



BEM-ESTAR

Arte para harmonizar
corpo e mente
PÁGINA 2

CONHEÇA SEU PLANO

CABEC coordena Comissão Técnica
da ABRAPP
PÁGINA 3

RESULTADOS

Acompanhe o desempenho
do seu plano
PÁGINA 4



QUE TAL APROVEITAR A INTERNET PARA ORGANIZAR SUA VIDA FINANCEIRA?

Conheça alguns aplicativos gratuitos que podem ajudar no controle de suas contas

Em uma época cada vez mais digital, onde imperam smartphones, tablets e notebooks, nada mais natural que aproveitar as novas tecnologias para organizar também a sua vida financeira.

Chega de tabelas complicadas, caderninhos de contas ou planilhas com fórmulas mirabolantes. Controlar as finanças não precisa ser algo tão complicado. Para facilitar essa tarefa, existem vários aplicativos para controle financeiro pessoal que ajudam a monitorar seus gastos em tempo real e a melhorar sua situação financeira.

E o melhor, mesmo as versões gratuitas dos apps de finanças oferecem diversos serviços importantes para quem precisa

ter uma visão real de suas receitas e, principalmente, das despesas.

Um desses apps, é o cearense Mobills, utilizado por mais de 3 milhões de pessoas e o mais bem avaliado do Brasil na Google Play, com nota média de 4,6 e mais de 145 mil avaliações, a grande maioria com 4 ou 5 estrelas. O aplicativo de finanças pessoais Mobills está disponível em todas as plataformas: web, Android, iOS e Windows Phone.

Uma das grandes vantagens do app é a sincronização. Como os dados ficam armazenados na nuvem, é possível acessá-los de qualquer dispositivo, controlar suas despesas em tempo real e ter uma visão muito melhor de pra onde vai o seu dinheiro.

CONHEÇA OUTRAS FUNCIONALIDADES:



Armazena em categorias todas as suas despesas e receitas, gerando gráficos e relatórios interativos.



Cadastre seus cartões de crédito para acompanhar as despesas da sua fatura e ainda receber no seu e-mail alertas de vencimento.



Definição de metas de gastos e criação de orçamentos.



Controle com tags e filtros para saber onde está indo seu dinheiro.



Planilhas de gastos, de empréstimo pessoal e de contas online podem ser importadas com a função de importação de dados.



**PALAVRA DA
SUPERINTENDENTE
DA CABEC**

Sandra Nery

Nos dias atuais, devido a tantos casos de desmandos, falta de justiça social e de zelo com a coisa pública, com consequências terríveis para toda a sociedade, torna-se de extrema necessidade, para todos, a prática da ética e da cidadania.

Segundo os estudiosos do assunto, o termo ética deriva do grego ethos (caráter, modo de ser de uma pessoa) e representa um conjunto de valores morais e princípios que norteiam a conduta humana na sociedade.

Ética é respeito, solidariedade, justiça e responsabilidade com o coletivo e serve para que haja um equilíbrio e bom funcionamento social, possibilitando que ninguém saia prejudicado e que prevaleça a justiça social, e não os interesses pessoais. Agir com ética é fazer autoanálise de suas práticas, é comprometer-se com o que acontece na vida coletiva.

Para que possamos exigir ética das pessoas, sem sermos hipócritas, precisamos, antes de tudo, praticá-la, mesmo que seja a partir de pequenas coisas, como: não furar fila, não estacionar em vaga destinada a idosos e a outras pessoas com necessidades especiais, não oferecer vantagens indevidas para tirar algum proveito próprio, não estacionar em fila dupla, etc.

Dentro deste contexto, cabe destacar que a CABEC possui e adota o seu próprio Código de Ética, com princípios rígidos de governança, de responsabilidade e de transparência na divulgação das informações para o seu público-alvo, sem deixar de lado o zelo na gestão do patrimônio do Plano BD. A Diretoria sempre buscou administrar o Plano com harmonia, engajamento e união entre todos, tendo sempre em vista e, antes de tudo, os interesses dos participantes e assistidos.

BEM-ESTAR

ARTE PARA HARMONIZAR CORPO E MENTE

A arte é uma das formas de expressão da beleza. Quando o ser humano se põe em contato com a arte, é capaz de transpor os limites pessoais e se conectar ao melhor de si mesmo e à natureza. Mas, as urgências da vida cotidiana e a rotina forte de trabalho, muitas vezes não permitem que nos dediquemos ao que gostamos.

Com a aposentada Maria do Carmo Montezuma Sales Farias, 58 anos, não foi diferente. Trabalhando no Banco do Estado do Ceará por mais de 20 anos, de 1984 a 2006, onde encerrou a carreira como gerente geral, Carminha viu na aposentadoria uma oportunidade de se dedicar à arte.

"Sempre me interessei por arte, seja ela qual for, mas trabalhando no Banco, dois expedientes, não sobrava tempo para me dedicar e conhecer as técnicas de pintura. Com a aposentadoria veio a disponibilidade de tempo e oportunidade de conhecer melhor"

A inspiração de Carminha veio da mãe. "Minha mãe pintava e sempre admirei este dom dela. Adoro visitar museus e as galerias muito me encantam. Ficava a observar telas e quadros, mesmo sem o conhecimento técnico, sem nunca sequer ter pegado em um pincel. Observar arte me fascina", revela.

Mais que um dom natural, o trabalho criativo é possível para todos. Não é necessário ser nenhum artista ou pintor profissional para começar a pintar. Basta pegar o pincel, uma tela em branco e ir em frente, mostrar os sentimentos através de desenhos ou figuras.

Estudos revelam que o desenho e a pintura atuam na coordenação motora das pessoas, ajudam na capacidade de organização e servem como um excelente recurso terapêutico. Os canais sensoriais também são ativados durante a prática da pintura, por isso, pintar ajuda a equilibrar as emoções e a soltar a imaginação e os pensamentos.

Esses são alguns dos benefícios que a pintura em tela trouxe para a vida de Carminha. Para ela, pintar é como fazer poesia, mas ao invés das letras, a matéria prima são as tintas. "Trabalhar a subjetividade, vivenciar um pouco o lúdico, através das artes, sempre me fizeram muito bem. Pintar me deixa extasiada, nem vejo o tempo passar", afirma.



Dedicar-se a novas atividades também é uma forma de renovar as energias, por isso, Carminha acredita que a pintura poder ser uma ótima forma de promover o bem-estar. Para quem tem dúvidas se ainda é possível aprender, ela dá a dica: "Acredite que seja capaz! Aprenda uma nova atividade, renove suas energias! Desafios nos excitam e nos deixam mais vivos, além de podermos complementar a renda com a comercialização dos quadros".

O apoio da CABEC é fundamental para esse cuidado com o corpo e a mente. "A CABEC, de certa forma, nos proporciona tranquilidade, com a complementação previdenciária e nos deixa num patamar bem acima daqueles que não optaram ou não tiveram a oportunidade de ter um plano privado de previdência", finaliza..



Quem quiser conhecer ou adquirir as pinturas da Carminha basta enviar e-mail para mcmontezuma22@gmail.com.

TEM UM BOM EXEMPLO DE BEM-ESTAR?

Conte-nos sua história, ela poderá estar no próximo Informativo Cabec. Envie sua sugestão para jornalismo@cabec.com.br

CABEC COORDENA COMISSÃO TÉCNICA NORDESTE DA ABRAPP

A superintendente da CABEC, Sandra Nery, é a nova coordenadora da Comissão Técnica Nordeste de Governança e Riscos da ABRAPP - Associação Brasileira das Entidades Fechadas de Previdência Complementar.

Profissionais da área de governança, riscos, compliance e controles internos integram a Comissão que tem como objetivo discutir temas relevantes para a área, formando um verdadeiro celeiro de ideias.

O trabalho das Comissões Técnicas envolve atividades de caráter consultivo, disseminação do conhecimento, compartilhamento de experiências, identificação de necessidades e networking.

A escolha dos coordenadores observou o notório conhecimento, contribuição técnica, experiência, participação e capacidade de realização dentro de cada área temática.

Atualmente, a ABRAPP é referência nacional e internacional como centro de excelência, sendo difusora das melhores práticas em previdência complementar fechada no País.



FORTALECENDO O SETOR DE PREVIDÊNCIA COMPLEMENTAR FECHADA

Eventos em Fortaleza no mês de maio irão reunir profissionais de investimentos e benefícios do Norte e Nordeste

Fortaleza irá sediar dois grandes encontros para promover a integração dos profissionais de investimentos e benefícios dos Fundos de Pensão. Nos dias 17 e 18 de maio, acontece o 23º EPINNE - Encontro dos Profissionais de Investimentos do Norte e Nordeste e o 21º EPB - Encontro dos Profissionais de Benefícios do Norte e Nordeste.

Durante dois dias, profissionais de diferentes áreas, de várias partes do País, irão compartilhar experiências e interagir para promover a integração e o fortalecimento das empresas e do setor de previdência complementar fechada.

A programação irá tratar de temas relevantes para a superação dos desafios do setor, diante das atuais necessidades do mercado nesse momento de indefinição política e econômica no país.

O evento, que acontece no hotel Gran Mareiro Praia do Futuro, é organizado pela CABEC, Cageprev, CAPEF, FAELCE e FAPECE e conta com o patrocínio ouro da Bradesco Asset Management, Fator, Genial Investimentos, Gruppo Constância Investimentos, Itaú e Vinci Partners. A Coordenação Geral do Evento está a cargo da Superintendente da CABEC, Sandra Nery.

PROGRAMAÇÃO

A abertura contará com a presença do diretor presidente da ABRAPP, Luís Ricardo Marcondes Martins, dos diretores executivos da ABRAPP - Regional Nordeste, Liane Câmara Matoso Chacon e Augusto Silva Reis e da superintendente da CABEC, Sandra Nery, coordenadora geral do evento.

Marco Zanqueta abre a programação técnica com o painel sobre o tema "Integrar para Agregar". Outro destaque é a participação de Leila Navarro no painel "O Tempo que o Tempo Tem". Ao todo serão 13 painéis, 16 palestrantes e mais de 300 participantes, além de diversos sorteios.

SAIBA MAIS:

www.epinnepb.atenaonline.com.br/

RESULTADOS

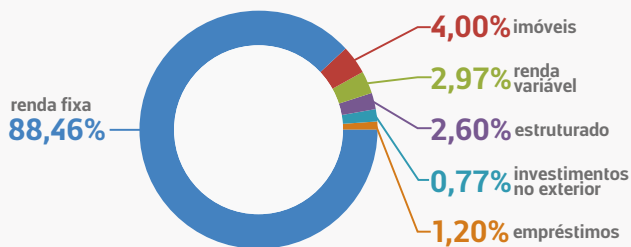
Posição em março/2018

PLANO BD BATE 140% DA META ATUARIAL EM 2018

Com os resultados acumulados até o mês de março/2018 os investimentos do Plano BD administrado pela CABEC alcançaram 140% da meta atuarial, que foi de 1,74% no mesmo período. Tal resultado é consequência das boas estratégias adotadas para os investimentos, bem como da redução da taxa de juros da meta atuarial que, desde dezembro/2017 passou de 5,60% a.a. para

5,25% a.a. e, ainda, da baixa variação do INPC que nos primeiros meses de 2018 ficou em apenas 0,48%. Tal performance permitiu que o Plano BD apresente superávit em 2018 no montante de R\$ 2,4 milhões, fato que reduziu o déficit técnico acumulado de R\$ 38,9 milhões no encerramento do exercício de 2017 para R\$ 36,5 milhões, até março/2018.

DISTRIBUIÇÃO DOS INVESTIMENTOS



DESEMPENHO DOS INVESTIMENTOS

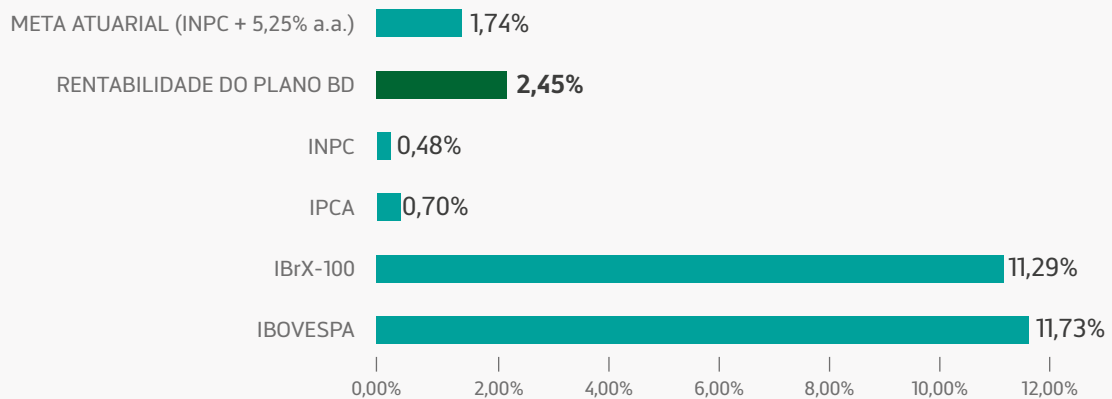
| DISCRIMINAÇÃO | MAR/18 | FEV/18 | ACUM./18 |
|------------------------------|--------------|--------------|--------------|
| RENDA FIXA | 0,80% | 0,70% | 2,38% |
| RENDA VARIÁVEL | 1,72% | -2,07% | 6,11% |
| ESTRUTURADO (*) | 0,43% | 0,37% | 1,50% |
| INVEST. EXTERIOR (**) | 0,07% | -0,26% | 0,19% |
| IMÓVEIS | 0,54% | 0,56% | 1,75% |
| EMPRÉSTIMOS | 0,63% | 0,85% | 2,38% |
| RESULTADO DO PLANO BD | 0,80% | 0,58% | 2,45% |
| META ATUARIAL | 0,50% | 0,55% | 1,74% |

(*) INVESTIMENTO REINICIADO NESSE SEGMENTO EM 19/07/2017.

(**) INVESTIMENTO INICIADO EM 20/07/2017.

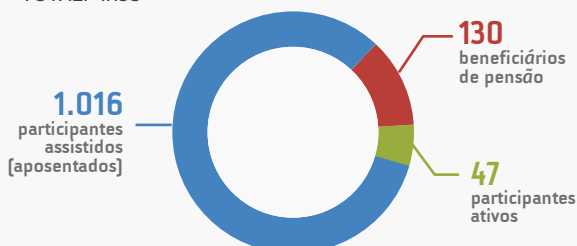
COMPARATIVO DO DESEMPENHO DOS INVESTIMENTOS

(% ACUMULADO/2018 - ATÉ MARÇO)



QUANTIDADE DE PARTICIPANTES

TOTAL: 1.193



RESULTADO ATUARIAL DO PLANO BD

| | MAR/18 | FEV/18 |
|--|---------------------|---------------------|
| PATRIMÔNIO DE COBERTURA DO PLANO BD [A] | 403.792.236 | 403.045.198 |
| RESERVAS MATEMÁTICAS [B] | 440.244.652 | 440.112.720 |
| DÉFICIT TÉCNICO ACUMULADO [A - B] | [36.452.416] | [37.067.522] |