

Jornal da ASSEMP BH

Porta-voz do Servidor



Mala Direta
Básica

9912292424/2012-DR/MG
ASSEMP BH MG



Ed. 357

Agosto
2025

Serviços, cultura e diálogo

Fornecendo profissionais e estrutura, AssempBH marca presença em eventos sociais no mês de julho. Confira o resumo!

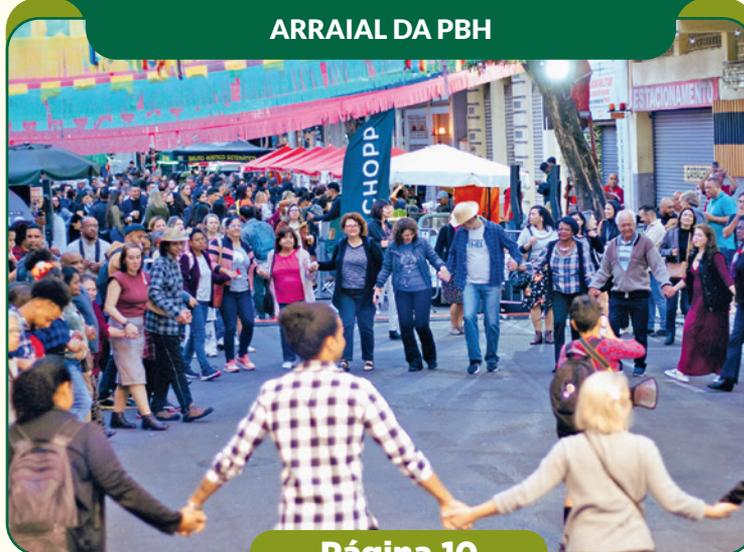
OUVIDORIA ITINERANTE



FOTOS: COMUNICAÇÃO ASSEMPBH

Página 5

ARRAIAL DA PBH



Página 10

PL que reajusta o salário dos servidores vai para a CMBH



FOTO: KAROLINE BARRETO / CMBH

Página 3

Municipalização do Anel Rodoviário: o que muda?



FOTO: KAROLINE BARRETO / CMBH

Página 6

Saúde mental: colorir pode ser um excelente aliado



FOTO: FREEPIK.COM

Página 8

Saiba por que o inverno está mais rigoroso este ano



Página 9

MULTIFACETADA

Ser multifacetada é atuar em diferentes frentes, respondendo a diversas demandas com o mesmo compromisso e qualidade. Esse conceito define bem a AssempBH, uma Associação que se desdobra em múltiplas ações ao longo do ano, sempre atenta às necessidades dos associados e aberta ao diálogo com a sociedade.

No mês de julho, essa característica ficou mais uma vez evidente. A AssempBH participou de duas iniciativas distintas, ampliando sua presença ativa e versátil. A primeira foi no programa Ouvidoria Itinerante, onde ofereceu serviços jurídicos, sessões de massagem, atendimento pela Ouvidoria e apoio da equipe de Comunicação.

Em outro evento, mas na mesma sintonia, a participação no Arraial promovido pela Prefeitura de Belo Horizonte evidenciou o envolvimento da entidade com ações que também valorizaram a cultura, o convívio e o bem-estar.

Essas contribuições integram a visão institucional externa da AssempBH, que ao longo do ano marca presença em diversos eventos, debates, palestras e iniciativas coletivas, sempre que é convidada. Essa atuação amplia o alcance da Associação, reforçando a escuta, o diálogo e a participação social.

Boa leitura!

CHARGE



**DISSE O
PENSADOR**

Frases e pensamentos de grandes autores para estimular a reflexão e o debate de ideias

“Pouco conhecimento faz com que as pessoas se sintam orgulhosas. Muito conhecimento, com que se sintam humildes.”

Leonardo da Vinci - polímata renascentista italiano, considerado um dos maiores gênios da história

EXPEDIENTE



Associação dos Servidores Municipais
da Prefeitura de Belo Horizonte
Fundada em 1º/3/58
R. da Bahia, 1033 - 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º, 9º, 10º, 12º e 13º andares
CEP: 30.160-905 - Belo Horizonte - MG - (31) 3237-5000
www.assemp.org.br

Presidente de Honra - Dr. Celso Mello de Azevedo

Presidente - Anselmo Horta Nassif
Vice-presidente - Maurício Albino de Almeida
Diretor financeiro - Horaldo de Oliveira Santos
Presidente do Conselho Administrativo - Carlos Alberto de Oliveira
Presidente do Conselho Fiscal - Manoel Teixeira Cardoso

Jornal da AssempBH - Órgão Informativo da AssempBH
(31) 3237-5000 - jornal@assempbh.org.br
Reneé Filipe Santos Lopes - Coordenador de Comunicação
Jornalista - Reg. Prof.: 0023931/MG

**Romanelli
Comunicação**

Romanelli Comunicação - (31) 98250-8232
Textos, fotos, charge, projeto gráfico e diagramação.
Imagens de banco - Freepik.com

Impressão: O Tempo Serviços Gráficos - 2101-3544
Tiragem: 22.000 exemplares

Permitida a reprodução das matérias no todo ou em parte, desde que citada a fonte. As matérias assinadas não refletem necessariamente a posição da AssempBH e são de inteira responsabilidade do autor.

A AssempBH é uma entidade associativa, portanto, os serviços que oferece são exclusivos para seus associados.

Reajuste dos servidores será votado na CMBH

Projeto da PBH prevê o aumento geral de 2,49%; Educação ainda aguarda envio das demandas específicas

O Projeto de Lei que prevê o reajuste salarial de 2,49% para os servidores municipais iniciou a tramitação para ser votado em plenário na Câmara Municipal. O texto foi protocolado pela PBH no dia 16 de julho, em substituição à proposta anterior enviada em junho, que excluía os trabalhadores da Educação. A nova versão também inclui os profissionais da Superintendência de Mobilidade de BH (Sumob). O projeto ainda fixa o dia 1º de maio como data-base para a revisão anual das remunerações e estabelece o valor do vale-refeição em R\$60 para jornadas de oito horas diárias.

CONQUISTAS DA EDUCAÇÃO

Após 29 dias de greve, a Educação firmou acordos específicos com a PBH, que serão encaminhados posteriormente em um novo projeto de lei. Entre as demandas estão o pagamento de vale-refeição para jornadas inferiores a oito horas, o avanço nas progressões de carreira e um reajuste adicional de 2,4% referente às perdas inflacionárias de 2017 a 2022. Também foram acordadas a nomeação de 376 profissionais para os anos iniciais e a ampliação do número de professores na Educação Infantil.

FOTO: KAROLINE BARRETO / CMBH



REPOSIÇÃO DAS AULAS

Entre os acordos com a Educação, a PBH definiu o calendário de reposição da greve. As escolas deverão garantir 25 dias letivos na Educação Infantil e 24 no Ensino Fundamental. Para isso, poderão utilizar os recessos de 15 a 25 de julho e de 22 a 31 de dezembro (exceto feriados), incluir até seis sábados com aulas e converter feriados municipais, conforme deliberação da comunidade escolar.

INFORME PUBLICITÁRIO

ASSOCIADO ASSEMP SÓ TEM PRIVILÉGIOS!

O The Best possui uma infraestrutura completa para ministrar cursos de Inglês e Espanhol para os associados da Assemp com ênfase em viagens e exclusivos para os associados Assemp. Além de cursos de informática para todos os níveis e com opção do curso para e Melhor Idade Conectada. Nossa unidade central fica dentro do prédio da Assemp o segundo andar.



Estamos com descontos especiais para associados e dependentes, com isenção de matrícula e material didático gratuito. Vagas limitadas com início imediato em agosto/25. Prazo máximo para inscrição: 15/08/2025



UNINTER

A Uninter é líder com cursos de graduação e pós graduação EAD e Semipresenciais Saúde todos aprovados pelo MEC.

No consulte sobre as vantagens especiais com o Convênio Servidor Público

Educação transformando gerações!

(31) 98421-1036 ou na recepção The Best
www.thebestweb.com.br

98228-9906
www.uninterbhcentro.com.br

AssempBH no Ouvidoria Itinerante

Evento ofereceu serviços gratuitos e reuniu diversas instituições para promover o diálogo entre cidadãos e ouvidorias

Nos dias 8 e 9 de julho, a AssempBH participou da edição 2025 do programa Ouvidoria Itinerante, promovido pela Prefeitura de Belo Horizonte em parceria com a Rede Mineira de Ouvidorias Públicas (Rede Ouvir-MG). O evento foi realizado no Parque Municipal Américo Renné Giannetti e reuniu mais de 20 órgãos públicos e instituições parceiras.

Ao longo dos dois dias de programa-

ção, a população teve acesso gratuito a diversos serviços, como emissão de documentos, vacinação contra a gripe, além de atendimentos e orientações em diversas áreas.

A AssempBH disponibilizou serviços de quick massage, consultoria jurídica com os advogados do Núcleo Jurídico da Associação, além do atendimento da Ouvidoria e do setor de Comunicação.

FOTOS: COMUNICAÇÃO ASSEMPBH



Espaço da AssempBH



Atendimento jurídico gratuito



Quick Massage



Público presente

FALA, PRESIDENTE!



“Participar da edição 2025 do programa Ouvidoria Itinerante foi uma grande satisfação para a AssempBH. Iniciativas como essa fortalecem os laços entre as instituições e a população, promovendo a transparência, a cidadania e a oferta de serviços de qualidade. Levamos atendimento e informação a quem esteve no Parque Municipal, com o propósito de nos aproximar ainda mais dos servidores e da sociedade.”

Anselmo Horta Nassif, Presidente da AssempBH

Somos 6 mil seguidores no Instagram

Venha fazer parte da nossa comunidade nas redes sociais!

Aponte a câmera do seu celular para o QR Code acima e acesse o perfil da AssempBH

PBH assume gestão do Anel Rodoviário

Saiba o que muda e quais os planos do município para a via

Após décadas de espera, o Anel Rodoviário de Belo Horizonte agora é responsabilidade da Prefeitura. A gestão, antes sob o comando do governo federal, foi transferida para o município em junho de 2025, por meio de um acordo com o Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes (DNIT). A expectativa é de que, com a nova administração, melhorias na sinalização, fluidez e segurança sejam realizadas com mais agilidade.

Em entrevista coletiva, o prefeito Álvaro Damião celebrou a conclusão da transferência. "É a volta de um filho para os cuidados dos próprios pais. A partir de agora, as obras serão feitas com mais agilidade, desde as grandes intervenções até as medidas emergenciais. Se a gente pode resolver, aqui do nosso lado, fica mais fácil", comentou.

O QUE MUDA?

Dos 26,2 quilômetros totais do Anel, a PBH será responsável, inicialmente, pelo trecho de 22,4 km, que vai do bairro Olhos d'Água até o São Gabriel. A parte restante, ligada diretamente à BR-381, continua sob controle do governo fede-

ral. Com o acordo, a Prefeitura poderá executar obras e serviços diretamente, sem depender de autorizações de Brasília, o que deve acelerar intervenções aguardadas há anos pela população.

INVESTIMENTOS E MELHORIAS

Estão previstos investimentos de aproximadamente R\$110 milhões, provenientes do governo federal e da própria Prefeitura. Entre as primeiras ações estão a instalação de novos radares de velocidade, melhorias na sinalização, recapeamento do asfalto, construção de alças de acesso e ampliação de viadutos. A Prefeitura também pretende implantar pontos de apoio com guinchos, a fim de agilizar a remoção de veículos em caso de panes ou acidentes.



FOTO: KAROLINE BARRETO / CMBH

R\$110 milhões

É o valor disponível para as obras de reestruturação do Anel

40 novos radares

Estão planejados para reforçar a segurança na via.

OPINIÃO

Para Luiz Antônio Athayde, presidente do Conselho de Infraestrutura da Associação Comercial e Empresarial de Minas (ACMinas), a municipalização do Anel Rodoviário deve integrar um projeto amplo, voltado para o futuro. "Estamos diante de uma excelente oportunidade. Além das obras necessárias, é fundamental que o novo projeto do Anel Rodoviário esteja alinhado com o futuro da cidade e da região metropolitana. Com a municipalização ele poderá, enfim, assumir seu verdadeiro papel: o de principal via urbana de Belo Horizonte. É essencial incluir medidas sustentáveis, a integração com o metrô e com o futuro Rodoanel, além do aproveitamento de áreas estratégicas, como o terreno do antigo Aeroporto Carlos Prates."



OFICINA:

ANSIEDADE E ESTRESSE NA APOSENTADORIA



20 DE AGOSTO | 9H ÀS 12H

INSCRIÇÕES GRATUITAS PELO WHATSAPP DO IDCT:

99993-5757

ENVIE BM E NOME COMPLETO PARA GARANTIR SUA VAGA.
NÃO PERCA ESSA OPORTUNIDADE!



APONTE A CÂMERA DO SEU CELULAR PARA O QR CODE E CONHEÇA ALGUNS DOS CURSOS OFERECIDOS PELO IDCT.

QUEM TEM UNIMED-BH TEM DESCONTO NA RAIA



ANS - Nº 34.388-9

Agora, os **clientes da Unimed-BH** podem aproveitar **descontos e benefícios exclusivos** em produtos e medicamentos nas mais de **3.300 farmácias Raia e Drogasil** em todo o Brasil.

**MAIS ECONOMIA PARA
VOCÊ E SUA FAMÍLIA.**

**Aponte a câmera do
celular para o QR Code
e saiba mais.**



Unimed
Belo Horizonte

 **DROGASIL**

 **Raia**



A moda agora é colorir

Conheça os benefícios do hobby que está crescendo no país

Em tempos de excesso de telas e agendas apertadas, uma atividade simples e nostálgica tem ganhado espaço entre os adultos: os cadernos de colorir. Antes associados à infância, eles voltaram com força total, agora como uma ferramenta de relaxamento, foco e bem-estar mental.

Para especialistas, o ato de colorir é uma espécie de meditação ativa, que permite manter a mente ocupada de maneira suave. O foco na escolha das cores e nos movimentos repetitivos da mão ajuda a reduzir a ansiedade e o estresse, além de favorecer a concentração.

Pesquisas indicam que a atividade estimula áreas ligadas à criatividade e ao prazer, ao mesmo tempo em que reduz a atuação da amígdala cerebral, região associada ao medo e à preocupação. O resultado é uma sensação de paz, leveza e até melhora na qualidade do sono.

Colorir é um hobby que não exige habilidades artísticas nem grandes investimentos. Existem livros específicos para adultos, além de opções gratuitas para impressão. O importante é mergulhar na atividade, aproveitando o processo, sem se preocupar com o resultado final.

FOTO: FREEPIK.COM



BENEFÍCIOS ALÉM DO PAPEL

- ▶ **Redução do estresse:** a prática ajuda a acalmar o corpo e a mente;
- ▶ **Foco e concentração:** contribui para o fortalecimento da atenção;
- ▶ **Exercício cerebral:** equilíbrio da lógica e criatividade;
- ▶ **Bem-estar:** pessoas relatam se sentirem mais otimistas com a prática;
- ▶ **Autocuidado:** é uma forma de cuidar da saúde emocional.

Para mais dicas de saúde e bem-estar, acesse: www.viverbem.unimedbh.com.br

NOTA

▶ Encontro celebra experiências dos grupos de psicologia

No dia 17 de julho, foi realizada a palestra de encerramento do semestre com os grupos Memória Ativa e Oficina Mulheres Reais, conduzida pelos psicólogos da AssempBH, Pakisa Araújo e Raphael Duarte. O encontro teve como propósito compartilhar reflexões, promover momentos de afeto e celebrar as experiências construídas ao longo das atividades desenvolvidas no período.

FOTO: COMUNICAÇÃO / ASSEMPBH



Quem pode se associar à
AssempBH?

Servidores ativos (incluindo temporários*) e aposentados da Prefeitura de Belo Horizonte.

QUAIS DOCUMENTOS SÃO NECESSÁRIOS PARA A ADESÃO?

Documento com foto, contracheque ou termo de posse e comprovante de residência.

ONDE FAZER A ADESÃO?

Pelo site assemp.org.br ou presencialmente na sede da AssempBH: **Rua da Bahia, 1033 - Centro.**

*São considerados 'temporários' os servidores ocupantes de cargo em comissão ou contratados por tempo determinado. Trabalhadores terceirizados não estão incluídos.

MAIS INFORMAÇÕES:

3237-5000

📞 98476-8200



Que frio é esse?

Inverno de 2025 é o mais gelado dos últimos dois anos

Quem é mais sensível às variações climáticas provavelmente já percebeu: o inverno de 2025 está mais frio do que nos últimos anos. Após duas estações seguidas com temperaturas acima da média histórica, Belo Horizonte vive, neste ano, um inverno mais próximo do padrão, o que pode causar a sensação de que os termômetros despencaram. E, de fato, essa percepção não está errada.

Segundo dados do Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet), as temperaturas mínimas médias de julho na capital mineira costumam variar entre 10 °C e 15 °C, com máximas em torno de 24 °C. Em 2023 e 2024, no entanto, ondas de calor elevaram essas médias, com dias que ultrapassaram os 30 °C em pleno inverno. Já em 2025, os termômetros volta-

ram ao patamar dentro da normalidade climatológica, com diversos dias abaixo dos 9 °C e sensação térmica negativa de até -14 °C.

A explicação para essa “volta ao normal” está na influência dos fenômenos naturais El Niño e La Niña. De acordo com a meteorologista Anete Fernandes, do Inmet, ambos atuaram nos últimos dois anos, elevando as temperaturas na região Centro-Sul do Brasil e atingindo Minas Gerais. “Em 2025, esses fenômenos estão em fase neutra, o que permite a passagem mais frequente e eficaz de frentes frias. Isso favorece o resfriamento do ar e, conseqüentemente, a queda nas temperaturas, ainda que elas estejam dentro do padrão histórico”, explicou.

FOTO: ROBERTO ROMANELLI



HISTÓRICO DO INVERNO DE BH



▶ **30,2 °C**

Temperatura registrada no inverno de 2023, a mais alta desde 2013

▶ **3,1 °C**

É o recorde de dia mais frio na capital, registrado em junho de 1979

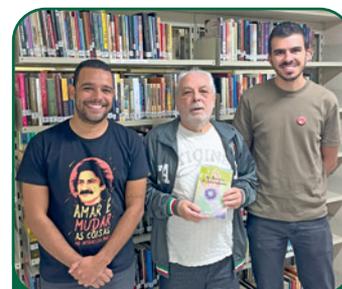
▶ **8,1 °C**

Foi a temperatura mais baixa de 2025 em BH

NOTA

▶ Associado lança livro de poesias neste mês

No dia 23 de agosto, o associado Rudgero Báchara lançará seu livro de poesias autorais na Livraria Leitura do Shopping Del Rey, a partir das 16h. A obra reúne poemas, desenhos e colagens marcados por inquietações espirituais e sociais, com referências religiosas, históricas e ecológicas. O autor segue o que denomina “libertadismo”, conceito definido por ele como uma busca da verdade em Cristo, livre de prisões ideológicas. Um exemplar do livro foi doado para a AssempBH e está disponível na Biblioteca Orlando Vignoli.



O associado Rudgero Báchara (centro)

Feliz dia dos PAIS

Para quem ensina, planta amor e protege com o abraço que cabe um mundo inteiro!

Festa em julho

AssempBH participa de mais uma edição do Arraial da PBH

No dia 17 de julho, a AssempBH marcou presença no Arraial promovido pelo projeto Movimento BH + Feliz, da Prefeitura de Belo Horizonte. O evento contou com comidas típicas, barraquinhas de artesanato, touro mecânico e muita música. Para animar ainda mais a festa, a Associação promoveu um aulão de forró com seus professores de dança e disponibilizou a divertida plataforma de vídeos em 360°, que fez sucesso entre os participantes.

FOTOS: COMUNICAÇÃO ASSEMPBH



Muita música boa



Aulão de forró da AssempBH



Público animado



Divertidas apresentações artísticas

INFORME PUBLICITÁRIO

PLENITUDE/DIVULGAÇÃO

PLENITUDECLINICA

CUIDADOS ODONTOLÓGICOS DE EXCELÊNCIA

Atendimento diferenciado para servidores aposentados da Assemp!

- ✓ Tratamentos preventivos e estéticos
- ✓ Próteses e implantes de qualidade
- ✓ Atendimento personalizado e sem pressa
- ✓ Consultório com acessibilidade total

CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA ASSOCIADOS ASSEMP:

- Desconto em todos os tratamentos
- Avaliação completa e gratuita
- Parcelamento exclusivo no cartão e boleto (* sujeito à avaliação de crédito)

(31) 97527-7561 (31) 3274-8786
<https://plenitudeodontologia.com.br/>
 Rua Rio Grande do Norte, 694 - 802, Belo Horizonte - MG, 30130-131

VOCÊ SABIA ?

CURIOSIDADES PARA OS LEITORES DO JORNAL DA ASSEMPBH

Praça da Liberdade

História, cultura e lazer no coração de BH



Foto de 1920 mostra o primeiro paisagismo da praça

► **Marco da fundação da cidade:** a Praça da Liberdade foi projetada no final do século XIX como parte do plano da nova capital de Minas Gerais.

► **Paisagismo:** em 1920, o paisagismo original foi reformulado para a visita dos reis da Bélgica. O novo projeto, que definiu o desenho atual, foi inspirado nos jardins do Palácio de Versalhes, na França. A última grande revitalização ocorreu em 1997, em comemoração ao centenário da cidade.

► **Árvores centenárias:** algumas das famosas palmeiras imperiais da Praça da Liberdade são remanescentes do projeto original do século XIX e hoje têm mais de 120 anos de idade.

► **Primeiro semáforo:** chamado à época de "pisca-pisca", o primeiro semáforo de BH foi instalado na praça em 1929. Ele permanece no local até hoje.

Benefícios da dança

A dança é uma expressão artística presente na humanidade desde a pré-história. Por meio de pinturas em cavernas, constatou-se que homens e mulheres daquele período já praticavam essa forma de manifestação. Além de permitir a expressão de emoções como alegria, amor e tristeza, a dança também contribui para a saúde física e mental.

BENEFÍCIOS

► **Condicionamento físico:** a dança melhora a força muscular, a resistência cardiovascular e a flexibilidade.

► **Melhora da coordenação:** dançar aprimora a coordenação motora e a fluidez dos movimentos, já que a atividade exige o uso simultâneo de

diferentes partes do corpo, como braços, pernas, tronco e cabeça.

► **Redução do estresse:** a dança estimula a liberação de endorfina, hormônio associado ao bem-estar e à felicidade. Também ajuda a reduzir os níveis de cortisol, relacionado ao estresse.

► **Estimulação cerebral:** aprender passos e coreografias ativa diferentes áreas do cérebro, contribuindo para o aumento da memória e da concentração. Em idosos, pode atuar na prevenção do declínio cognitivo.

► **Socialização:** a dança favorece a convivência social e o sentimento de pertencimento, diminuindo a sensação de solidão e isolamento. Dançar em grupo também fortalece a autoestima e a confiança.

FOTO: COMUNICAÇÃO ASSEMPBH



Alunas da Dança do Ventre Terapia

Reconhecendo a importância dessa expressão artística, neste mês os eventos "Diálogos Sociais" e "Cinema & Pipoca" terão a dança como tema central, promovendo momentos de aprendizado, cultura e integração para todos os participantes. Confira na agenda abaixo!

Luciana Brunelli
Assistente Social da AssempBH

AGENDA DO SERVIÇO SOCIAL

FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO DE AGOSTO

► DIÁLOGOS SOCIAIS

Tema: "A dança como forma de inclusão, socialização e criação de vínculos". Convidado: Pedro Antero, professor de dança da AssempBH e Assistente Social.

Data: 13/08

Horário: 15h

Local: 7º andar

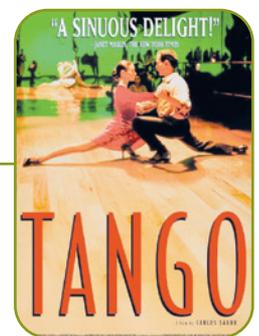
► CINEMA E PIPOCA

Filme: "Tango"

Data: 27/08

Horário: 14h

Local: 7º andar



NOTA

► Uma mestra na proteção de dados

A colaboradora Daiane Coutinho, coordenadora de Arquivo e encarregada de Dados da AssempBH, concluiu em junho o Mestrado em Ciência da Informação pela UFMG. A dissertação teve como tema "O papel do arquivista na implementação da Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais: as relações conceituais entre o gerenciamento arquivístico e a governança arquivística". O conhecimento adquirido já vem sendo aplicado por ela na melhoria contínua do setor.

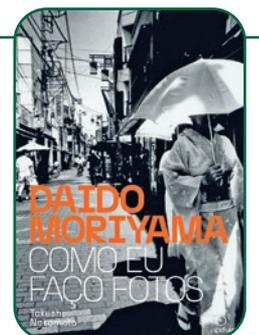


DICA DE LEITURA

DAIDO MORIYAMA:
COMO EU FAÇO FOTOS
TAKESHI NAKAMOTO

O livro apresenta um retrato do processo criativo de um dos maiores nomes da fotografia contemporânea. Moriyama compartilha suas ideias sobre o ato de fotografar, destacando a importância da intuição, do acaso e da observação do cotidiano. Construída a partir de conversas e passeios fotográficos pelas ruas de Tóquio, a obra combina textos e imagens em preto e branco. Trata-se de uma introdução ao pensamento do autor, que valoriza o olhar pessoal acima da técnica formal. Uma leitura interessante para fotógrafos e apreciadores.

Pelo bibliotecário da AssempBH, Marconne Resende



Quer conhecer a obra? Ela está disponível na Biblioteca da AssempBH. Entre em contato pelo 3237-5014 (telefone ou WhatsApp).

PALAVRAS CRUZADAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Regime cambial praticado no Brasil	A pintura como a de "Um Dia de Carnaval", de Henri Rousseau	Ensino (?): divide-se em três etapas, no Alternativa Brasil de alimentação para celíacos	A disputa como a da Fórmula 1	Não levantar um (?): não ajudar
Psicanalista austriaca (?), Silva, atriz e apresentadora			Posição tática do basquete	
Conquista da França na Copa de 2018 (fut.)	Sentimento de ódio O mesmo (lat.)		Preposição que pressupõe limite	
Superlativo de "difícil"	João (?), pianista A eternidade			Índigena da região do rio Gurupi (MA)
Taxa, em inglês Dor nas costas causada por problema na coluna		(?) fixa, aparelho de ginástica	Quebrar o (?): ser cortês no primeiro contato	
	Tábua de barris e tonéis			
Sol, em inglês Tonelada (símbolo) Insultante (?), pelas tabelas: fica exausto	(?) -diabetes: precede a diabetes tipo 2		Lábio, em inglês (?) Paiva, ator	
	Sapo amazônico Sufixo de "pernil"		"Lembra de (?)", sucesso de Ivan Lins	
A placa que compõe a crosta terrestre Ave de voo curto e pesado	Tela de cristal líquido	Fibra usada na confecção de cordas		(?) medicinal: é utilizado em UTIs
			"O sertão vai virar (?)", verso musical	

BANCO 3/tee — ljp — sun. 4/nat. 6/caapor — perdz. 9/ana freud. 41

#FaçaCoquetel
Assine e receba no conforto da sua casa!
www.assinecoquetel.com.br

Assine agora!
Acesso ao nosso site!
COQUETEL

Solução

H	V	W	Z	I	O	E	P
V	C	I	N	O	T	C	E
I	W	V	R	L	N		
H	L	N	R	V	I	V	C
O	S	O	R	V	L	T	U
D	I	L	E	R	P	I	
V	L	E	U	D	V	N	U
V	I	G	L	V	B	W	O
C	R	H	E	E			
O	L	V	N	O	D	O	
O	W	L	T	I	C	I	O
D	O	V	R	I	I	R	
E	T	A	V	A	S	A	V
U	D	R	E	N	A	N	V
V		B		C			

CLASSIFICADOS

EXCURSÕES

- Águas de Lindoia: de 26 a 29 de outubro. Hotel Mantovani, pensão completa. Compras em Serra Negra e Monte Sião.
- Curitiba, Natal de Luz: de 2 a 8 de dezembro.
Passeio de trem pela Serra do Mar.
IZÔNIA - (31) 98813-8864

ODONTOLOGIA

Clínica geral, clareamento a laser, endodontia, ortodontia, implantodontia, periodontia prótese, odontopediatria, harmonização orofacial-botox.
Descontos p/ associados, funcionários e familiares.
Av. Álvares Cabral, 374 sl.1607- Lourdes/BH-MG.
www.odontologiaanaluzagomes.com.br
ANA LUÍZA - (31) 99911-8196

DJ

Discotecagem em vinil para festas e eventos. Músicas dos anos 60, 70, 80 e 90. Conheça nosso trabalho pelo instagram: @misturafinavinil.
CAMILA - (31) 98978-9010

PERFUMARIA

AVON, Natura e Jequiti. Facebook: lauraAvon
LAURA - (31) 99286-7159 (WhatsApp)

EXCURSÕES

- Porto Seguro: semana da criança. Rodoviário. Saída dia 12/10 e retorno 17/10. Hotel resort, com café e jantar à vontade. Valor R\$2.280,00 (parcelado). Crianças até 12 anos pagam R\$ 650.
- Setembro: Festa das flores em Holambra. Saída dia 11/9 a noite e retorno dia 14/9. Transporte, hotel com café e jantar. Valor: R\$1.800,00.
LUCI - (31) 99443-2422

ALCOOLISMO

Se o modo de beber de alguém está te afetando, o Al-Anon pode ajudar. O programa oferece apoio a quem convive com pessoas alcoólicas, promovendo reflexões por meio de leituras e partilhas, sempre com respeito ao anonimato dos participantes.
TELEFONE - (31) 98425-2467
SITE: www.al-anon.org.br

CONSULTORA DE BELEZA

Trabalho com Mary Kay, Boticário e Natura. Pronta entrega. Pagamento Pix ou cartão de crédito. Entrego em toda BH (taxa a consultar).
PATRÍCIA - (31) 97251-0178

LIVRO

Em "Toda família tem...", Modesta Trindade Theodoro nos oferece pequenos e, ao mesmo tempo, grandes poemas, suaves como o remanso de um rio, alegres como crianças brincando, saborosos como "o doce da geladeira doce". 52 páginas. Literatura infantil e juvenil. R\$32,00 (frete incluso)
CONTATO: theodoro_4@yahoo.com.br

VESTIDO DE FESTA

Em cetim, primeira linha, super novo, chique, atual, cor moderna, bojo, cinturado, tule no forro para deixar a sala mais rodada, caimento perfeito que modela o corpo. Usado uma única vez. Nº 44. Não é chinês. Comprado por R\$ 1.000,00. Valor pedido: R\$500,00 (posso cupom de compra).
PAULA - (31) 98908-1024

REIKI

Cura através das mãos, aliviando sintomas físicos, mentais e espirituais. Reequilíbrio energético com melhora rápida dos sintomas da ansiedade, fobias, bloqueios, traumas, dores, depressão e outros. Desconto para associados. Próximo a Igreja Padre Eustáquio.
MARTA - (31) 98216-8383

ATENÇÃO: o espaço dos classificados deste jornal é **EXCLUSIVO** para associados (pessoas físicas) para divulgação de serviços ou produtos pessoais. Não serão aceitos: serviços de terceiros, pessoas jurídicas e/ou serviços oferecidos por dependentes de associados. A AssempBH não se responsabiliza pelos serviços oferecidos nos classificados. Não serão permitidas divulgações de serviços que possam criar concorrência com as atividades já oferecidas pela AssempBH ou de parceiros diretos.

Siga a

**ASSEMPBH
NAS REDES SOCIAIS**

- assempbhoficial
- AssempBH
- assempbhoficial
- assempbhoficial