

## TEMPO DE FRATERNIDADE

Assim como o lema da ASSEMP, fim de ano é período de reforçar espírito de união e solidariedade

**PBH divulga novas regras das licenças médicas**

Página 3

**Projeto quer punir alunos que agredem professores**

Página 7

**Animais são aliados da sua saúde**

Página 9

**Fique atento às datas de inscrições e ao recesso da ASSEMP**

Página 13

## Vaca no precipício

Existe uma velha história que conta de um filósofo que caminhava com seu discípulo pelo campo. Passaram por um velho sítio onde vivia um casal com seus três filhos, em situação de muita pobreza. O sustento da família vinha exclusivamente de uma vaca que possuíam, da qual extraíam leite para o próprio consumo e para trocar por outros alimentos.

O filósofo, então, ordenou ao discípulo que empurrasse a vaca da família em um precipício. O discípulo espantou-se com a ordem mas obedeceu.

Muitos anos se passaram sem que o discípulo pudesse esquecer o ocorrido. Arrepentido, resolveu voltar ao sítio. Ao chegar lá, porém, foi surpreendido: no local da velha casinha agora tinha uma bela casa.

Mais surpresa ainda teve ele quando descobriu que quem morava ali era a mesma família de antes. Sem entender, perguntou ao pai o que havia ocorrido. “Nós tínhamos uma vaquinha, mas ela caiu no precipício e morreu. Para sustentar minha família tive que plantar verduras e legumes. Como as plantas demoravam a crescer, comecei a cortar madeira para vender. Então tive que comprar mudas para replantar as árvores. Ao fazer isso, lembrei-me das roupas que usamos e pensei que talvez pudesse cultivar algodão. Passei um período difícil, mas quando a colheita chegou passamos a vender verduras, legumes e algodão”.

O discípulo, então, compreendeu a lição que seu mestre estava tentando lhe ensinar. Na vida, muitas vezes, nos apegamos a determinadas situações por receio da mudança. Entretanto, ao nos conformarmos com as coisas como estão, perdemos grandes oportunidades de explorarmos nosso potencial.

Ao fecharmos um ano em que a ASSEMP passou por tantas mudanças, tenhamos em mente que a colheita ainda está por vir. E que nós mesmos possamos, em nossas vidas, identificar quais são nossas vaquinhas e empurrá-las sem medo no precipício.

Um fim de ano de boas festas e um feliz 2015!

*O redator*

## Expediente



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

Presidente de Honra - Dr. Celso Mello de Azevedo

Presidente interino - Anselmo Horta Nassif  
Presidente licenciado - Angelo Augusto Flores de Carvalho  
Vice-presidente - Carlos Alberto de Oliveira  
Diretor financeiro - Horaldo Oliveira Santos  
Presidente do Conselho Administrativo - William Nagem  
Presidente do Conselho Fiscal - Manoel Teixeira Cardoso

## Notícia Urgente

Notícia Urgente - Órgão Informativo da ASSEMP  
(31) 3237-5000 - noticiaurgente@assemp.org.br  
Assessoria de Comunicação e Ouvidoria  
Jornalista José Almir da Rosa - Reg. Prof.: MG 07771 JP

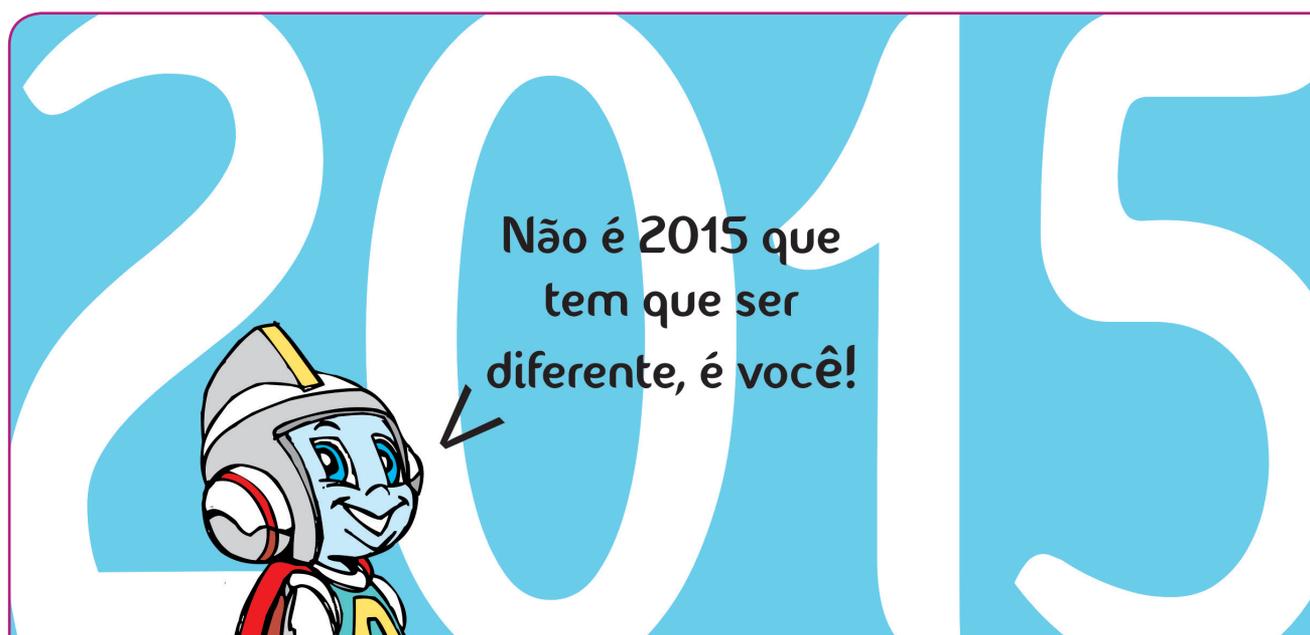


Berlim Comunicação - (31) 3347-3010  
Texto e fotos - Vitor Moreira - Reg. Prof.: 14055/MG  
Diagramação - Roberto Romanelli  
Imagens de banco - stock.xchng

Assempinho, o boneco mascote da ASSEMP,  
é uma criação de Ricardo Sá  
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 ASSEMP e são de inteira responsabilidade do autor.

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



# Novas regras para licenças médicas

Alterações começam a valer dia 12 de dezembro

Entra em vigor no dia 12 de dezembro o Decreto 15.764, que estabelece as novas regras da PBH para as licenças para tratamento de saúde, por motivo de aci-

dente em serviço e por motivo de doença em pessoa da família. Confira no quadro abaixo as principais alterações e fique atento aos seus direitos e deveres.

COMO ERA	COMO SERÁ
<b>Dispensa de realização de perícia médica presencial – Licença para tratamento de saúde</b>	
O servidor podia apresentar atestado médico de um dia por mês, totalizando até 12 dias no ano.	Serão aceitos atestados médicos de um a três dias corridos, porém até o limite de seis dias por ano.  <i>Regra vigente a partir de 1º de janeiro de 2015.</i>
<b>Agendamento de Perícia Médica</b>	
Licenças que ultrapassavam o limite de um dia por mês deviam ser, obrigatoriamente, periciadas.	Licenças que ultrapassarem o limite de seis dias no ano deverão ser periciadas. O prazo de agendamento permanece de dois dias úteis a partir do início do afastamento. O servidor que não comparecer na data marcada não poderá agendar nova perícia (salvo por motivo de força maior) e os dias do afastamento serão considerados faltas.  <i>Contato para agendamento da perícia: 3277-4566</i>
<b>Dispensa de agendamento de perícia – atendimento no plantão</b>	
Perícias para licenças médicas de apenas um dia ou parte do dia, que ultrapassavam o limite estabelecido, não precisavam ser agendadas e o servidor se apresentava à perícia em até dois dias úteis, sendo atendido no plantão.	Regra extinta. Toda avaliação pericial deverá ser previamente agendada.
<b>Exames e consultas médicas eletivas</b>	
Ausência de regra	O servidor poderá comparecer a duas consultas ou exames por ano, desde que comunicado ao superior hierárquico com antecedência mínima de cinco dias úteis, ficando dispensada a compensação das horas. Servidores que possuem problemas de saúde que requeiram um número de consultas superior ao previsto poderão apresentar requerimento fundamentado à Perícia Médica.  <i>Regra vigente a partir de 1º de janeiro de 2015.</i>
<b>Tratamentos especializados</b>	
Ausência de regra	Servidores com jornada superior a seis horas que necessitam de tratamento especializado (fisioterapia, psicoterapia, fonoterapia, acupuntura, terapia ocupacional e tratamentos odontológicos) poderão ter as horas abonadas pela Perícia Médica.
<b>Licença remunerada por motivo de doença em pessoa da família</b>	
A regra anterior estabelecia a obrigatoriedade de realização de perícia médica presencial.	Não é mais obrigatória a perícia presencial. O servidor deverá enviar à perícia a documentação necessária, por meio de carta registrada nos Correios. Os servidores podem se afastar a partir da data do protocolo do pedido, mas em caso de indeferimento ocorrerá a automática transformação dos dias já afastados em licença sem vencimento. O servidor fica obrigado a retornar ao trabalho imediatamente após o indeferimento.

## Assistentes conquistam jornada

Servidores da Procuradoria têm 90 dias para optar pelas 40 horas

Foi publicado no Diário Oficial do dia 14 de novembro o prazo para que assistentes de Procuradoria da PBH façam opção pela jornada de 40 horas semanais. A possibilidade é válida, porém, apenas para os servidores que ingressaram na Prefeitura por meio do Edital nº 01/2008. Os assistentes têm 90 dias (a contar da publicação do Decreto) para se manifestarem por meio de requerimento a ser encaminhado ao setor de pessoal da

Procuradoria-Geral do Município.

A nova regra corrige uma injustiça antiga praticada contra os servidores. O edital do concurso público de 2008 determinava a jornada de 40 horas semanais, entretanto, a carreira de assistente de Procuradoria na PBH era de 30 horas semanais. Quando percebeu o erro, a Prefeitura reduziu a jornada e o salário dos novos servidores, que não tiveram direito de escolha.



## Indique e ganhe

A associada Maria José, professora da Escola Municipal Profª Acidália Lott, é mais uma feliz ganhadora da promoção “Quem conhece indica”. Ela indicou seis novos associados para a ASSEMP

e levou para casa um vale-compras no valor de R\$ 120,00! E você, o que está esperando para indicar alguém e também ganhar prêmios? Consulte o regulamento da promoção no site [www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br).



## Nova carteirinha Uniodonto

Para atender às novas resoluções da ANS e melhorar a qualidade do serviço, a Uniodonto reformulou suas cláusulas contratuais e mu-

dou de administradora. Por esse motivo, é preciso que os conveniados busquem sua nova carteirinha, já disponível na sede da ASSEMP (rua

da Bahia, 1033 – 4º andar). A partir de janeiro de 2015 as carteiras antigas não serão mais aceitas nos consultórios odontológicos.

## Vencimento da carteira do plano de saúde

Anualmente as operadoras de plano de saúde realizam a substituição das carteiras de identificação dos usuários. Por não efetuarem a troca e permanecerem com o do-

cumento vencido, muitos beneficiários acabam tendo dificuldades em conseguir atendimento em consultórios, clínicas e hospitais credenciados. Fique atento ao vencimento

da sua carteira e, ao perceber que ela está vencida, entre em contato com o Setor de Relacionamento por meio do telefone 3237-5000 para se informar sobre a nova via.

### DISSE O PENSADOR

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

*“Dou respeito às coisas desimportantes e aos seres desimportantes. Prezo insetos mais que aviões. Prezo a velocidade das tartarugas mais que a dos mísseis. Tenho em mim um atraso de nascença. Eu fui aparelhado para gostar de passarinhos. Tenho abundância de ser feliz por isso.”*

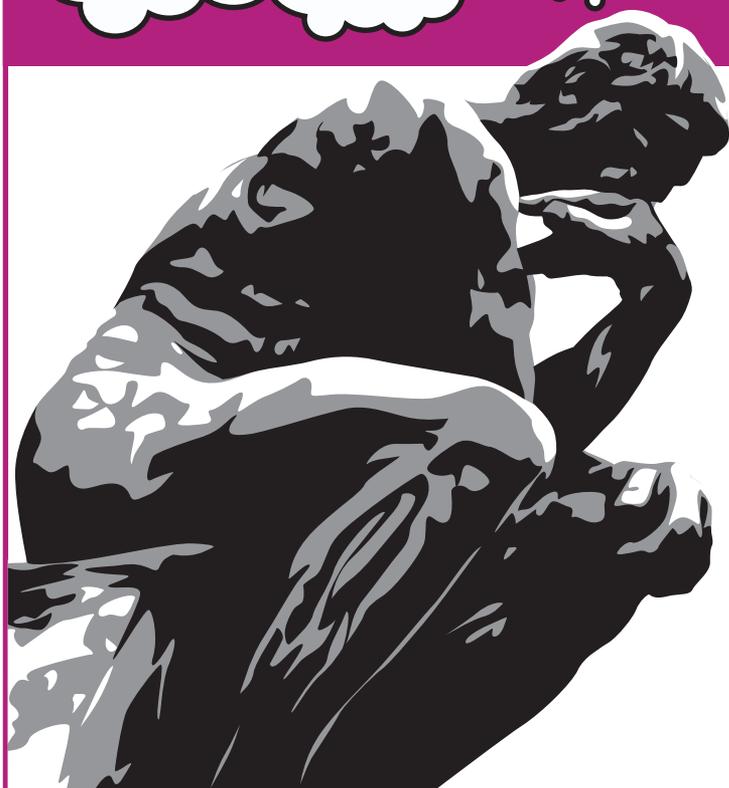
Manoel de Barros, poeta brasileiro

*“Felicidade é quando o que você pensa, o que você diz e o que você faz estão em harmonia.”*

Mahatma Gandhi, líder pacifista indiano

*“As pessoas cometem a loucura de falar em profusão, como se bailassem sobre todas as coisas. Falam mais do que têm a dizer. Pronunciam palavras ocas.”*

Frei Betto, religioso e escritor brasileiro



# Compras de Natal

Cecília Meireles

A cidade deseja ser diferente, escapar às suas fatalidades. As lojas querem ser diferentes, fugir à realidade do ano inteiro: enfeitam-se com fitas e flores, neve de algodão de vidro, fios de ouro e prata, cetins, luzes, todas as coisas que possam representar beleza e excelência.

Tudo isso para celebrar um Meninozinho envolto em pobres panos, deitado numas palhas, há cerca de dois mil anos, num abrigo de animais, em Belém.

Todos vamos comprar presentes para os amigos e parentes, grandes e pequenos, e gastaremos, nessa dedicação sublime, até o último centavo. Não devemos oferecer nada de essencialmente necessário ou útil, pois a graça destes presentes parece consistir na sua desnecessidade e inutilidade.

São as cestinhas forradas de seda, as caixas transparentes, os estojos, os papéis de embrulho com desenhos inesperados, os barbantes, atilhos, fitas. Pagamos por essa graça delicada da ilusão. E logo tudo se esvai, por entre sorrisos e alegrias. Durável — apenas o Meninozinho nas suas palhas, a olhar para este mundo.

*Texto extraído e adaptado do livro “Quatro Vozes”, Editora Record*

**Que tenhamos sempre em mente os verdadeiros valores do Natal e que o próximo ano seja de muitas bênçãos e conquistas!**

**São os votos da diretoria e funcionários da ASSEMP**

## NOTAS

### Exposição de arte

A exposição de obras realizada durante a Semana do Servidor ganhou um “repeteco” no fim de novembro. Peças selecionadas, com imagens casadas – dois trabalhos com a mesma imagem, mas produzidas com técnicas diferentes –, ficaram em exibição no 5º andar da ASSEMP.



### Livro Livre

Que tal passar para frente um livro que você já leu e levar uma nova aventura para casa? Essa é a proposta do Projeto Livro Livre, que estimula a troca voluntária e descompromissada de obras. Qualquer pessoa pode pegar ou deixar um livro na banca, montada no Café com Prosa, no 13º andar da ASSEMP. Participe do projeto e pratique o bom hábito da leitura!



# Atenção ao comprar um imóvel

## Conheça as taxas e cláusulas abusivas de contratos imobiliários

Observar e compreender o contrato na ocasião da compra da casa própria é mais complexo que escolher a localização e até mesmo a decoração da nova residência. Por essa razão, muitos consumidores, sem saber, aceitam imposições abusivas, que podem representar desagradáveis surpresas.

O Código de Defesa do Consumidor elenca ser direito do comprador do

imóvel a total transparência do negócio, devendo o consumidor ser esclarecido sobre todos os termos do contrato.

Assim, se o consumidor desconhece os serviços e taxas descritas ou se não foi adequadamente informado sobre eles, o contrato poderá ser judicialmente questionado. Dessa forma, importante mencionar as taxas mais questionadas no Poder Judiciário:



**COMISSÃO DO CORRETOR:** a Cláusula de Corretagem é cobrada pelas construtoras na média de 6% sobre o valor do imóvel. Em regra, a responsabilidade pelo pagamento da corretagem é do vendedor do imóvel e, eventualmente, poderá ser do comprador desde que previamente negociada. Se o consumidor comparecer livremente ao estande de vendas da construtora e fechar negócio para a compra do imóvel na planta, a cobrança da Cláusula de Corretagem será ilegal.

**SATI:** valor cobrado a título de Serviço de Assessoria Técnica-Imobiliária, conhecida ainda como ATI. Em média, representa 0,88% sobre o valor do bem imóvel, sendo cobrada do comprador pela incorporadora do imóvel na planta. A cobrança somente é legal quando o consumidor manifestar o inequívoco interesse de contratar o serviço.

**TAXA DE EVOLUÇÃO DA OBRA:** geralmente atinge 2% sobre o valor do imóvel. A taxa de evolução da obra, devida pelo comprador ao agente financeiro, visa a atualizar o valor do empréstimo frente à valorização do imóvel durante sua construção e é devida até o término das obras. Porém, pode ser declarada abusiva e ilegal se cobrada após a data em que o imóvel deveria ter sido entregue, computando-se o prazo de prorrogação.

**TAXA DE ADMINISTRAÇÃO:** valor cobrado nos financiamentos imobiliários. As instituições chegam a cobrar de 20% a 30% da tarifa durante todo o financiamento, enquanto o Judiciário estipula que o limite deva ser bem menor.

Diante do exposto, é importante que o comprador tenha o apoio de um profissional, como um advogado, para não cair em armadilhas e evitar problemas futuros.

O Departamento Jurídico da ASSEMP oferece assessoria a seus associados interessados no assunto, podendo ser agendado atendimento pelo telefone **3237-5040**.

### Dívidas com o Município com desconto

A Prefeitura de Belo Horizonte lançou o Programa "Em dia com a cidade" para que pessoas físicas e jurídicas possam regularizar débitos com o Município de Belo Horizonte vencidos até 31 de dezembro de 2013.

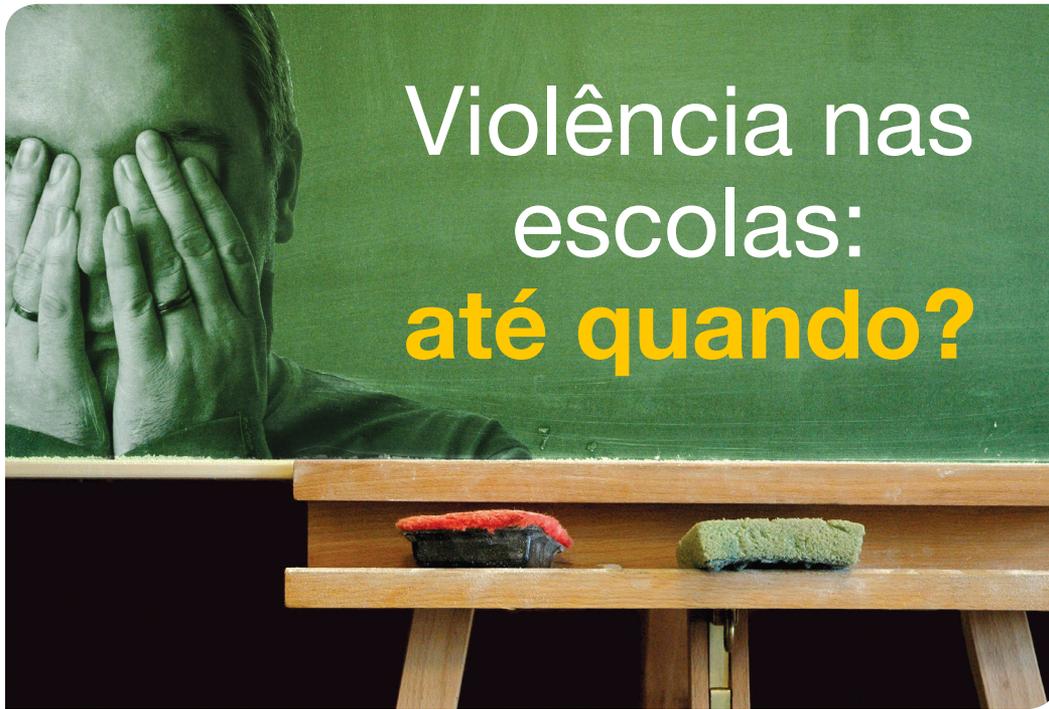
O programa permite a PBH conceder descontos sobre o valor das multas moratórias e dos juros de mora para pagamento, à vista ou parcelados, de créditos tributários, fiscais e preços públicos em favor do Município.

Estão incluídos no programa os débitos inscritos ou não em dívida ativa, ajuizados ou não, que tenham sido objeto de notificação ou autu-

ação, denunciados ou confessados espontaneamente, ou, ainda, que estejam com saldo de parcelamento cancelado ou em curso.

À vista os descontos variam entre 80% e 90% e parcelados entre 40% e 70% do valor das multas. O programa não se aplica a débitos vencidos após 31 de dezembro de 2013, multas de trânsito, ISSQN, débitos que já foram negociados ou compensados.

Fique atento! O programa tem validade somente até o início de 2015. Os interessados deverão procurar o BH Resolve, na Av. Santos Dumont, 363, Centro.



## Projetos de lei tentam proteger professores e punir alunos por agressões

Uma pesquisa realizada pela Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE) colocou o Brasil em primeiro lugar em um ranking nada honroso. Entre 34 países, o Brasil é o que apresenta o maior índice de violência contra professores: 12,5% dos entrevistados afirmaram ser vítimas de agressões ver-

bais ou de intimidação de alunos pelo menos uma vez por semana.

Como forma de tentar coibir esses números alarmantes, tramita na Câmara dos Deputados o Projeto de Lei 7307/2014, que prevê punições a estudantes que desrespeitem as regras de conduta das escolas. O PL ainda tem que passar por duas comissões antes

### Projeto também na Câmara Municipal

Em Belo Horizonte, o Projeto de Lei 723/2013, do vereador Marcelo Álvaro Antônio, propõe a instalação de catracas eletrônicas, câmeras e detectores de metais em todas as escolas municipais da capital. O projeto já foi aprovado nas comissões e agora aguarda votação em plenário.

Vale lembrar que, em 2011, após a tragédia na escola de Realengo, no Rio de Janeiro, foi sancionada uma lei municipal que tornava obrigatória a instalação de detectores de metais em escolas com mais de 500 alunos por turno. Até hoje, porém, a medida não saiu do papel.

de ser encaminhado ao Senado. Outro projeto, bem semelhante, está em tramitação na Câmara desde 2011 (PL 604/2011) e prevê a criação da Política de Prevenção à Violência contra os Profissionais do Magistério. Em mais de três anos, porém, o PL só passou por duas comissões e não tem nenhuma previsão de quando irá a plenário.

## Lei Antifumo em vigor

### Governo aumenta o cerco ao vício que mata 6 milhões por ano

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o cigarro mata cerca de seis milhões de pessoas por ano em todo o mundo. Somente no Brasil são 200 mil mortes anualmente em decorrência do tabagismo. Para tentar combater o vício do cigarro, considerado um problema mundial de saúde, a legislação tem ficado cada vez mais rígida.

No dia 3 de dezembro entrou em vigor a Lei Nacional Antifumo, aprovada em 2011 mas regulamentada somente este ano. A Lei 12.546 proíbe terminantemente o consumo de cigarros, charutos e similares em qualquer recinto coletivo, seja público ou privado, fechado ou parcialmente fechado. Além disso, a nova lei extingue os fumódromos e acaba de vez com as propagandas em pontos de vendas, que ainda eram permitidas em displays.



### Você sabia que...

- o cigarro pode causar 50 doenças diferentes?
- 90% dos casos de câncer de pulmão são causados pelo tabagismo?
- quem convive com um fumante aumenta em 30% o risco de ter câncer de pulmão?
- de cada três fumantes passivos, um é criança?
- o cigarro é a droga que mais provoca dependência química?

# Novos convênios, mais serviços

## Desconto em nova clínica de fisioterapia conveniada à ASSEMP

Os fisioterapeutas Henrique Leite e Rafael Lima, que ministram a RPA na ASSEMP, abriram a empresa Ressalve, que oferecerá atividade similar àquela da Associação (porém aberta ao público em geral).

A Ressalve Postura & Pilates ofertará atividades físicas, reeducação postural e condicionamento físico através das técnicas do Pilates e métodos utilizados na fisioterapia. O programa de treinamento envolverá um circuito de cinco exercícios.

O associado que queira participar das atividades pela primeira vez ou deseje dar continuidade às atividades realizadas na ASSEMP (a RPA tem duração de um semestre na Associação) terá um desconto de 20% sobre o valor de tabela da clínica.

A Ressalve Postura & Pilates fica na rua da Bahia, 1032 – sala 701 (em frente à sede da ASSEMP). Informações: 3142-7444.



### Valores normais (sem o desconto para associados)

1x por semana: R\$119,00

2x por semana: R\$149,00

3x por semana: R\$179,00

Avaliação: R\$40,00  
(não se aplica o desconto)

### Mais convênio

Para quem está planejando viajar a boa notícia é que a ASSEMP fechou convênio com a agência Flyworld Turismo. Associados e dependentes terão descontos de 2% a 4% em diversos produtos!

**FLYWORLD**  
O seu amigo de viagens

Endereço: Av. Afonso Pena, 732 – 6º andar – Centro / BH. Telefone: 7338-0500.  
[www.flyworld.com.br/centrosulbh](http://www.flyworld.com.br/centrosulbh)

## Erramos

Na edição de novembro, devido a um erro de impressão, duas fotos que publicamos neste espaço saíram cortadas. Pedimos desculpas aos nossos leitores e às pessoas que apareciam nas fotos, as quais republicamos agora.



# O melhor amigo DA SUA SAÚDE

**Pesquisas comprovam os benefícios de se ter um animal de estimação**

**T**oninho Horta, músico consagrado do Clube da Esquina, escreveu em parceria com Fernando Brant uma composição chamada Diana em homenagem a uma cachorrinha branca e marrom. O Skank, em uma de suas músicas mais famosas, afirma ser impossível “ver um bichano pelo chão e não sorrir”. E até mesmo o beatle Paul McCartney fez uma música, “Martha my dear”, para a cachorrinha que tinha na infância.

Quem acha que essas são demonstrações de um amor gratuito, porém, deve rever seus conceitos. Diversas pesquisas já comprovaram os benefícios ao organismo humano da convivência com animais. “Está comprovado que a companhia dos bichos atenua problemas físicos e psicológicos. Os mais observados são a redução da hipertensão, da obesidade, dos níveis de colesterol, do estresse, da ansiedade e até mesmo da depressão”, explica o médico veterinário Dario Carabetti.

Segundo o veterinário, o afeto proporcionado pelo convívio com o animal estimula o cérebro a produzir substâncias ligadas ao bem-estar, como endorfina, dopamina e serotonina, que relaxam o corpo. Os benefícios, entretanto, ainda vão além. “Pesquisas também comprovam que os animais de estimação podem ajudar os seres humanos de forma surpreendente, como na detecção de cânceres precoces, por seu apurado olfato”, salienta Dario.



## BENEFÍCIOS À SAÚDE

### Economia com remédios e visitas aos médicos

Quem é tutor de um cão ou gato vai menos ao médico e precisa tomar menos remédios, garantem os pesquisadores da Universidade de Cambridge, na Inglaterra.



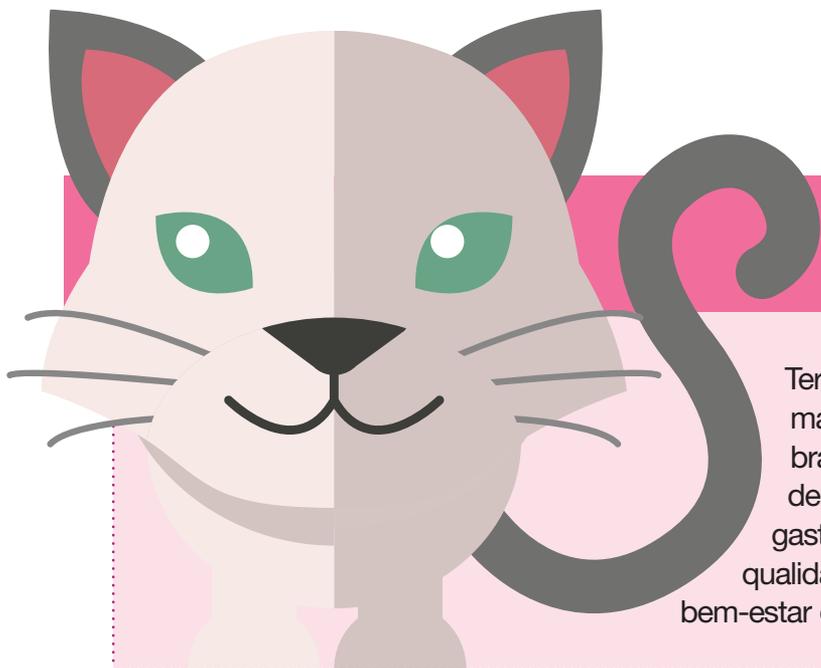
### Fator de proteção para hipertensão e coração

A sensação de responsabilidade em cuidar de um animal, bem como o companheirismo, diminuem o nervosismo e dilatam os vasos sanguíneos.



### Depressão

Segundo especialistas, quando uma pessoa está depressiva é mais fácil fazer algo por alguém do que por ela mesma. Essa dependência que o animal possui do seu tutor faz com que a pessoa se sinta importante e útil, elevando sua autoestima e evitando o isolamento, principalmente daquelas que se encontram na terceira idade.



## CUIDADO RESPONSÁVEL

Ter um animalzinho de estimação em casa, é bom lembrar, exige responsabilidade: cuidados com a higiene, gastos com alimentos de boa qualidade, acessórios para o seu bem-estar e atendimento médico ve-

terinário regularmente.

O profissional Dario Carabetti, que participou dessa reportagem, é proprietário da clínica Cane e Gato, conveniada da ASSEMP. O endereço é rua Itapagipe, 980, Graça. Telefone 3421-7489.

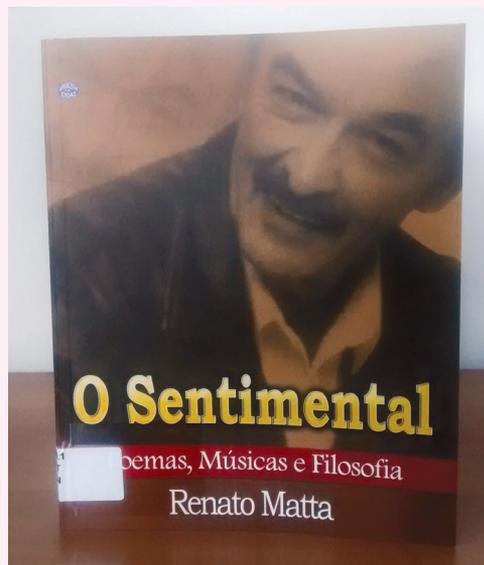
## NOTAS

**Associado lança livro**

Aos 80 anos de vida o professor e associado Renato Matta, reconhecido como poeta, cantor e redator das coisas puras, decidiu reunir toda sua obra em um só livro. Uma grande mistura de recortes, poemas, músicas e sentimentalismos, que são a verdade do professor Renato Matta, marcam a obra "O Sentimental".

"Será que a gente só deve acreditar na verdade que pode ser apurada? Ou há um espaço de pesquisa dentro do nosso coração para aquilo que é mistério? A felicidade está no absurdo, no não entendido, nos sentimentos estranhos".

O livro está disponível para vendas no Armazém de Ideias. Outras informações: 3415-8805.

**Fórum de Serviço Social**

A Faculdade Novos Horizontes recebeu, no dia 27 de novembro, o I Fórum dos Supervisores e II Mostra de Estágio Supervisionado em Serviço Social. O evento teve como objetivos proporcionar integração e troca de experiências. A ASSEMP se fez presente com a coordenadora do Setor de Serviço Social, Maria Aparecida, e com as estagiárias Amanda e Luciene, reafirmando seu compromisso com a formação de futuros profissionais.

**FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS - NL**  
A primeira faculdade municipalista do Brasil

**30% de desconto para servidores públicos e seus dependentes**

**Início Fevereiro de 2015**

**PÓS-GRADUAÇÃO**  
Gestão Estratégica Ambiental  
Gerenciamento de Projetos  
Contabilidade Pública

Faça sua inscrição:  
**(31) 3657-9199**  
[www.institutoamm.org.br](http://www.institutoamm.org.br)

Alameda da Serra, 975 - Seis Pistas  
(31) 3658-9199

**FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS - NL**  
A primeira faculdade municipalista do Brasil

**VESTIBULAR AGENDADO**  
**(31) 3657-9199**

**DIREITO E ADMINISTRAÇÃO**  
VOLTADOS PARA A GESTÃO PÚBLICA

mais informações, acesse:  
[institutoamm.org.br](http://institutoamm.org.br)

**BOLSAS DE ATÉ 50% de DESCONTO**

**INSCRIÇÕES ABERTAS**  
Faça já a sua!

Alameda da Serra, 975 - Seis Pistas  
- Nova Lima -  
(31) 3658-9199

**Uniodonto em parceria com a ASSEMP!**

- ▲ Apenas R\$ 9,57 mensais por pessoa
- ▲ Rol de coberturas da ANS
- ▲ Procedimentos não cobertos em até 10 vezes no cartão de crédito

Para mais informações  
[www.uniodontobh.org.br](http://www.uniodontobh.org.br)  
Telefone: (31) 3025-7500  
E-mail: [uniodontobh@uniodontobh.org.br](mailto:uniodontobh@uniodontobh.org.br)



# União de forças

Conselho de Administração da ASSEMP reforça máxima da fraternidade



O Conselho de Administração, órgão consultivo da ASSEMP, empossou cinco novos membros na sua última reunião de 2014, realizada no dia 27 de novembro.

Na assinatura do termo de posse, o presidente do Conselho, William Nagem, fez questão de destacar a capacida-

de e o espírito de solidariedade de todos os conselheiros. “Acredito piamente na força de trabalho e na experiência das pessoas que integram este órgão”, pontuou. Os recém-empossados agradeceram a confiança e reiteraram o desejo de contribuir para o desenvolvimento da ASSEMP.



## O CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DA ASSEMP

### Presidente do C.A

William Nagem

### Vice-presidente do C.A

Maristela Teixeira de Oliveira

### Secretária do C.A

Maria do Carmo Michel Bedram

- Albes Pereira Cláudio
- Angelo Augusto Flores de Carvalho
- Anselmo Horta Nassif
- Aparecida de Lourdes Veiga Macedo<sup>(1)</sup>
- Carlos Alberto de Oliveira
- Carlos Alberto Tanure Munaier

- Corina Célia Loures Bandeira
- Dirce Gonçalves Pinto
- Fábio Guaracy Fassy
- Geraldo Dionísio de Freitas
- Horaldo de Oliveira Santos
- José Mario Gomes Pereira
- Juracy Ferreira Campos Cunha
- Jussara Cacique Francisco Teixeira Rosa
- Lea Maria Távora Meirelles Pereira<sup>(2)</sup>
- Lourdes Maria Fonseca Soares
- Lucimar Brasil da Silva
- Lucy Vieira de Carvalho
- Luiz Manoel de Souza

- Manoel Teixeira Cardoso<sup>(3)</sup>
- Maria de Lourdes Castro
- Matilde Dolabela Dias
- Maurício Albino de Almeida<sup>(4)</sup>
- Neyde de Freitas Brum
- Pedro Alves Cabral Rosa<sup>(5)</sup>
- Raymundo do Espírito Santo
- Roberto Dupin Henriques
- Saulo Converso Lara
- Silvio Bhering
- Thais Helena Horta Moura
- Walfrido dos Santos Ramalho Filho
- Wildes Gouveia

## Fala, Presidente

“O Conselho de Administração é uma engrenagem fundamental no bom funcionamento da ASSEMP. São servidores e associados com extrema capacidade e larga vivência no exercício da função pública, que muito nos enobrece com suas gentis contribuições à construção de uma Associação cada dia mais forte.”

Anselmo Nassif, Presidente da ASSEMP





## TIRA-DÚVIDAS

Esclarecimentos e informações sobre os atendimentos e cursos do Núcleo de Convivência e do Espaço Viver Bem

### Devo me alimentar antes ou depois da aula de dança?

Nunca é recomendável praticar atividade física com o estômago vazio, mas também não pode haver exagero. O ideal é se alimentar com refeições leves – saladas, frutas, massas – cerca de duas horas antes das aulas. Também é importante ficar atento à hidratação durante a aula, que deve ser feita com água ou um isotônico.



### Tem uma dúvida?

Envie-nos por e-mail e ela será respondida aqui neste espaço por um profissional da ASSEMP: [jornaldaasemp@asemp.org.br](mailto:jornaldaasemp@asemp.org.br)

## O ASSUNTO É...

# Obesidade x Medicina Chinesa

A principal causa da obesidade para a medicina chinesa é uma fraqueza do sistema digestivo chamada de deficiência do Qi (energia) do baço, que leva a um metabolismo anormal. O órgão que é comumente traduzido como baço na medicina chinesa, na verdade desempenha também as funções do pâncreas, além de ser um órgão central da digestão para os chineses.

Com o consumo de alimentos e bebidas em excesso, uma dieta não regrada e alimentos doces e gordurosos, o baço não consegue transformar o alimento recebido do estômago corretamente.

Ao mesmo tempo, como o baço é responsável pelo transporte de alimentos e água, quando a sua função está prejudicada esses elementos ficarão estagnados no corpo, transformando-se no que é chamado pela medicina chinesa de umidade fleuma.

Se uma pessoa não pratica exercícios, as calorias em excesso não serão utilizadas e, pouco a pouco, a fleuma e umidade se acumularão no organismo, resultando em uma pessoa obesa. Com o Qi do

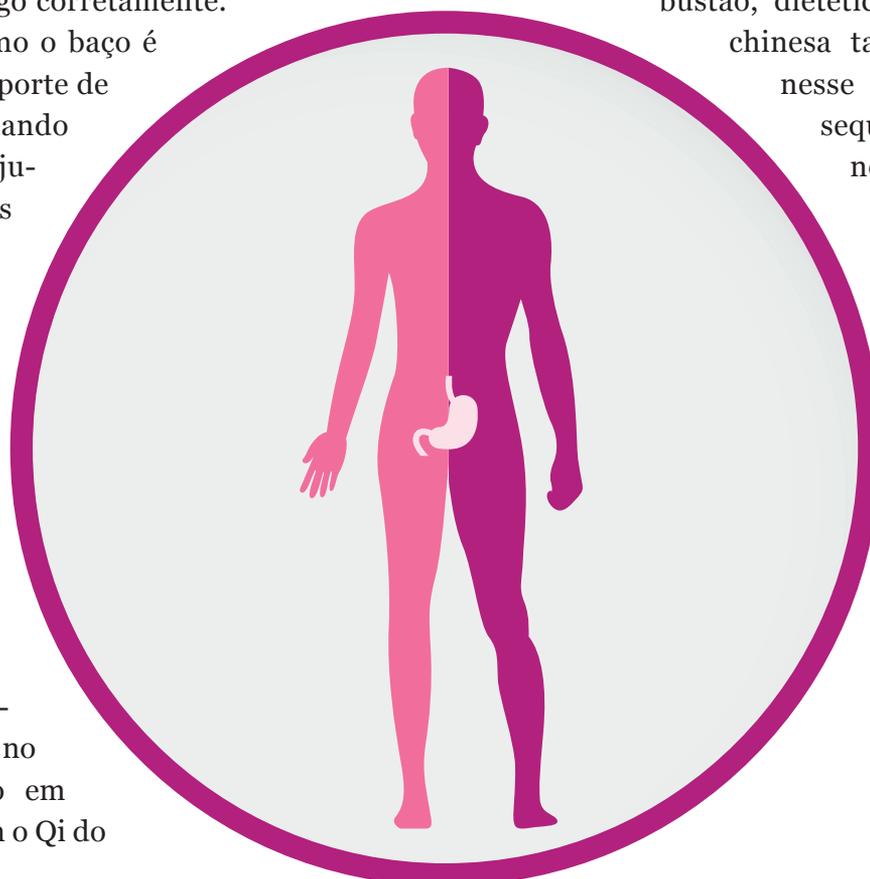
baço em deficiência, outros órgãos também poderão ter suas funções prejudicadas por não receberem nutrição adequadamente.

Os sintomas mais comuns da deficiência do Qi do baço são: fadiga, nenhum desejo de se movimentar, distensão abdominal, constipação ou fezes moles. Portanto, para tratar corretamente a obesidade, deve-se fortalecer o Qi do baço. Uma maneira simples de fortalecer todo o Qi do corpo é através da atividade física.

Outros métodos como acupuntura, moxabustão, dietética chinesa e fitoterapia chinesa também podem auxiliar nesse fortalecimento e, conseqüentemente, trazer benefícios como regulação do intestino, redução da vontade de ingerir doces, redução de retenção de líquidos, maior disposição e menos cansaço no dia a dia.

Procure o atendimento de acupuntura no 10º andar da ASSEMP e agende suas sessões.

**Tiago Ursine Ramos**  
Setor de acupuntura da  
ASSEMP



# Inscrições do Espaço Viver Bem

## GRUPO DE VIVÊNCIA TERAPIA

Inscrições presenciais nos dias 26, 27 e 28 de janeiro de 2015 mediante pagamento de taxa anual de R\$40,00

**Horário:** 9h às 18h

**Local:** 10º andar

## RPA – REEDUCAÇÃO POSTURAL E ALONGAMENTO

**De 12 a 16 de janeiro de 2015**

**Horário:** 9h às 18h

**Inscrições somente pelo telefone**  
3237-5013

## OFICINA LIDANDO COM A ANSIEDADE E O ESTRESSE

Esta oficina tem duração de seis meses e é realizada às sextas, na nova Sala Múltiplos (9º andar).

Para participar há como pré-requisito a palestra inicial em que são explicadas a condução da oficina e a formação das turmas.

**Palestra pré-requisito para a oficina**  
**06 de fevereiro de 2015 – 6ª feira**

**Local:** 9º andar

**Horários:** 10h ou 14h30

*\*As inscrições para esta palestra são realizadas no local com 20 minutos de antecedência e sujeitas ao limite de vagas do espaço (30 pessoas por horário).*

*\*\*Será cobrada uma taxa de R\$35,00 para efetuar a inscrição na oficina, que ocorrerá ao término da palestra*

## ATENDIMENTOS INDIVIDUAIS

Basta ligar e agendar seu horário (a partir de 5 de janeiro de 2015)

Acupuntura  
3237-5010

Psicologia  
3237-5011

Podologia  
3237-5039

## Recesso de Natal e Ano Novo

Em função das festas de fim de ano, não haverá atendimento nas unidades da ASSEMP entre os dias

**23\* de dezembro e 2 de janeiro de 2015.**

O setor administrativo, a biblioteca e o Espaço Viver Bem retomam suas atividades normalmente no

**dia 5 de janeiro de 2015.**



\*No dia 23 haverá apenas serviços internos

## Férias no Núcleo de Convivência

Os cursos regulares do Núcleo de Convivência Social e Cultural da ASSEMP estarão de férias no período de

**5 a 19 de janeiro.**

As atividades em 2015 terão início no dia

**20 de janeiro.**

**Mais informações pelo 3237-5010 ou 3237-5011**





# Trabalho e obstinação

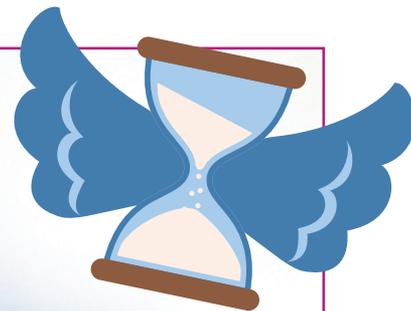


Isnard Diniz comprova que “falta de tempo” não é pretexto quando se tem força de vontade

Certa vez, quando trabalhava no Banco Hipotecário e Agrícola do Estado de Minas Gerais, Isnard Diniz foi chamado à sala do presidente do órgão, que queria designá-lo para uma nova função. A promoção, entretanto, vinha condicionada à mudança para o Rio de Janeiro, o que obrigaria Isnard a interromper a faculdade de Medicina Veterinária. “Não desisto de coisa começada. O senhor pode me mandar embora e, se preciso for, vou trabalhar na enxada, mas não vou abandonar meus estudos”, foi a resposta que o presidente do Banco recebeu.

A “impertinência” do associado acabou sendo bem recebida pelo chefe. “Você é uma pessoa decidida, isso me agrada. Além disso, você entrega seu trabalho rigorosamente em dia, portanto, não tenho porque te dispensar”, retrucou o presidente.

“Mal sabia ele que eu pagava dois colegas para trabalhar para mim”, conta Isnard, rindo. Mas a atitude não tinha nenhuma relação com malandragem. Muito pelo contrário: para não perder as aulas na faculdade, o associado precisava dar escapulidas do Banco. Entretanto, para não deixar nenhum servi-



ço atrasado, contava com a ajuda de dois amigos na divisão das tarefas. Como agradecimento, dividia com eles parte do ordenado que recebia. “Vivia numa correria só. Como não tinha tempo de almoçar, me virava sempre com uma banana ou com um sanduíche de mortadela”, relembra.

Foi com esse mesmo jogo de cintura que Isnard conseguiu conciliar, por seis anos, o trabalho no Banco Hipotecário e na PBH, onde ingressou em 1962. Em 1968, uma Lei Federal determinou que instituições bancárias não

poderiam ter outras atividades além das estritamente financeiras. Nessa época, por ser veterinário, Isnard trabalhava em três das quatro fazendas que o Banco administrava, e acabou se aposentando no cargo e mantendo-se apenas na Prefeitura.

Porém, lá também a jornada era dupla. O associado era lotado no Zoológico, mas auxiliava no trabalho da Fiscalização. Em 1970, sentindo a sobrecarga, foi designado definitivamente à Fiscalização, e continuou na PBH até a aposentadoria, em 1992.

## Lar, doce lar

Se a vida inteira foi de intenso trabalho, ainda assim Isnard Diniz conseguiu tempo e fôlego para erguer, com a ajuda de parentes, a casa em que vive há mais de 40 anos e da qual muito se orgulha. “Minha esposa sempre quis uma casa grande, para que pudéssemos fazer as festas de aniversário dos nossos filhos e receber os amigos”, conta. “Pode olhar nas paredes que você não en-

contra nenhuma rachadura”, complementa.

Por uma peça do destino, porém, a esposa, Oslávia Diniz, pouco pôde aproveitar o imóvel. Em 1977, aos 49 anos, faleceu em decorrência de um câncer de ovário. “Era uma esposa e mãe maravilhosa”, recorda Isnard. Da relação vieram cinco filhos dos quais o associado também adora “se gabar”: “O Marco Aurélio é biólogo, a Maria de Fátima é psicóloga, o Dalton é dono de padaria e tenho dois filhos veterinários, Amaury e Dario”. Os netos e a bisneta também são motivo de orgulho para Isnard que, aos 92 anos, aguarda a resolução de um impasse judicial com a PBH, que em 2008 reduziu sua aposentadoria.





## ANUNCIE NO JORNAL DA ASSEMP

A partir de R\$ 80 é possível divulgar o seu produto para mais de 30 mil leitores.  
Contate-nos e saiba mais: [jornaldaasemp@asemp.org.br](mailto:jornaldaasemp@asemp.org.br) ou 3237-5000.



## VIAGENS DE FÉRIAS

Cabo Frio: 15 a 21/1, pousada c/ café e almoço, R\$ 880. Porto Seguro: 16 a 22/1, hotel c/ café e jantar, R\$ 980. Ilhéus: 15 a 23/1, hotel c/ café e jantar, R\$ 999.

LUCI COSTA  
3493-0608 / 9989-5253

## EXCURSÕES

Excursão 2015 Uberaba e Araxá - reunião de psicografia com Carlos Baccelli. Em março Aparecida c/ Campos do Jordão. Em julho São Lourenço, Caxambu e Baependi.

WANDA JAPOLINO AURICHIO  
3466-2621 / 9617-1147

## ESCOLA DE MÚSICA

Aulas de bateria, violão, guitarra, órgão, canto, contrabaixo para adultos e crianças. Temos estacionamento. Bandas para eventos, aniversários e casamentos. Qualquer estilo.

CARLOS PIMENTA  
3568-9394 / 9929-7777

## SHRI MATAJI YOGA

Curso gratuito de meditação para adultos e crianças. Rua Alvarenga Peixoto, 184. Terças e quartas 19h; sábados 15h.

GLENY CAMARGO  
3568-9344

## CARNAVAL 2015

Passagem / hospedagem / café da manhã. Saída dia 13/2 às 20h. Retorno dia 17/2 às 19h. R\$ 400,00

MÁRCIA AZEVEDO  
8650-0901 / 7927-1452

## SHIATSU – REIKI – PEDRAS QUENTES

Drenagem linfática e massoterapia com indicações diversas: enxaqueca, angústia, depressão etc. Desconto de 50% para associados.

BENEDITA REIS  
3461-1433 / 9644-8876

## EXCURSÃO

Campos do Jordão com Aparecida, de 14 a 18/1 com pensão completa. São Lourenço com suas águas medicinais, de 22 a 25/1 com pensão completa. Preços de baixa temporada.

IZÔNIA GUIMARÃES  
3412-8864 / 8813-8864

## AUTO SOCORRO

Melhor custo benefício para a proteção do seu veículo. Transportamos o seu veículo com segurança.

MARION DO ROSÁRIO  
9398-4060 / 8807-5410

## REFORMAS E CONSTRUÇÕES

Reforma e construção em geral. Empreiteira MRC LTDA. Emitimos nota fiscal, prestamos serviços para escolas da rede municipal.

VALDETE DO ROSÁRIO  
8722-7118 / 8545-1834

## FOTOGRAFIA E FILMAGEM

Casamentos, festas infantis, aniversários, 15 anos, bodas, eventos empresariais e musicais, confraternizações.

ROSANA PEREIRA  
3283-2354

## LOTE MARACANÃ INDUSTRIAL

Em Igarapé, linda vista, perto de escola e igreja. 360 m².

CARLOS PIMENTA  
3568-9394 / 9929-7777

## OFERTAS PARA O NATAL

Encontre os melhores produtos com os menores preços. Acesse:

<http://ofertasimperdiveis.icriativabrofficial.com>  
ELI GOMES BERNARDES  
8876-7142 / 9245-6518

## MÁQUINA OVERLOCK GEMSY

Vendo máquina overlock Gemsy seminova com motor normal e pedal, acompanha várias linhas próprias. R\$250,00.

HOLANDA XAVIER FERREIRA  
8323-2323 / 9383-4461

## EXCURSÕES

Janeiro: Nordeste completo / Cruzeiro marítimo. Fevereiro: Caldas Novas / Thermas de Ubatã.

Março: Caldas Novas  
MARCIA ROSANA  
2534-1702 / 9634-5577

## ALUGUEL DE CASA PARA TEMPORADA

Aluguel de casa para temporada em Nova Viçosa – BA

ADRIANA SOARES  
9776-7805 / 8455-6936

Acesse nosso site para ver outros anúncios e a relação de empresas conveniadas com a ASSEMP

Atenção: a ASSEMP e o Notícia Urgente não se responsabilizam pelas informações dos anúncios. Anúncios longos serão editados.



## CARTA DO LEITOR

Foi com grata surpresa e bastante alegria que ao abrir o nosso jornal no mês de outubro me deparei com uma reportagem linda e preciosa com a Pakisa, minha querida terapeuta há mais de quatro anos. Todos os adjetivos seriam insuficientes para falar de uma profissional de seu calibre. Nesses anos de tratamento ela tem sido o elo forte que sempre me faz retornar ao mundo real. Assisti à sua palestra na Semana do Servidor e sempre me emociono ao falar dessa pessoa iluminada, sábia, séria e meiga que Deus, em sua infinita bondade, colocou em nosso caminho para nos ajudar a fortalecer nossos passos quando eles começam a ficar trôpegos e incertos. Pakisa, que Jesus te abençoe. Agradeço a Deus por ter colocado você para me ajudar em minha caminhada. Te amo!

Elza Marques, associada

Volto a escrever à ASSEMP, desta vez não para reclamar, mas para elogiá-la. Gostei muito da atenção e solução que foi dada ao Café. Voltou a ser o Café com Prosa: um ambiente acolhedor onde tomamos um cafezinho, é claro, e também ficamos a prostrar com os colegas. Obrigado pela solução. Sinto que aqui somos valorizados e o carinho que tiveram me deixou muito feliz.

Cláudia Andrade, associada

Queremos manifestar à Gerência do Núcleo de Convivência nossa grande satisfação com o retorno da Prática de Dança às sextas, por ser esse um espaço e um momento em que podemos descontrair, praticar nossa dança e esquecer o estresse do dia a dia, melhorando nossa saúde. Destacamos, também, o carinho e profissionalismo dos professores e monitores. O nosso agradecimento.

Associadas da ASSEMP frequentadoras da atividade



## NOSSO ADEUS



Raimundo Santana

Faleceu no dia 27 de setembro, aos 98 anos, o associado Raimundo Santana Prata. Motorista aposentado da PBH deixa esposa, filhos, netos, bisnetos, noras e genros. Que Deus receba-o em seus braços e dê forças à família.



Darcy Pimenta

Darcy Pimenta, 74 anos, aposentado da Administração, faleceu no dia 25 de outubro. Deixa a esposa Marta Pimenta, três filhos e três netos. Ao sócio o nosso desejo de descanso eterno. Aos familiares o sentimento de pesar e a certeza da união neste momento de tristeza e perda.



### CAÇA-PALAVRAS

Encontre no diagrama palavras que se relacionam à estrutura administrativa da ASSEMP:

PRESIDÊNCIA - CONSELHO FISCAL -  
CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO - ASSEMBLEIA GERAL -  
CONSELHEIROS - ASSOCIADOS - GERÊNCIA - FUNCIONÁRIOS

R	E	T	H	A	I	S	O	C	E	L	Y	W	T	E	S	P	I	D	A	M	E	S	Q
O	A	Ç	A	R	T	S	I	N	I	M	D	A	E	D	O	H	L	E	S	N	O	C	U
C	E	I	E	T	Ç	O	G	H	I	J	O	L	O	C	D	I	S	R	R	T	N	Q	J
L	O	S	N	N	A	C	E	N	A	G	A	T	L	I	L	A	O	I	F	U	G	U	I
F	A	N	Z	B	P	R	D	S	C	S	E	D	E	S	V	L	D	V	U	E	M	K	B
U	O	A	S	S	E	M	B	L	E	I	A	G	E	R	A	L	A	R	M	Y	A	S	S
N	S	N	N	E	P	O	A	R	A	U	Q	U	L	S	Q	U	I	T	U	M	O	T	P
C	L	S	V	A	L	E	R	D	W	N	A	E	V	A	R	P	C	T	S	A	R	A	R
I	S	B	R	S	I	H	L	A	I	C	N	E	R	E	G	D	O	I	K	O	L	R	E
O	O	T	A	F	E	O	O	I	M	A	S	L	I	D	O	B	S	A	A	S	E	J	S
N	R	A	S	I	B	V	I	F	D	B	L	I	R	O	Ç	A	S	M	D	A	A	T	I
A	B	D	O	L	A	R	S	E	I	Z	A	O	E	I	A	Z	A	Q	O	G	N	M	D
R	O	Q	U	E	R	Y	I	R	C	S	I	N	S	V	X	U	A	Ç	C	E	U	I	E
I	T	E	D	A	M	K	C	D	N	A	C	T	D	B	O	J	T	A	O	M	J	C	N
O	E	A	H	M	N	Z	U	A	C	V	A	A	F	N	U	L	P	W	R	T	A	Y	C
S	P	S	L	X	A	C	X	C	O	N	S	E	L	H	E	I	R	O	S	N	I	L	I
C	A	V	G	A	R	T	C	A	O	Q	E	T	O	C	M	F	U	Ç	A	U	I	N	A

### TORTO

O objetivo é formar o maior número de palavras (com 4 letras ou mais) a partir do diagrama. Vale ligar letras adjacentes em qualquer sentido, mas não vale usar duas vezes a mesma letra.




---

---

---

---

---

---

---

### JOGO DAS DIFERENÇAS

*Que o Ano Novo  
seja um estouro*



*Feliz Ano Novo*

*Que o Ano Novo  
seja um estouro*



*Feliz Ano Novo*

### CHARADAS

- ? Qual a maneira mais fácil de duplicar seu dinheiro?
- ? O que é que pra usar, é preciso quebrar?
- ? Nasci grande, mas vou envelhecendo e ficando pequena. Quem sou?
- ? O que é que você joga longe quando quer usar e recolhe quando não quer?
- ? Não tem asas mas voa, não tem olhos mas chora?
- ? O que é que corre em volta da casa mas não se move?
- ? Qual a palavra que contém mais letras?

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



Para uso dos Correios

- Mudou-se
- Endereço insuficiente
- Não existe nº indicado
- Desconhecido
- Recusado
- Não procurado
- Ausente
- Falecido
- Inf. escrita pelo porteiro/síndico
- CEP

IMPRESSO FECHADO  
Pode ser aberto pela ECT



Etiqueta

Mala Direta Postal  
Básica  
9912292424/2012 - DR/MG  
ASSEMP  
..... CORREIOS .....