



Abril del 2016



**Contenido:** Vida Plena APP: información de pensiones al alcance de un click pag.3 / ¿Qué hacer en caso de caída de ceniza? pag.5 / Ocho regalos que no cuestan un céntimo pag.7/ Galería Vida Plena “Xilo” pag.8

## Vida Plena: 16 años trabajando para ofrecerle a sus afiliados una mejor pensión en el futuro

Con indicadores que demuestran una excelente gestión, Vida Plena celebra en el mes de mayo su 16° Aniversario, con el compromiso de seguir trabajando para que las personas tengan los recursos económicos necesarios para mantener su estándar de vida durante su jubilación.

Con un enfoque de economía social, enraizado dentro de la seguridad social costarricense, y con el fin último de administrar los recursos de los afiliados de la manera más eficiente, Vida Plena ha logrado crecer y posicionarse firmemente en la industria de pensiones del país.

Así lo indica Alejandro Solórzano Mena, quien ha sido el gerente de Vida Plena desde sus inicios:



*“La existencia de organizaciones como la nuestra tiene su esencia en coadyuvar a esta sociedad para que, en materia de pensiones y jubilaciones, las personas puedan tener una pensión que les permita satisfacer sus necesidades. A eso nos referimos cuando hablamos de economía social: dar a la persona un producto que, en condiciones de mercado, sea óptimo, y hacerlo de manera sostenible. Nuestro eje va más allá de generar utilidades a los socios. Nuestro eje es generar las mejores pensiones a los afiliados, dándole sostenibilidad a la empresa”, recalca el gerente.*



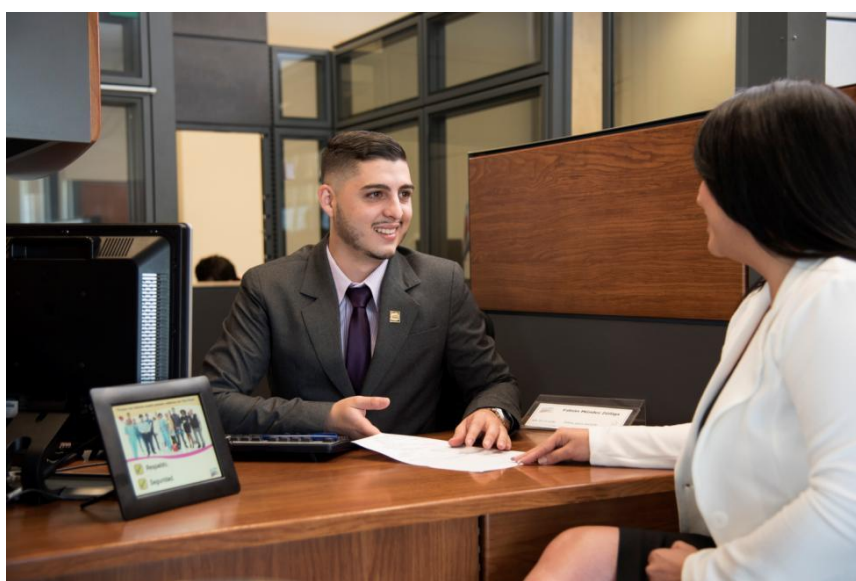
*De izquierda a derecha: Rodolfo Sequeira, Gregory Quirós, Ronny Meneses, Jorge Vargas, Luis Poveda, Jefes de la Operadora, junto con Alejandro Solórzano, Gerente General.*

Actualmente Vida Plena tiene más de **130.000 afiliados** y administra más de **¢545.475.000.000** en los fondos de pensión correspondientes al Fondo de Régimen Obligatorio (ROP), Fondo de Capitalización Laboral (FCL) y Fondos Voluntarios.

Vida Plena es una operadora que muestra un constante crecimiento, solo en el 2015 reportó un incremento de **¢ 85.900.000.000** en los fondos administrados. Además logró una excelente nota en la calificación de Riesgo Operativo evaluado por la Superintendencia de Pensiones (Supen): **94.46**. Es importante destacar que a mayor nota, mayor cumplimiento de gestión en las áreas evaluadas de riesgo operativo, disposiciones normativas y tecnología de información. Esta calificación le brinda a sus afiliados la tranquilidad de estar con una operadora que cumple a cabalidad con su gestión.

Son 16 años que han permitido a la empresa evolucionar junto con el capital jubilatorio de sus afiliados. Existen datos que confirman este progreso: a sus inicios, la operadora emprendió labores con solo 20 colaboradores, hoy son 123; en el año 2.000 se registraron 20.000 afiliados, hoy superan los 130.000 y la cartera administrada de los fondos aumentó de ¢3.990 millones a ¢545.000 millones. El trabajo que antes se realizaba en un piso de un edificio de alquiler, hoy se hace en el propio edificio de Vida Plena, diseñado para ofrecerle todas las facilidades a los afiliados.

Estos son solo parte de los indicadores concretos que marcan la excelente gestión que hace Vida Plena, y los cuales se han cultivado a lo largo de 16 años de trabajo y esfuerzo.



El reto que se plantea la operadora en el futuro es garantizar la seguridad económica para las personas en su etapa jubilatoria durante el mayor tiempo posible, y esto se logra brindando una pensión suficiente para suplir sus necesidades y cuidados.

Estos resultados son para Vida Plena la mejor forma de celebrar su 16° Aniversario.



## Vida Plena APP: Información de pensiones al alcance de un click

Vida Plena tiene a disposición de todos sus afiliados la aplicación móvil gratuita “Vida Plena APP”, a través de la cual se tiene acceso a los siguientes servicios:

- Consulta de saldos de sus fondos de pensión
- Puntos de servicio en todo el país
- Productos
- Beneficios
- Calculadora de Pensión
- Formas de contacto y más

Esta aplicación la puede descargar cualquier persona con un teléfono móvil inteligente, con acceso a internet y que utilice los sistemas operativos ANDROID o iOS

Para descargar e instalar la aplicación, se debe:

- Seleccionar en el teléfono la opción Play Store (Android) o App Store (iOS),
- Marcar la opción de búsqueda e ingresar la palabra “Vida Plena APP” y presionar el ícono de búsqueda.
- Cuando encuentre la aplicación, presionar “Instalar” y “Descargar”
- Cuando este proceso termine, el ícono de Vida Plena estará instalado en su celular y así usted podrá utilizar la aplicación.

Es importante que tome en cuenta que para consultar los saldos de los fondos de pensión que le administra Vida Plena, usted deberá tener la clave de usuario que le asigna la operadora. Si usted no ha pedido dicha clave, la aplicación le permite solicitarla, al llenar y enviar el formulario de registro, el cual será verificado en Vida Plena y posteriormente se le enviará un correo electrónico con su clave de acceso.

Si todavía no la tiene, descargue ya **Vida Plena APP**.



APP STORE



PLAY STORE





## COMISIÓN NACIONAL DE PREVENCIÓN DE RIESGOS Y ATENCIÓN DE EMERGENCIAS



### ¿QUÉ HACER EN CASO DE CAÍDA DE CENIZA?

- Mantenga la calma. Repase su plan de emergencia.
- Evite exponerse innecesariamente. Ante la caída de ceniza, manténgase en su casa.
- En caso de estar expuesto, cúbrase las vías respiratorias y los ojos. Utilice ropa para proteger su piel.
- Cierre ventanas y puertas. Ponga trapos húmedos en los umbrales de las puertas y otras entradas de aire, selle con cinta aislante las ventanas.
- Humedezca las cenizas en el patio y las calles para reducir el polvo.
- Mantenga limpio el sistema de drenaje y las canoas.
- Proteja el equipo electrónico.
- Debido a que los techos no soportan más de 10 cm de ceniza húmeda, evite grandes acumulaciones. Una vez que cesa la caída de ceniza, limpie con escoba o pala los techos y las canoas.
- Cambie la ropa antes de entrar. Cepille, sacuda y ponga en remojo la ropa antes de lavarla.
- Si hay ceniza en el agua, déjala que se sedimente y use el agua limpia.
- Los vegetales se pueden consumir, pero lávelos bien.

### VOLCÁN TURRIALBA

El volcán Turrialba es uno de los cinco volcanes activos de Costa Rica, localizado 24 kms al noroeste de la ciudad de Turrialba. Tiene tres cráteres, con depósitos de azufre y actividad fumarólica.

En los últimos 3.500 años han ocurrido, al menos, seis eventos explosivos mayores, la mayoría de ellos acompañados por nubes de ceniza y otros.

Fue declarado como Parque Nacional en 1953.



### Mascotas



- Almacene alimentos extra y agua potable.
- Mantenga medicinas extras.
- Mantenga a sus animales bajo techo, si es posible.



- Siempre lleve algunos artículos en caso de emergencia o fallas mecánicas.
- Cobijas y ropa extra.
- Comida y agua potable.
- Artículos generales para emergencias: botiquín de primeros auxilios, foco, extintor, herramientas, fósforos, etc.
- Mecate para remolcar.
- Filtros de aire y aceite extras.
- Evite utilizar escobillas (elimine la ceniza con agua).
- Teléfono celular con batería extra.

### ¿Qué hacer antes?

- Identifique con su familia y comunidad las rutas de evacuación y posibles albergues.
- Alimentos no perecederos para al menos tres días.
- Agua potable.
- Cobertores plásticos para proteger los equipos electrónicos.
- Botiquín de primeros auxilios y medicamentos usuales.
- Radio y foco con baterías.
- Artículos de limpieza: escobones, palas, etc.

Juntos prevenimos mejor!

### ¿QUÉ ES CENIZA VOLCÁNICA?

La ceniza volcánica es áspera, abrasiva, algunas veces corrosiva y siempre desagradable. A pesar de que la ceniza no es altamente tóxica puede significar un problema para los niños, los adultos mayores y para personas con problemas respiratorios.

Las partículas de ceniza pueden desgastar la parte frontal del ojo en condiciones ventosas.

En caso de emergencia  
llamar al 9-1-1

# Ocho regalos que no cuestan un céntimo

## 1. El regalo de escuchar

Pero realmente escuchar, sin interrumpir, bostezar o criticar. Solo escuchar.

## 2. El regalo del cariño

Ser generoso con besos, abrazos, palmadas en la espalda y apretones de manos, estas pequeñas acciones demuestran el cariño por tu familia y amigos

## 3. El regalo de la sonrisa

Llena tu vida de imágenes con sonrisas, dibujos, caricaturas y tu regalo dirá: “me gusta reír contigo”

## 4. El regalo de las notas escritas

Esto puede ser un simple “gracias por ayudarme”, un detalle como estos puede ser recordado de por vida.

## 5. El regalo de un cumplido

Un simple y sincero “te ves genial de rojo”, “has hecho un gran trabajo” o “fue una estupenda comida” puede hacer especial un día

## 6. El regalo del favor

Todos los días procura hacer un favor.

## 7. El regalo de la soledad

Hay días que no hay nada mejor que estar solo. Sé sensible a aquellos días y da este regalo o solicítalo a los demás.

## 8. El regalo de la disposición a la gratitud

La forma más fácil de hacer sentir bien a la gente es decirle cosas que no son difíciles de decir como “Hola” y “Muchas gracias”.

# Galería Vida Plena:

## XILO

### GRABADOS 2016

En mayo, la Galería Vida Plena expone una muestra de grabados en madera del colectivo formado por, Zoleila Solano, Carolina Valencia, Giacomo Coghi y Luis Fernando Quirós, con trabajos producidos durante los últimos dos años.

Las temáticas son tan variadas como las cuatro personas que se reúnen en esta Sala de exposiciones, quienes exploran esos simbolismos e imaginarios propios de su creatividad y empeño.

En esta muestra se exhibe animálistica, temática del árbol y el bosque, figuraciones y gestos humanos, de la vida cotidiana, así como expresiones espirituales intrínsecas en un arte actual que representa un verdadero laboratorio donde se experimentan técnicas, se utilizan recursos y materiales actuales, tanto como los contenidos de las expresiones y que brindan carácter a la práctica artística.

Zoleila Solano es una artista madura oriunda de Paraíso de Cartago, quien luego de jubilarse como maestra de la zona rural emprendió el trabajo artístico en acuarela, óleo, intervención de objetos y en los dos últimos años elabora la instalación y el arte gráfico, especialmente la xilografía.

Carolina Valencia estudió Artes Plásticas en su país natal Colombia, hoy en día es emprendedora en proyectos de diseño especializados en nuestras culturas indígenas originarias; además realiza estudios de grabado y orfebrería en la Casa del Artista.

Giacomo Coghi además de grabador, acuarelista y dibujante, estudió Diseño Industrial y Gráfico en el TEC, más en los últimos años salió graduado en la especialidad Académica y



en pintura de la Casa del Artista. Y en la actualidad se encuentra en los talleres de grabado en metal y xilografía en este centro de Estudios Artísticos.

Luis Fernando Quirós se ha dedicado a la enseñanza del arte y el diseño, fue profesor de Artes Plásticas de la UCR, TEC, y Universidad VÉRITAS; acompaña estas actividades con proyectos curatoriales y escribe crítica de arte y diseño en blogs como el de la revista española Experimenta Magazine.

**“La Galería Vida Plena está abierta al público de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5:00 p.m., viernes se cierra a 4:30 p.m.”**