



SEDE:
Carrera 20 No.39-32
La Soledad – Bogotá

**LÍNEA DE ATENCIÓN
AL PENSIONADO:**
3198820 Bogotá

PÁGINA WEB:
www.fopep.gov.co

CORREO ELECTRÓNICO:
contactenos@fopep.gov.co

REDES SOCIALES:
www.facebook.com/consorcio.fopep
Twitter: @FopepCo

**CHAT Y LLAMADA
VIRTUAL:**
A través de la página
www.fopep.gov.co

EDITORIAL

METAS PARA EL NUEVO AÑO!

Cada vez que finaliza un año efectuamos una evaluación de los logros alcanzados y realizamos nuevos propósitos para el siguiente, que busquen un mayor bienestar para nuestra vida y la de nuestros seres queridos. A continuación presentamos algunas sugerencias para una mayor efectividad en este proceso:

- Realice una evaluación de las metas que se fijaron en el año que finaliza para establecer las que se cumplieron, las que tuvieron una ejecución parcial o nula, y determinar cuáles deberán retomarse para el nuevo año.
- Decida cuáles serán las nuevas metas para el nuevo año, priorizando aquellas que le podrán brindar mayores réditos a nivel familiar, social y económico.
- Establezca estrategias y acciones para lograr cada una de las metas trazadas, otorgando un plazo de ejecución y una fecha máxima posible para su cumplimiento.
- Decida la periodicidad de seguimiento y control, con el fin de verificar el avance de ejecución de cada estrategia y cada acción.
- Disfrute cada avance en pro del logro de sus metas que sin lugar a dudas contribuirán al mejoramiento de su calidad de vida al lado de las personas que más lo aprecian.

FELIZ NAVIDAD Y PROSPERO 2015!!!

JESUS ALFONSO ROBAYO MOLINA
Gerente General

EN PRIMER TERMINO

INGRESO DE NUEVOS PENSIONADOS AL FOPEP

Es grato para el Consorcio FOPEP darles la bienvenida a los pensionados de INEA que ingresaron en nómina a partir del mes de mayo de 2014, los pensionados de INAT que ingresaron en junio, los pensionados de CAPRESUB que ingresaron en julio y los pensionados de CAPRECOM que ingresaron en octubre de 2014.

Con el fin de establecer una relación estrecha y provechosa el Consorcio FOPEP pone a su disposición todos nuestros canales de contacto, en donde encontrará información relacionada con el

pago de su pensión y temas de interés general.

Nuestro objetivo más importante es su bienestar, y por ello lo invitamos a actualizar sus datos y cobrar oportunamente su pensión.



FECHAS DE PAGO 2015

PRIMER SEMESTRE 2015

Enero: Lunes 26

Febrero: Miércoles 25

Marzo: Miércoles 25

Abril: Lunes 27

Mayo: Lunes 25

Junio: Jueves 25

SEGUNDO SEMESTRE 2015

Julio: Lunes 27

Agosto: Martes 25

Septiembre: Viernes 25

Octubre: Lunes 26

Noviembre: Miércoles 25

Diciembre: Miércoles 23



BENEFICIOS DE ESTAR AFILIADO A UNA CAJA DE COMPENSACION

UGPP - La Unidad de Pensiones y Parafiscales:

Entidad adscrita al Ministerio de Hacienda quien atiende los pensionados de Cajanal, Foncolpuertos, Corporación Autónoma Regional del Valle del Cauca, Superintendencia de Valores, Superintendencia de Industria y Comercio, Superintendencia Sociedades, Caja Agraria, CARBOCOL, Caminos Vecinales, MINERCOL, INCORA, Focine, Inurbe, Audiovisuales, Adpostal, Inravisión, ISS, Ministerio de Comunicaciones, INEA, INAT, CAPRESUB y CAPRECOM para trámites de reconocimiento, ajustes, reliquidaciones, entre otros.

Centro de Atención al Ciudadano:
Calle 19 No. 68A-18 Zona Industrial Montevideo. Horario de atención de lunes a viernes de 7 a.m. a 4 p.m. en jornada continua. Línea Gratuita Nacional 018000 423 423 y en Bogotá 4926090 de Lunes a Viernes 7 a.m. a 7 p.m. y sábados de 8 a.m. a 2 p.m. en jornada continua.

Correo electrónico
contactenos@ugpp.gov.co



activos, excepto la cuota monetaria.

Aporte para la afiliación voluntaria de pensionados con mesadas superiores a uno y medio (1.5) SMLMV.

Los pensionados con mesadas superiores a uno y medio (1.5) SMLMV, en su condición de afiliados voluntarios

La ley 1643 del 12 de julio de 2013, determina que todos los pensionados independientemente del monto de sus mesadas, pueden afiliarse de manera voluntaria a una caja de compensación familiar. En caso de que reciban menos de 1,5 SMMLV, no requieren efectuar aportes. Si reciben más de 1,5 SMMLV, tienen dos opciones: aportar el 0.6% de su mesada pensional o el 2% como cotización máxima.

El Decreto 867 del 7 de mayo de 2014, dispone:

Aportes voluntarios de los Pensionados con mesadas de hasta uno y medio (1.5) SMLMV para acceder a los servicios distintos de recreación, deporte y cultura.

Los pensionados con mesadas de hasta uno punto cinco (1.5) SMLMV voluntariamente podrán aportar a las Cajas de Compensación Familiar el cero punto seis por ciento (0.6%) sobre la correspondiente mesada pensional, para acceder adicionalmente a los servicios de turismo y capacitación, o el dos por ciento (2%) sobre la misma, para acceder a todas las prestaciones a que tienen derecho los trabajadores

a las Cajas de Compensación Familiar, aportarán el cero punto seis por ciento (0.6%) sobre la correspondiente mesada pensional, para acceder a los servicios de recreación, turismo y capacitación, o el dos por ciento (2%) sobre la misma, para acceder a todas las prestaciones a que tienen derecho los trabajadores activos, excepto la cuota monetaria de subsidio.

Tenga en cuenta, la ley establece que los pensionados que hayan acreditado aportes durante 25 o más años al sistema de subsidio familiar tienen derecho al acceso a los programas de capacitación, adulto mayor, recreación, cultura y turismo social de las cajas de compensación con las tarifas más bajas. Este programa de vinculación, que no exige efectuar aportes, cubre también al grupo familiar, cónyuge no que tenga la calidad de trabajador activo e hijos hasta los 18 años de edad o en cualquier edad si presentan condición de discapacidad.

Ante la caja de compensación de su escogencia, debe manifestar por escrito su solicitud de afiliación bajo la modalidad de Pensionados 25 años.

CUIDE SU DINERO VALE MUCHO

Todas las personas buscan el mejor rendimiento para su dinero, sin embargo es importante tener en cuenta que toda inversión conlleva un riesgo. Vale la pena recordar que a mayor tasa de interés, el riesgo que se asume también puede ser más alto. La dinámica económica ha ido cambiando y en la medida que las tasas de inflación han disminuido, las tasas de interés también han venido descendiendo. Las personas tienden a buscar nuevas alternativas para colocar su dinero a tasas de interés más altas, pero en productos o mecanismos de inversión por fuera del sistema financiero asumiendo riesgos muy altos de pérdida de su dinero. Por lo tanto es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones para evitar poner en riesgo el ahorro fruto del trabajo de toda una vida.

- **Infórmese bien.** Indague y busque información relacionada con el producto y la entidad que le está ofreciendo la inversión. Solo las entidades vigiladas por la Superintendencia Financiera de Colombia y autorizadas pueden ofrecer productos de ahorro e inversión, como los bancos, fiduciarias, comisionistas de bolsa.
- **No se deje atraer por altas rentabilidades.** Es mejor buscar mayor seguridad a pesar de una rentabilidad baja. Busque información más completa y tómese su tiempo para decidir, su dinero merece toda la atención.
- **Pregúntese cuál es su objetivo de inversión,** si está buscando hacer un ahorro para un viaje o pagar una matrícula universitaria en corto plazo, el producto que mejor se adecua a ese objetivo debe cumplir ese propósito.

Por el contrario si el objetivo es de largo plazo como completar la pensión o un proyecto a varios años, puede buscar un producto con mayor tasa de interés al poderlo depositar a mayor plazo. Asesórese con una

entidad autorizada que le genere toda su confianza.

- **No entregue dinero a personas que ofrecen ganancias altas y rápidas,** es muy frecuente que se trate de pirámides o sistemas similares, en los que puede perder FÁCILMENTE su dinero.
- **Antes de decidir la inversión solicite toda la información y documentación que la soportan.** En la medida de lo posible visite las oficinas de la entidad que ofrece los servicios y confirme su existencia en la página web de la Superintendencia Financiera.
- **Si no está seguro, no invierta.** Es necesario que conozca con claridad que está haciendo con su dinero, no deje nada al azar. Conozca los riesgos que puede asumir y tome decisiones más acertadas.
- **Nadie estará más pendiente de su dinero que usted mismo.** Solicite información periódica como extractos de su cuenta y verifique sus saldos.

No olvide informarse permanentemente, tenga en cuenta que su dinero le ha costado mucho y tómese su tiempo antes de decidir cualquier inversión y podrá estar más seguro de su decisión.



¡ANTE EL FALLECIMIENTO DE UN PENSIONADO!

Es responsabilidad de los familiares avisar inmediatamente el fallecimiento del pensionado al Consorcio FOPEP, remitiendo copia del registro civil de defunción.

Si quedan mesadas pendientes de cobro por ventanilla o mesadas pagadas por abono en cuenta posterior a la fecha de fallecimiento, estos recursos son devueltos por parte de la Entidad Financiera al Consorcio FOPEP quien a su vez, los reintegrará a la Dirección del Tesoro Nacional.

Si alguna persona tiene derecho a la sustitución o las mesadas causadas y no cobradas, debe realizar los trámites legales ante la entidad otorgante de la pensión, quien reconocerá el pago a partir de la última mesada cobrada por el pensionado.

Si los familiares o terceros siguen cobrando las mesadas sin avisar el fallecimiento, estarán cometiendo un acto ilícito, pues el poder que se confiere para el cobro de la pensión a un tercero pierde todo tipo de validez ante el deceso del pensionado.

Avisando oportunamente el fallecimiento a través nuestro correo electrónico contactenos@fopep.gov.co o al fax 7422272 ext. 1134 o la línea de Atención al Pensionado 3198820 de la ciudad de Bogotá, podrán estar tranquilos de no exponerse al riesgo de enfrentar cobros judiciales o procesos penales.

TIPS PARA LOGRAR VIVIR MÁS Y MEJOR

Mantener una buena alimentación: la dieta equilibrada es imprescindible en esta etapa de la vida, se mejora la calidad de vida y se previene el desarrollo de enfermedades, ya que se sabe con certeza que numerosas patologías están estrechamente relacionadas con hábitos de alimentación incorrectos. Una dieta de 1500 calorías es beneficiosa para la salud y ayuda a envejecer más lentamente.

Realizar actividad física: el ejercicio físico contribuye a mejorar la sensación de bienestar y mantener en niveles satisfactorios casi todos los indicadores de salud, sobre todo los relacionados con el sistema cardiorespiratorio. Las caminatas en buena compañía, decidirse a subir escaleras, practicar yoga acorde con la edad, etc. podrían ser algunas de las recomendaciones en este punto.

Practicar la sonrisa y reír con más frecuencia: la risa es una manifestación de la alegría. Se ha observado que la risa mejora el estado de ánimo, reduce los niveles de colesterol en la sangre, regula la presión sanguínea y aumenta el apetito, además libera el temor y la angustia.



Mantener la mente activa: favorecer toda actividad intelectual, desarrollar trabajos que ejerciten la curiosidad y la actividad mental. Leer, estudiar, realizar ejercicios intelectuales, trabajos mentales impide que se atrofie la memoria. Enfrentar un proyecto nuevo cada día.

Evitar la presencia de factores estresantes: el primer paso para evitar que se deteriore la calidad de vida cuando es un adulto mayor, consiste en afrontar las distintas situaciones con tranquilidad. Para eso es necesario, encontrar la manera de invertir el tiempo libre y así limitar la sensación de aislamiento.

Practicar actividades de relajación, cuidar la respiración: practicar la respiración integral y especialmente la respiración abdominal. Aprender a realizar prácticas de relajación frecuentemente. Descubrir los beneficios del agua a través del goce de baños termales, hidroterapia, natación y otras actividades relacionadas con el agua.

Construir una red familiar y social sólida: las redes familiares, de amigos y conocidos no sólo favorecen a que los mayores mantengan su identidad social, sino que proporcionan apoyo emocional, material, información y servicios.



Para Reflexionar...

Nunca dejes de sonreír, ni siquiera cuando estés triste porque nunca sabes quién se puede enamorar de tu sonrisa.

Un verdadero amigo es quien te toma de la mano y te toca el corazón.

Un hombre sólo tiene derecho a mirar a otro hacia abajo, cuando ha de ayudarlo a levantarse.

Te quiero no por quien eres, sino por quien soy cuando estoy contigo.

Gabriel García Márquez

FELIZ NAVIDAD Y PROSPERO AÑO 2015

La Navidad es época de amor, alegría y buenos sentimientos, nos hace recordar nuestras ilusiones de infancia, las alegrías de la juventud y los logros alcanzados con nuestra madurez. Dios bendiga sus hogares, los llene de armonía y prosperidad para el nuevo año.