orientações sobre cuidados com o novo coronavírus. Se você não puder atender na hora, é só retornar a ligação posteriormente. Vale lembrar que a Unimed-BH também está realizando consultas online para clientes com suspeita de Covid-19. O serviço está disponível os sete dias da semana, de 07h às 20h: <https://portal.unimedbh.com.br>.

### Biblioteca virtual

A Biblioteca Orlando Vignoli disponibilizou um acervo digital com acesso gratuito e irrestrito. São cerca de 300 livros em formato PDF, que podem ser baixados e lidos em qualquer dispositivo (smartphone, computador, tablet etc). Todas as obras oferecidas estão em domínio público e têm sua distribuição autorizada. O acervo conta, ainda, com livros em espanhol, francês e inglês. O link para acessar é: <https://is.gd/bibliotecadigital>.

## Atendimento da Assemp

A sede da Assemp permanece fechada, mas os atendimentos seguem por e-mail e WhatsApp:

### Plano de saúde, boletos, dados para IR e atendimento em geral

**E-mail:**  
atendimento@assemp.org.br

**WhatsApp:**  
98476-8200

### Adesões, convênios e assuntos de comunicação

**E-mail:**  
relacionamento@assemp.org.br

### Sugestões, reclamações ou elogios e contato com a diretoria

**E-mail:**  
ouvidoria@assemp.org.br

### Núcleo de Convivência

**WhatsApp:**  
98431-5283

### Espaço Viver Bem

**WhatsApp:**  
98415-8110

### Jurídico

**WhatsApp:**  
98478-5489

**E-mail:**  
juridico@assemp.org.br

**Cuidado com os golpes por meio de e-mails, telefone e Whatsapp!**

**A ASSEMP NÃO SOLICITA DE FORMA AUTOMÁTICA DADOS PESSOAIS E ATUALIZAÇÕES DE ENDEREÇO. SÓ REPASSE TAIS INFORMAÇÕES SE TIVER OCORRIDO ALGUM TIPO DE NEGOCIAÇÃO (DIÁLOGO) ANTES.**

**Desconfie sempre!**

**Na dúvida, fale com um de nossos atendentes nos telefones: 3237-5000 / 98476-8200**

**Isto vale também para a Unimed. A única exceção se dá com as pesquisas. Estas não pedem dados pessoais.**



Associação dos Servidores Municipais da Prefeitura de Belo Horizonte - Rua da Bahia, 1033 - 4º andar/Centro - Belo Horizonte



Acesse esta e outras edições do jornal no [www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br)

Para uso dos Correios

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Mudou-se               | <input type="checkbox"/> Não procurado                      |
| <input type="checkbox"/> Endereço insuficiente  | <input type="checkbox"/> Ausente                            |
| <input type="checkbox"/> Não existe nº indicado | <input type="checkbox"/> Falecido                           |
| <input type="checkbox"/> Desconhecido           | <input type="checkbox"/> Inf. escrita pelo porteiro/síndico |
| <input type="checkbox"/> Recusado               | <input type="checkbox"/> CEP                                |

IMPRESSO FECHADO  
Pode ser aberto pela ECT

Etiqueta

Mala Direta  
Básica

9912292424/2012-DR/MG  
ASSEMP BH MG

Correios