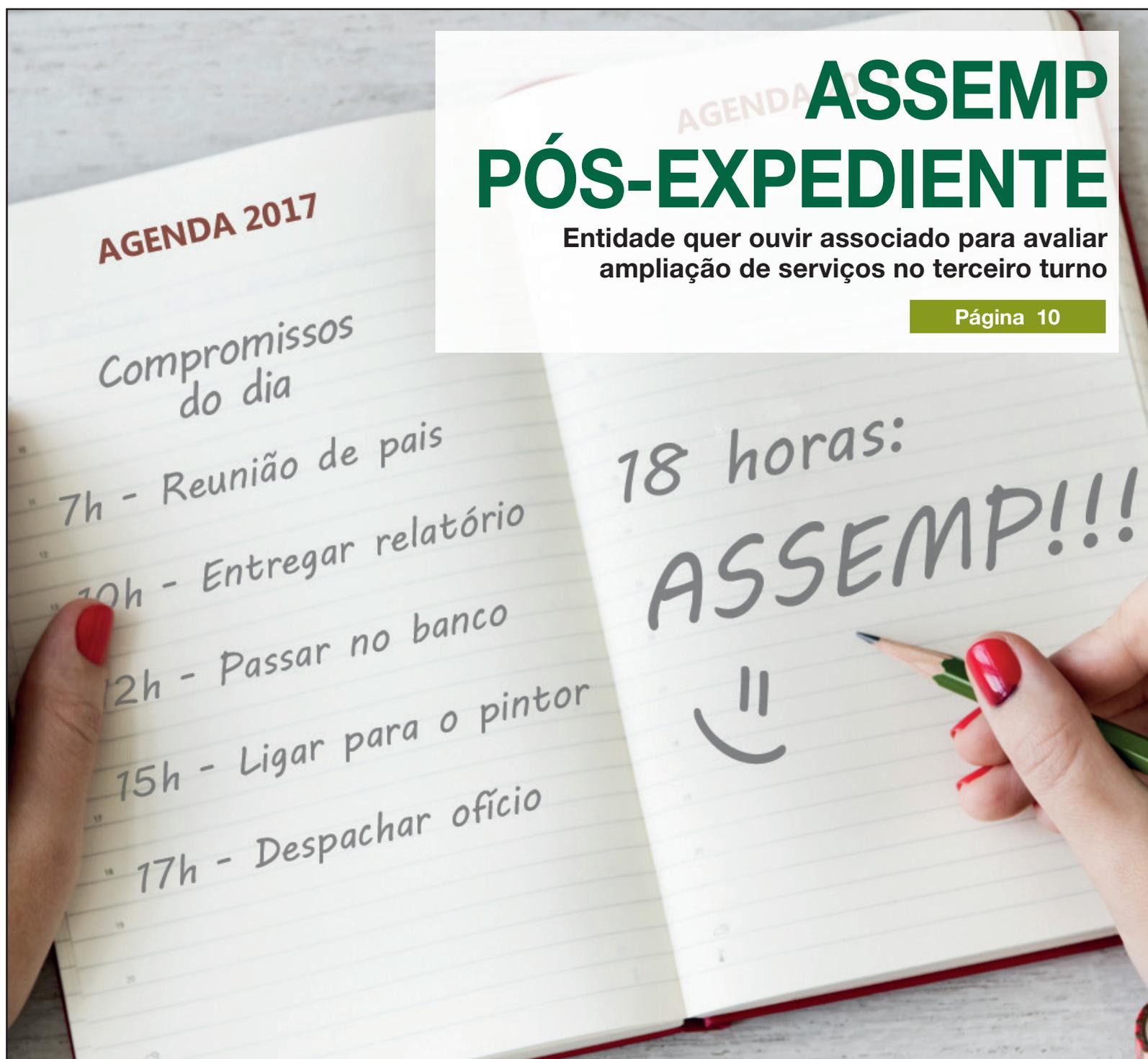




Jornal da ASSEMP

Porta-voz do Servidor

Associação dos Servidores Municipais da PBH | www.assemp.org.br | Edição 274 | Agosto de 2017



ASSEMP PÓS-EXPEDIENTE

Entidade quer ouvir associado para avaliar
ampliação de serviços no terceiro turno

Página 10

PBH oferece
reajuste de 2,53%



Página 3

Biblioteca de
portas abertas aos
associados



Página 8

Novo projeto:
Psicoterapia de Grupo



Página 13

Convênio com clínica
renovado e estendido



Página 14

OUVIR O ASSOCIADO

A ASSEMP sempre esteve e se mantém constantemente atenta para, dentro de suas possibilidades, corresponder às expectativas de seus associados. Quando ouviu de muitos servidores que eles tinham interesse em conhecer melhor a entidade e se associarem, mas não o faziam por falta de tempo, criou o projeto ASSEMP Itinerante.

Ao perceber a crescente demanda de servidores da ativa, passou a oferecer algumas atividades fora do horário comercial, propiciando oportunidade de participação àqueles que trabalham o dia todo.

E ao surgirem alguns questionamentos sobre a centralização das atividades na área central, mais uma vez a ASSEMP

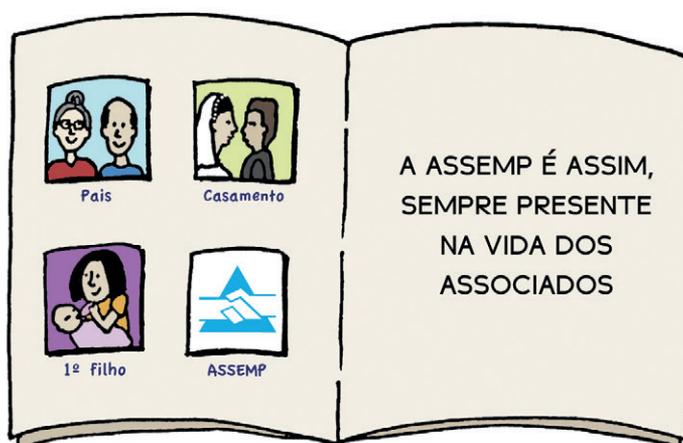
buscou uma solução. Na impossibilidade de abrir uma filial da Associação em cada bairro, firmou parceria com empresas em regiões estratégicas e passou a ofertar os convênios subsidiados, em que o associado só paga parte do valor do serviço.

Assim é uma Associação que trabalha em prol de seus associados: buscando responder às suas demandas. E a ASSEMP quer ouvi-los mais uma vez. Há alguma atividade que você gostaria de usufruir após às 18 horas? Conte para a gente! Veja detalhes na página 10.

Boa leitura!

O redator

CHARGE



DISSE O PENSADOR

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

“A dificuldade faz o homem.”
Mahatma Gandhi, líder pacifista indiano

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, 12º 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 - Anselmo Horta Nassif
Vice-presidente e diretor de patrimônio - Carlos Alberto de Oliveira
2ª vice-presidente - Maristela Teixeira de Oliveira
Diretor financeiro - Horaldo Oliveira Santos
Presidente do Conselho Administrativo - William Nagem
Presidente do Conselho Fiscal - Manoel Teixeira Cardoso

Jornal da ASSEMP - Órgão Informativo da ASSEMP
(31) 3237-5000 - jornaldaassemp@assemp.org.br
Gestor 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
Textos (págs. 6 e 14) - Maria Dulce Miranda - Reg. Prof.: 20236/MG
Diagramação - Roberto Romanelli
Imagens de banco - br.freepik.com
Assempinho, o boneco mascote da ASSEMP,
é uma criação de Ricardo Sá
Impressão: O Tempo Serviços Gráficos - 2101-3807
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.

PBH oferece 2,53%

Prefeitura afirma que índice é o dobro da inflação acumulada em 2017

Em reunião realizada com as entidades no dia 21 de julho a Prefeitura apresentou sua proposta de reajuste salarial dos servidores. Segundo a PBH o índice foi calculado com base no aumento da arrecadação das receitas elegíveis (aquelas que podem ser utilizadas com pagamento da folha)

no primeiro semestre, descontados os incrementos de despesa com pessoal que já ocorreram neste ano (com progressões, por exemplo).

O reajuste valerá a partir de agosto e uma nova reunião com as entidades ocorrerá em novembro para reavaliar o índice, caso ocorra um aumento

na arrecadação municipal até lá.

De acordo com o Sindibel, as perdas acumuladas nos salários dos servidores desde novembro de 2014 já chegam a 15,54%. Por essa razão o sindicato está mobilizando a categoria para conseguir da PBH uma nova proposta.



A PROPOSTA DA PBH*

2,53%

de reajuste sobre o vencimento básico

2,85%

de reajuste no vale refeição

*o reajuste valerá para todos os servidores, exceto os das empresas ligadas à PBH: Prodabel, Urbel, BHTrans e Belotur.

NOTA

Estatuto do Idoso

Uma mudança no Estatuto do Idoso garante prioridade especial de atendimento a idosos com mais de 80 anos. Com isso, os octogenários passam a ter preferência de atendimento em órgãos públicos, bancos, supermercados, etc. em relação aos idosos de 60 a 79 anos. A prioridade vale, inclusive, para atendimentos de saúde, com exceção de casos de emergência. A medida já está em vigor desde o dia 13 de julho. Em breve a Sociedade Brasileira de Geriatria deve propor mais mudanças no Estatuto, em razão da rápida taxa de envelhecimento da população.



VIAGENS PROGRAMADAS

Museu de Inhotim
10 de agosto / 23 de novembro

Vesperata em Diamantina
01 a 03 de setembro

Tiradentes e São João del-Rei
15 e 16 de setembro

São Lourenço e Caxambu
com passeio de Maria Fumaça até Soledade
21 a 24 de setembro

Campos do Jordão e Aparecida do Norte
05 a 08 de outubro

Natal Luz de Gramado
Em novembro

ROTEIRO INTERNACIONAL
Paris e Lisboa
Em outubro, não perca!

Informações: (31) 3075-6921 | 3295-2027 | 9104-0065
www.caminhosdeminas.com.br
luciomatos@yahoo.com.br



Fique por dentro

Novidades em decisões favoráveis a servidores

O Supremo Tribunal Federal fixou entendimento de que “os prazos da licença adotante não podem ser inferiores aos prazos da licença gestante, o mesmo valendo para as respectivas prorrogações. Em relação à licença adotante, não é possível fixar prazos diversos em função da idade da criança adotada”.

Diante deste entendimento, a 1ª Câmara Cível do Tribunal de Justiça de Minas Gerais, ao julgar o processo em que uma servidora pleiteava a licença maternidade por 180 dias, em virtude de adoção, declarou a inconstitucionalidade do art. 150 do Estatuto dos Servidores da PBH, que estabelece critérios de proporcionalidade em relação à idade da criança adotada e a duração da licença maternidade.

A Turma Recursal do Juizado Especial Cível, em processo movido por servidor municipal representado pela ASSEMP, manteve a decisão de primeira instância que determinou que o Município de Belo Horizonte volte



a incluir, na base de cálculo de todos os quinquênios adquiridos após a EC 19/98, o valor pago ao servidor

a título de Extensão de Jornada.

A relatora do acórdão afirmou que “a verba denominada extensão de jornada/aulas excedentes tem natureza permanente, não eventual, porquanto incorpora-se à remuneração do servidor, sendo, inclusive, utilizada como base de cálculo para a contribuição previdenciária”.

O Município ainda foi condenado ao pagamento das diferenças salariais devidas, acrescidas de juros e correção monetária.

O Ministério Público de Minas Gerais emitiu parecer favorável a um servidor municipal afirmando que o trabalhador tem direito a saber em qual posição/ordem cronológica se encontra para o pagamento das férias-prêmio convertidas em espécie, requerida por meio de processo administrativo na Prefeitura de Belo Horizonte.

NOTAS

Informações previdenciárias

A PBH publicou a Portaria SMPL nº 011/2017, que estabelece critérios para o requerimento e entrega de informações preliminares à aposentadoria. Para o setor jurídico da ASSEMP a medida é passível de ser questionada judicialmente, pela inconstitucionalidade de se negar acesso ao servidor às suas próprias informações. Além disso, os requisitos exigidos na Portaria para requerimento do documento administrativo são mais rígidos do que aqueles contidos nas próprias regras previdenciárias vigentes. Outro aspecto que deve ser analisado em relação a esta norma é se ela fere direitos previstos na Lei de Acesso à Informação.

Recadastramento anual

Aposentados e pensionistas que recebem benefício pela PBH deverão participar do Recadastramento Anual a partir deste mês de agosto. O procedimento é obrigatório e passará a ser realizado todos os anos. A convocação será feita de acordo com o mês de aniversário do beneficiário. O primeiro grupo a ser atendido será o de nascidos no mês 8, que deverão comparecer em uma das agências do Bradesco no período de 1º a 31 de agosto. É necessário apresentar carteira de identidade; CPF; certidão de casamento, se houver; e comprovante de residência atualizado. Dúvidas ou informações podem ser enviadas para o e-mail previdenciacomunica@pbh.gov.br.

Na hora do almoço

ASSEMP é parceira até no momento de matar a fome

O associado sabe que tem à sua disposição, além dos serviços diretos ofertados pela ASSEMP, dezenas de empresas, dos mais variados segmentos, que oferecem benefícios e condições exclusivas, inclusive na hora de matar a fome!

Na região central os associados podem contar,

por exemplo, com o Feijão Restaurante, que trabalha com preço único e ainda tem subsídio da Associação. Além dele são outras quatro opções com descontos exclusivos. Confira a lista abaixo. A relação completa de empresas conveniadas você encontra no site da ASSEMP.

RESTAURANTE	ENDEREÇO	DESCONTO
Milho Verde	Rua Goitacazes, 43 loja 04	7%
Anthiga Tradição	Av. Afonso Pena, 1130	até 10%
A Granel	Shopping Cidade Piso Goitacazes	7%
República do Rango	Av. Augusto de Lima, 233 (Ed. Maletta)	preços especiais
Feijão	Rua da Bahia, 1148 (Ed. Maletta)	40%*



Restaurante Milho Verde fica a 100 metros da ASSEMP

*o percentual engloba o desconto do convênio e o subsídio oferecido pela ASSEMP

PROGRAMA
MAIS **BENEFÍCIOS**



SEGURO AUTO

Concorra a Prêmios fazendo a sua cotação

PREMIAÇÕES

CONFIRA AS REGRAS NO SITE



Brindes



3 Voucher Baby Beef



Smart TV Samsung LED HD de 32 polg. com modo Futebol e WI-FI.

Faça já sua cotação com o corretor da ASSEMP

NAVARRO
CONSULTORIA E CORRETORA DE SEGUROS

3222-8776

Descontos exclusivos para associados da ASSEMP, pais, cônjuge e filhos, na contratação do Seguro AUTO.

Participe da campanha e confira mais produtos no site:
<http://www.navarroconsultoriaecorretora.com>

Uma nascente na ESCOLA

Comunidade escolar no Santa Efigênia se mobiliza em projeto ambiental

Uma das 11 nascentes d'água do terreno da Escola Municipal Santos Dumont, no bairro Santa Efigênia, acaba de ser recuperada em uma ação conjunta entre a escola e o Comitê da Bacia Hidrográfica do Rio das Velhas. Situada próxima à entrada dos estudantes, a mina foi cercada e acompanhada da construção de uma área de convivência, com quiosque e gramado. “A nascente foi adotada pelos alunos e pela comunidade escolar”, explica a diretora Hellen Brandão. Além dos próprios estudantes, que fazem uso do novo espaço, moradores do entorno da escola e estudantes de outras instituições de ensino também se interessaram pela revitalização da nascente e fazem visitas ao local.

A recuperação também teve ações em sala de aula. Os professores explicam o que é uma nascente, o que

MARIA DULCE MIRANDA



é uma bacia hidrográfica e os efeitos da degradação ambiental. “É importante mostrar que os recursos naturais são esgotáveis e precisam ser preservados”, afirma a diretora.

Outra ação foi um concurso de desenho, em que os alunos selecionaram os grafites que enfeitam o muro do novo espaço de convivência. O próximo passo é a colocação de peixes ornamentais no lago. A escola também tem planos de recuperar outras minas e resgatar uma antiga cisterna para irrigar a horta e o gramado.



NOSSA EQUIPE

Graças à dedicação e profissionalismo de cada colaborador a ASSEMP consegue oferecer aos associados um atendimento sempre de qualidade!

A cada edição do Jornal da ASSEMP apresentamos aos leitores uma equipe de trabalho da Associação.

A ASSEMP conta com cinco gestores de larga experiência e conhecimento profissional para “tocar” a Associação no dia a dia. A Raquel Ribeiro, gestora Administrativa, é a funcionária mais antiga da casa, contratada em 1º de março de 1988. Já a pedagoga e gestora de Serviços Culturais e Saúde, Elizabeth Alves Lima, está completando 20 anos de entidade. “Trabalhar aqui é tudo de bom na minha vida.” Na gestão de Comunicação



Os gestores da ASSEMP: José Almir, Marcele Dias, Raquel Ribeiro, Sander Cezário e Elizabeth Lima

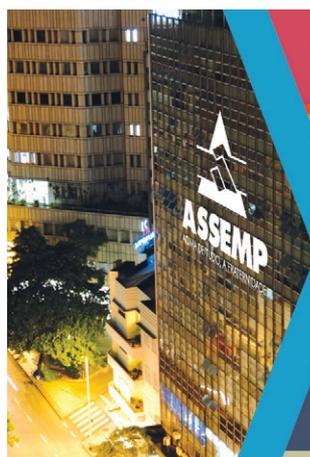
& Marketing e Ouvidoria está o jornalista José Almir da Rosa, que desempenha suas funções na Associação há 14 anos. O gestor de Finanças e Tecnologia é o Sander Cezário, que em 2018 completará uma década de trabalho na ASSEMP: “É algo gratificante, fascinante e desafiador”, afirma. Por fim a Associação conta com o conhecimento da advogada Marcele Dias, que está há nove anos na ASSEMP e é gestora do Setor Jurídico.

CUIDANDO DA SUA SAÚDE

Planos de saúde

Associados da ASSEMP têm acesso a planos de saúde com preços e condições exclusivas para titulares e dependentes. A entidade mantém convênio, por meio de parceiros, com as operadoras Unimed e Vitallis, e os descontos podem superar os 50%.

Entre em contato pelo 3237-5000 ou acesse www.assemp.org.br.



Plano de saúde Vitallis

Operadora conveniada oferece variedade de planos e condições

Associados da ASSEMP podem contar com o plano de saúde Vitallis. A operadora possui mais de 30 anos de tradição e conta com uma rede própria composta de um hospital e seis centros clínicos, além de convênios com os principais hospitais da Região Metropolitana de Belo Horizonte. Os conveniados podem optar entre os planos Enfermaria e Apartamento com descontos especiais para associados e dependentes.



40%

Os descontos para associados nos planos da Vitallis podem superar os 40%.

QUER SABER MAIS?
Entre em contato pelo
3222-8776.

NOTA

Reajustes

Após negociação com a operadora o plano de saúde Vitallis teve reajuste de 3,6%. O percentual solicitado inicialmente era de 14%. Já o seguro de vida Metlife sofreu um reajuste de 4,57%, além de reenquadramento de faixa etária.

Venha para o **SICOOB**
Crediserv
A cooperativa dos Servidores da PBH.

Procure-nos e abra já a sua conta!
Rua da Bahia, 905, 11º andar, Centro, BH, MG. (31) 3274-6959
crediservbh@crediservbh.com.br
www.sicooobcrediserv.com.br



Gostaríamos de homenagear todos os pais que conseguem ser sinônimo de amor, proteção, força e orientação para seus filhos.

Receba nosso reconhecimento pela nobre missão que lhe foi confiada.

PELAS ASAS DA LEITURA

Biblioteca promove ações para aproximar associados dos livros

A valorização da leitura e da cultura sempre esteve presente no DNA da ASSEMP. Apesar da Biblioteca Orlando Vignoli ter sido fundada em 1998, a primeira iniciativa da Associação de contar com uma biblioteca remonta de junho de 1970.

Atualmente o acervo do espaço possui mais de 7.000 obras, entre livros, CDs, DVDs, jornais e revistas. A biblioteca também disponibiliza computadores com acesso à internet e rede Wi-fi liberada. Cerca de 3.600 associados são cadastrados e fazem uso regular dos serviços oferecidos pela biblioteca.

Faça uma visita!

A Biblioteca Orlando Vignoli fica na Rua da Bahia, 1033 - 4º andar

3237-5014

CESTA CULTURAL

Celebrando o Dia do Escritor a Biblioteca Orlando Vignoli promoveu o sorteio de uma Cesta Cultural entre os associados que enviaram textos, crônicas e poemas. A vencedora foi a servidora Kátia Edilene Ferreira. Confira o texto:



PRINCIPAIS PROJETOS DESENVOLVIDOS NA BIBLIOTECA EM 2017

Autor do Mês

Correio Elegante Literário (Dia do Amigo)

Leitor do trimestre

- Dia do Livro Infantil -
Ganhe um livro de colorir

SITE I: DICAS DE LEITURA

SITE II: LISTA DE NOVAS AQUISIÇÕES

Ampliação do horário (segundas e quintas)

AUTOR DO MÊS

Para aguçar o interesse dos associados e funcionários pela leitura, a Biblioteca Orlando Vignoli seleciona mensalmente um autor para divulgação de suas obras, afixando trechos de livros pela Associação, trazendo curiosidades no painel da biblioteca e evidenciando os livros do escritor que constam no acervo. Neste mês de agosto a autora escolhida é a chilena Isabel Allende.



25 de julho um dia, uma data, um número. Algo que pode até retratar o sentido deste profissional que é o escritor. Uma pessoa que transparece sua alma em palavras, um cara sensível, amigo, parceiro.

Escritor um mensageiro, uma pessoa que se dedica a passar para a frente uma imagem, uma linguagem para as pessoas.

Escrever nem sempre é fácil, é simples ou correto, pois meramente alguns conseguem perceber a sensibilidade do autor ao tentar passar uma metáfora ou uma parábola.

O escritor por muitas vezes se destaca por sua capacidade de passar à frente uma mensagem, uma letra, um trecho. Cada indivíduo tem a capacidade de entender, aceitar e passar à frente.

Que nossos dias sejam melhores, mais prazerosos e especiais, um bom texto pode nos fazer viajar, percorrer lugares nunca imagináveis. Passado, presente e futuro unidos por questão de ponto de vista. Momentos memoráveis onde podemos crescer e sermos diferentes.

Kátia Edilene Ferreira

Cuidados especiais quando você mais precisa.

Só quem tem Unimed tem serviços exclusivos que deixam você muito mais tranquilo.



Serviço exclusivo de ambulância, 24 horas.



Maior serviço de atendimento domiciliar do Brasil.



Unibaby - visita de uma enfermeira em casa quando o bebê nasce.



Atendimento de urgência e emergência em todo o país.

Só a Unimed tem.
Quem tem Unimed tem mais.
Ligue 4020-4020.

Unimed 
Belo Horizonte

Foco no terceiro turno

Associação quer ouvir servidor para avaliar ampliação de atividades após às 18 horas

Uma das demandas que sempre é apresentada pelos associados, sobretudo aqueles que estão na ativa, é que a ASSEMP ofereça atividades em horários fora do turno de trabalho, possibilitando a participação daqueles que trabalham durante todo o dia. Em diversas ocasiões a Associação promoveu iniciativas neste sentido, mas, por falta de interessados, elas não foram adiante por muito tempo.

Devido ao crescimento das adesões de servidores da ativa, entretanto, a



atual presidência mantém-se sensível a esta realidade. Atualmente já são turmas de **dança de salão, yoga, pilates** (terceirizado) e atendimentos

de **podologia, psicologia e acupuntura** ocorrendo após às 18 horas. A partir deste mês os associados da ativa terão, também, a **dança mix** (veja abaixo como se inscrever).

A presidência, contudo, deseja ampliar as atividades no “terceiro turno”. Para isso, gostaria de contar com a participação de todos em uma pesquisa. Com base nas respostas do questionário será elaborado um projeto que amplie ainda mais as atividades voltadas aos servidores que estão na ativa. Participe!

PESQUISA COM OS SERVIDORES

- ✓ Nome / BM
- ✓ Associado? (sim) (não)
- ✓ Qual o serviço e/ou produto você gostaria que a ASSEMP oferecesse após às 18 horas?



Qualquer servidor (associado ou não) pode participar.
As respostas devem ser enviadas para o e-mail pesquisa@asemp.org.br.

Fala, Presidente



“Estamos prestes a completar 60 anos de fundação. A sexagenária ASSEMP, que começou tímida embaixo de uma árvore no Parque Municipal, hoje conta com mais de 15.500 associados. Tais números, grandiosos, exigem desta administração muito trabalho e, sobretudo, atenção aos anseios dos associados. Hoje, a Associação, que nasceu para atender os aposentados, atende de forma similar aqueles que estão na ativa. Porém, como a maioria das atividades ocorre em horário comercial, esses últimos acabam sendo prejudicados. Estamos revertendo isto. Já no início da minha gestão começamos com as parcerias subsidiadas, que queremos ampliar. Também, conforme a matéria acima, desejamos aumentar o alcance dos serviços internos após o turno de trabalho, de forma que mais e mais associados possam usufruir dos nossos serviços. Use o e-mail acima e participe da nossa pesquisa. A ASSEMP deseja ouvir você! Todas as sugestões serão analisadas com carinho!”

Anselmo Horta Nassif, Presidente da ASSEMP

NOVAS TURMAS DE DANÇA MIX

Inscrições de 07 a 11 de agosto

Aulas às segundas e quartas • 18h30 às 19h20
Início: 15 de agosto • Término: 14 de dezembro

Taxa de inscrição

Público-alvo:
servidores da ativa

R\$15,00

semestre (associado)

R\$20,00

mensal (dependente)

Informações: 3237-5008 – Rua da Bahia, 1033 / 8º andar



Aprimorando conhecimentos

Confira a agenda de cursos do Centro de Capacitação ASSEMP / IDCT

Em um mercado de trabalho cada vez mais competitivo e desafiador, capacitação e conhecimento são elementos chave para qualquer profissional. Se o mundo muda cada vez mais rápido, como diz a frase já senso comum, é preciso manter-se atualizado para entender e lidar com essas mudanças. O Centro de Capacitação ASSEMP / IDCT tem exatamente essa proposta: promover cursos, seminários, congressos, fóruns e palestras que visem à capacitação dos servidores públicos.

Todas as atividades ofertadas são pensadas no âmbito do aperfeiçoamento profissional, proporcionando ganhos significativos aos servidores, às ações governamentais a que eles se dedicam e, em última instância, a toda a população.

AGENDA AGOSTO/SETEMBRO

PALESTRAS	DATA	VALOR*
Mídias Sociais – Facebook, WhatsApp, Instagram – Como utilizar essas ferramentas	09/08 16h	R\$50,00
RPPS e possíveis alterações da reforma previdenciária	11/08 13h30	R\$85,00
Lei Brasileira de Inclusão – Proposições e Desafios do Estatuto da Pessoa com Deficiência (Lei 13.1346/15)	25/08 14h	R\$85,00

CURSOS REGULARES E EVENTOS	DATA	VALOR**
Execução orçamentária e financeira	10 e 11/08	R\$445,00
Valor adicionado fiscal - Módulo II	23 e 24/08	R\$445,00
Controle Interno na Administração Pública – Módulo II	24 e 25/08	R\$445,00
Direito Tributário – Ênfase em tributos municipais e estaduais	04 e 05/09	R\$445,00
II Congresso Mineiro de Ouvidores e Ombudsman	13 e 14/09	R\$790,00

*Primeiras 40 inscrições serão gratuitas
**Preços especiais para associados

Serão fornecidos certificado e declaração de comparecimento

CENTRO DE CAPACITAÇÃO ASSEMP / IDCT
Rua da Bahia, 1033 – 12º andar. Telefone: 3317-5757.

Exercitar é o melhor remédio

Associação americana reforça importância de atividades regulares

Uma nova diretriz divulgada pela Associação Americana do Coração evidenciou ainda mais a importância da atividade física no tratamento de pacientes com doenças cardiovasculares. Segundo a entidade, os exercícios devem vir antes mesmo do controle da pressão arterial, do colesterol e do nível de glicose no sangue, por exemplo.

O fisioterapeuta Rafael Barata, da Ressalve Postura e Pilates, reforça que a atividade física regular é uma forte aliada não só no controle e combate a enfermidades, mas principalmente na prevenção. “Nosso corpo, definitivamente, não foi feito para ficar parado.”



Rafael explica que os exercícios não são indicados apenas ao tratamento de doenças posturais ou biomecânicas, mas também para enfermidades como diabetes, depressão etc. “A atividade regular para pacientes com pressão alta, por exemplo, pode propiciar a diminuição e até mesmo a suspensão do uso de medicamentos”, pontua.

MEXA-SE!

As atividades da Ressalve são oferecidas, por meio de convênio com a ASSEMP, no 13º andar do edifício sede da entidade. Contato: 3142-7444.



13 de agosto

DIA DOS PAIS

Se posso ver mais longe, é porque estou sobre os ombros de um gigante.

Se obtive tantas conquistas, é porque tenho em mim a força de alguém que me apoia.

Se hoje me tornei quem sou, é porque sempre tive em você meu espelho.

Obrigado, pai!

Homenagem da ASSEMP aos associados e servidores que contribuem com um mundo melhor transmitindo os bons valores a seus filhos!



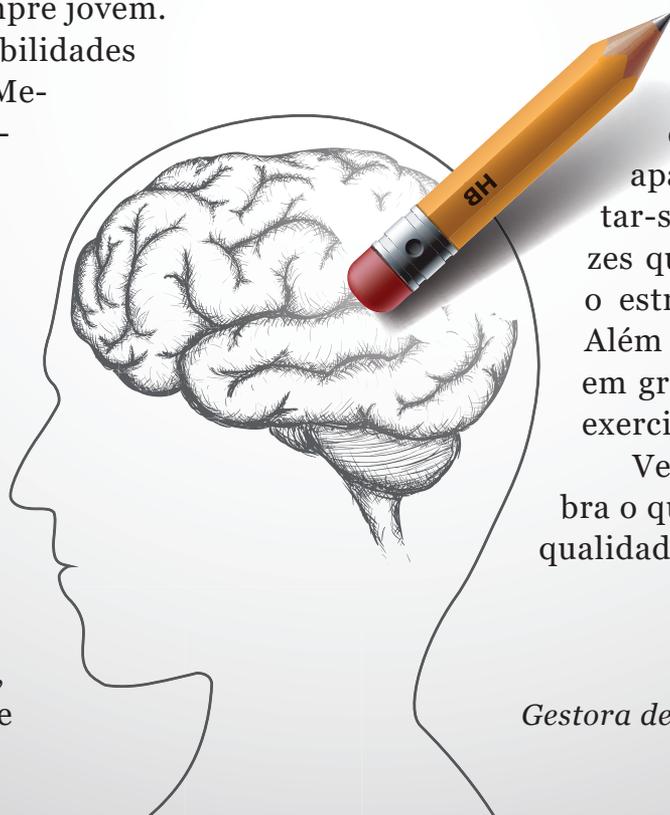
ARTIGO

Mente sempre alerta!

A Oficina de Memória oferecida pelo Núcleo de Convivência da ASSEMP é um curso semanal, com aulas de 50 minutos, que usa jogos, exercícios cognitivos e dinâmicas em grupo para estimular as conexões neurais e promover estímulos que mantêm seu cérebro ativo e sempre jovem.

Além de trabalhar as habilidades cognitivas, a Oficina de Memória promove o desenvolvimento de habilidades como autoestima, perseverança, concentração e, também, coordenação motora.

Estudos recentes mostraram que estresse crônico pode levar à depressão e, inclusive, aumentar o risco de declínio cognitivo, trazendo sintomas de Alzheimer. Muito estresse pode nos deixar esquecidos, desmotivados e mentalmente exaustos.



Aqui vão, então, algumas dicas para você limitar efetivamente o nível de estresse e aumentar sua resiliência emocional, para que você não apenas tenha um melhor desempenho no dia a dia como também proteja seu cérebro dos efeitos nocivos do estresse. Faça exercícios físicos! Você pode até estar cansado dessa recomendação, porém não é à toa que ela aparece em todo lugar. Exercitar-se é uma das coisas mais eficazes que você pode fazer para aliviar o estresse e ter qualidade de vida. Além disso, participe de atividades em grupo, faça amigos, saia de casa, exercite seu cérebro!

Venha para a ASSEMP e descubra o quanto sua vida pode ganhar em qualidade e bem-estar!

Elizabeth A. Lima
Gestora de Serviços Culturais e de Saúde do
NCSC-ASSEMP

2º CAFÉ FILOSÓFICO



AMOR

“Sem amor eu nada sou”

Com os psicólogos do
Espaço Viver Bem ASSEMP

*Artur Leão • Cássio Vianna
Pakisa Araújo • Sebastião Maciel*

30 de agosto

• 14h30 às 16h •

Rua da Bahia, 1033 • 12º andar

PSICOTERAPIA DE GRUPO

Projeto experimental

DOR - A importância de procurar ajuda

Psicólogo: Cássio Vianna

Público-alvo: Pessoas que sofram de dor crônica comprovada por atestado médico: fibromialgia, artrite, dores lombares, enxaqueca e dores como traumas na coluna, AVC etc.

Proposta: Analisar fatores emocionais relacionados às dores crônicas e auxiliar o paciente na convivência com o processo de dor, assim como promover intervenção para remissão parcial ou total do processo.

“Ninguém pode livrar os homens da dor, mas será bendito aquele que fizer renascer neles a coragem para suportá-la.”

Selma Lagerl

Inscrições: de 01 a 12 de setembro

Valor: R\$ 20,00 (associado)
R\$ 40,00 (dependente)

Local: Rua da Bahia, 1033 - 10º andar

Serão dez sessões, sempre às quintas, às 15h. As sessões ocorrerão de 14/09 a 30/11 e a turma comporta 15 inscritos.



Trabalho com função social

Experiência em sala de aula faz Keziah planejar ações com crianças em áreas de vulnerabilidade social



Formada em Pedagogia pela Newton Paiva e em Teologia pelo Instituto Izabela Hendrix, Keziah Nogueira assumiu, no final de março de 2017, turmas da educação infantil da Prefeitura de Belo Horizonte. De manhã, ela leciona na UMEI São João, localizada no Aglomerado da Serra, e à tarde se dedica às crianças da Escola Municipal Elos, no Bairro São Paulo. Entre 2015 e 2017, a associada atuava como assistente social no GDECOM – Grupo de Desenvolvimento Comunitário, parceria entre o Fun-

do Cristão para Crianças, Secretaria de Estado de Trabalho e Desenvolvimento Social e a Prefeitura de Belo Horizonte. Foi coordenadora dos programas Projovem e Maior Cuidado. Quando a oportunidade de se tornar educadora infantil chegou, ela não teve dúvidas. “Era a possibilidade de garantir estabilidade e traçar novos caminhos dentro da sala de aula.”

Mesmo com pouco tempo de profissão, ela está encantada com suas primeiras impressões: “A estrutura e a qualidade do ensino da educa-

ção infantil na rede municipal me surpreenderam positivamente.”

Para os próximos anos, Keziah tem planos de contribuir com a formação de crianças que vivem em áreas de vulnerabilidade social. “Desde que comecei a trabalhar no Aglomerado da Serra, penso em como posso contribuir para a melhoria da vida das pessoas nesses locais. Pretendo me dedicar à carreira acadêmica, desenvolver meu mestrado e doutorado com foco nas famílias do Aglomerado”.

Convênio renovado e estendido

Atividades subsidiadas de massagem têm novo serviço à disposição do associado

A parceria entre a ASSEMP e a Clínica de massagem Tetê Araújo, que já é um sucesso entre os associados, também passar a ofertar o serviço de Massagem Modeladora Corporal (manual e com aparelhos). O serviço foi acrescido aos demais já existentes, em que a Associação paga uma parte do valor para o associado. Além disso, também foi ampliado o número de atendimentos: cada associado pode, agora, fazer até 12 sessões anuais.



Massagem Relaxante: R\$ 42,00

Drenagem Linfática: R\$ 42,00

**Drenagem Linfática
(pós-operatório): R\$ 51,00**

**Massagem Modeladora Corporal
(manual e com aparelhos): R\$ 42,00**

**Valores líquidos já com o desconto e subsídio da ASSEMP. Em consultas particulares a Clínica cobra cerca de R\$ 100,00 por procedimento.*

INFORMAÇÕES E AGENDAMENTOS

Entre em contato pelo 3055-3435. O endereço da clínica é rua Timbiras, 1940 – Centro.

**FOTOGRAFIA E FILMAGEM**

Casamentos, festas infantis, 15 anos, bodas, eventos musicais, empresariais e esportivos, formaturas.

ROSANA PEREIRA
3283-2354

EXCURSÃO CABO FRIO

06/10 a 11/10 – Transporte, hospedagem, café da manhã, almoço em restaurante. R\$690,00 (dividido até a viagem). Já estamos reservando para CARNAVAL/2018.

MÉRCIA VIEGAS
3423-7877 / 98650-0901

EXCURSÕES

Excursão em agosto p/ Caldas Novas, Hotel Hot Springs, pensão completa. Em setembro excursão espiritual para Uberaba e Araxá, reunião de psicografia com Carlos Baccelli. Em outubro excursão para Poços de Caldas c/ pensão completa.

WANDA JAPOLINO AURICHIO
3466-2621 / 99617-1147

VENDE-SE

Excelente lote em condomínio com área de lazer completa, 34 metros laterais e 20 de frente. Condomínio Aldeia – Cachoeira das Pedras em Casa Branca. Valor: R\$120.000,00.

ZIMAR MENDES SOARES
3466-8104 / 99975-1027

AULAS DE VIOLÃO

Fácil aprendizado! Opção para quem quer exercitar a memória. Preços especiais para servidores e familiares. Professor disponível para shows e eventos.

KARIM SERIHAL
3442-3528

COTA

Vendo uma cota do Thermas. Sócio remido.

JORGE ALVES DE SOUZA
3018-5873 / 98790-1355

VIAGENS

Feriado 15 de agosto: São Lourenço, pensão completa (R\$680,00). Bertioga Resort com piscina (R\$800,00), incluso transporte e café da manhã. Festa das Flores em Holambra, hospedagem em Serra Negra, passando por Monte Sião e Atibaia (R\$690,00).

LUCI COSTA
3493-0608 / 99443-2422

VENDE-SE

Lindo apartamento no melhor ponto do Sagrada Família, próximo a comércio, escola, ponto de ônibus, rua plana e tranquila. Apartamento de 2 quartos com armários, cozinha e banheiro com armários, excelente tamanho, sala para 2 ambientes e varanda.

VILMA LA ROCCA
3201-3382 / 99386-9386

LAZER E PASSEIOS

Tiradentes em 26/08. Festival Gastronômico, passeio rodo-ferroviário no Santuário do Caraça. Setembro: Caldas Novas e São Tiago, festa do café com biscoito.

ANTONIA EUSTAQUIA OLIVEIRA
3496-2952 / 98908-1482

ALUGA-SE

Sítio no município de Mário Campos para eventos, férias, finais de semana. Local tranquilo com piscina, quadra e muito verde.

ILKA FONSECA MOREIRA
99750-2412 / 99776-1588

ALUGA-SE

Alugo sala no bairro Lourdes, rua Timbiras, 1.942, com 60m² (12x5), piso de cerâmica, banheiro. Aluga-se apartamento de 3 quartos com armários, DCE, banho social com armário. Centro, rua Tupis, 207, atrás da Igreja São José.

MARIA CARMEN QUINTÃO
2526-1255 / 99998-8820

LIVRO

“Textos e Contextos Através dos Tempos”, de autoria dos professores Isidro Passos e Roberto Dornas. Dicas de redação e como falar em público, além de coletânea dos melhores textos e poesias da língua portuguesa.

ISIDRO PASSOS
3444-8089

EXCURSÃO

23 a 25 de setembro para São João Del Rey, Resende Costa e Tiradentes. Linda festa de Nossa Senhora das Mercês – Jubileu de 100 anos. Transporte, hospedagem com café da manhã. R\$ 300,00.

EDNA PEIXOTO ALVES
3481-0474 / 99612-1430

VENDE-SE

Vendo lote no condomínio Solar das Palmeiras em Esmeraldas-MG. 1.100 m², portaria 24h, linha de ônibus na porta, áreas de preservação, regimento interno, vigilância interna. Fotos via e-mail: glaidess@hotmail.com.

GLAIDES DE CARVALHO CRUZ
98422-3849 / 99857-2683

REGRAS PARA ANÚNCIOS

1. O anúncio gratuito deverá ser somente do associado (a).
2. Na seção Classificados serão veiculados somente serviços ou produtos de pessoas físicas (que sejam associados).
3. A inserção do anúncio está condicionada ao espaço disponível e será respeitada a ordem de chegada.
4. Os anúncios devem ser enviados ou entregues na recepção até o dia 15 de cada mês, para que sejam analisados e publicados na edição do mês seguinte.
5. Caso ocorra qualquer reclamação a respeito do serviço publicado, o anúncio

ficará impedido de ser veiculado novamente.

6. Todos os anunciantes deste jornal, a título gratuito ou oneroso, livremente, divulgam seus produtos e serviços sem que haja intervenção da Associação. Cada um, com base na legislação vigente, se responsabilizará individualmente pelo produto ou serviço que comercializa. A ASSEMP, em hipóteses alguma, se envolverá no processo negocial entre as partes, eximindo-se, portanto, da responsabilidade por ações ou omissões, culposa ou dolosamente, que porventura existirem.

**SOCIAL**

Elizabeth Diniz (segurando o cartaz), Elisabeth Carvalho, Iraci Colares e Pedro (professor de dança) celebrando o fim do semestre e também o aniversário da associada.



Essa fofura é a Emily, 04 anos, filha de Vanessa Silva, funcionária da ASSEMP.





PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

(?) da Paz mundial: a ONU			(?) e depois, tema de ensaios fotográficos	Palácio real		Serviço urbano pago pelos clientes das companhias de energia elétrica
Diz-se da rua que corta via principal				Morto-(?): zumbi		
Ação própria do mexeriqueiro						Despido
						Coração-de-jesus (Bot.)
Chá, em espanhol			Sexto signo do Zodíaco			
Síndrome do (?), distúrbio desencadeado pela ansiedade			Canalhas			
Fernando (?), poeta de "Auto-psicografia"					Pouco comum	
					Bagre marinho	
Associação Nacional de Esportes (sigla)		Vogal que levava o trem (Gram.)		Parágrafo inicial de redações escolares (?), o Homem: Ecce Homo (Bíblia)		Cervídeo pastorado pelo cão samoiedo
Sua venda pela Igreja revoltou Lutero		Instrumento usado pelo árbitro				(?) B. integrante das Spice Girls
		Cheiro				
				Pena imposta a Tiradentes		(?) Santa, apelido de Oscar (basq.)
				Associa		
					Cartel do petróleo sediado em Viena	
Ajuda a manter o banco de sangue (fem.)		(?) alto: pode causar dores na coluna				Moeda dos EUA
Divisão do ano		O sinal "<" (Mat.)				Tipo de radiação
O crime como estupro ou latrocínio			A bruxa, por sua aparência (Lit. inf.)			
						Antigo anes-tésico hospitalar
Líquido bronzeador vendido na praia				Trabalha-dor da zona rural		"Dio, come (?), música italiana
					Sucesso (gíria)	
					Século (abrev.)	
A pessoa que se apresenta em shows			Medo de quem tem acrofobia			
Otávio Augusto, imperador romano						

JOGO DAS DIFERENÇAS



SUDOKU

5		4		2		8	
							1
3						8	2
			6		1	3	
9							5
		2	8		9		
1			4				3
	5						
		6		7		4	8

69 2/6; 3/mel; 4/opep; 5/guaco — régia; 10/introdução; 11/indulgência — mantenedora; 12/natlangável. BANCO

Solução

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

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



8	5	3	7	1	9	6	2
4	6	8	2	3	5	7	1
1	7	8	4	5	6	2	3
3	9	2	8	5	9	1	7
6	3	2	8	5	9	1	7
5	4	1	7	3	2	6	8
6	9	6	3	6	5	8	7
7	4	1	8	3	5	6	2
3	9	7	5	1	8	9	4
2	7	5	1	8	9	6	2
7	7	3	6	5	1	7	8
6	1	4	9	2	7	8	3

Mala Direta Básica
9912292424/2012-DR/MG
ASSEMP BH MG
Correios

Acesse esta e outras edições do jornal no www.assemp.org.br