



# Jornal da ASSEMP

Porta-voz do Servidor

Associação dos Servidores Municipais da PBH | [www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br) | Edição 283 | Junho de 2018

## Assemp cada vez mais diversificada

Novos atendimentos no 6º andar ampliam gama de serviços da Associação

Página 10



PL quer ampliar contratos temporários na PBH



Página 3

Reflorir celebra 21 anos



Página 9

Os riscos de queimaduras no inverno



Página 11

Participe da Meia Maratona de BH



Página 12

## MANTER O MOVIMENTO

A Assemp está sempre correndo atrás de diversificar e ampliar seus serviços para atender cada vez mais e melhor seus associados. A matéria de capa desta edição fala exatamente de algumas dessas novidades.

O sexto andar da Associação, reconfigurado, é o ponto de atendimento de quatro novos serviços na área de saúde e bem-estar, três deles por meio da exitosa iniciativa de convênios subsidiados: nutrição, massagens e estética

– procedimentos estéticos realizados por profissionais habilitados e com aparelhos especializados. Há, ainda, o projeto Coluna Saudável, com atividades realizadas pelo fisioterapeuta da Associação Gustavo Oliveira, que será ampliado no segundo semestre.

Mas, além de tudo isso, neste mês de junho a Assemp vai correr também no sentido literal. A entidade é uma das apoiadoras oficiais da Meia Maratona Internacional de Belo Horizonte,

que será realizada no dia 24. Mais uma forma de celebrar seus 60 anos, de estimular a vida saudável e de reafirmar seu compromisso municipalista. Os detalhes de como participar estão na reportagem da página 12.

É como diria aquela famosa frase: a vida é igual andar de bicicleta; para manter o equilíbrio é preciso se manter em movimento.

**Boa leitura!**

CHARGE

[www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br)



[www.facebook.com/AssempBH](http://www.facebook.com/AssempBH)



[www.instagram.com/AssempOficial](http://www.instagram.com/AssempOficial)



ACOMPANHE A ASSEMP NO UNIVERSO DIGITAL

DISSE O  
PENSADOR

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

*“O correr da vida embrulha tudo; a vida é assim: esquenta e esfria, aperta e daí afrouxa, sossega e depois desinquieta. O que ela quer da gente é coragem.”*

Guimarães Rosa, em Grande Sertão Veredas

## 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](http://www.assemp.org.br) - [assemp@assemp.org.br](mailto: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](mailto:jornaldaassemp@assemp.org.br)  
Gestor de Comunicação e Ouvidoria  
Jornalista José Almir da Rosa - Reg. Prof.: MG 07771 JP

**Berlim**  
COMUNICAÇÃO

Berlim Comunicação - (31) 3347-3010  
Texto e fotos - Vitor Moreira - Reg. Prof.: 14055/MG  
Texto e foto (pág. 14) - Maria Dulce Miranda - Reg. Prof.: 20236/MG  
Diagramação - Roberto Romanelli  
Imagens de banco - [br.freepik.com](http://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.

# NEGOCIAÇÃO NÃO AVANÇA

Greve da Educação Infantil já passa de um mês

A greve dos professores da Educação Infantil em Belo Horizonte completou um mês no dia 23 de maio. A principal reivindicação da categoria é a equiparação da carreira com a dos professores de Ensino Fundamental. A PBH, no entanto, afirma não ter recursos para atender a demanda da forma como é proposta pela categoria (veja abaixo).

Em função do impasse nas negociações professores decidiram acampar na porta da Prefeitura. Já a Educação Fundamental, que chegou a paralisar as atividades por alguns dias, retomou suas atividades e decidiu por se unir às demais categorias na Campanha Salarial.



## PROPOSTA DOS PROFESSORES

Escalonamento da equiparação salarial com os professores do Ensino Fundamental até julho de 2019

*Situação até o fechamento da edição, em 29 de maio.*

OS DOIS LADOS



## PROPOSTA DA PBH – NEGADA PELA CATEGORIA

Aumento de até quatro níveis para professores da Educação Infantil e a retomada das negociações pela unificação das carreiras em dezembro. A PBH afirma que, se a greve não for encerrada até dia 04 de junho, a proposta será retirada.

## Contratações temporárias na PBH

Projeto de Lei quer possibilitar contratações por até quatro anos

Tramita na Câmara Municipal de Belo Horizonte um Projeto de Lei encaminhado pelo Executivo que dispõe sobre contratações temporárias na PBH. Atualmente existe uma lei municipal em vigor (Lei 7.125/96) que autoriza essas contratações na área da Saúde, por prazo máximo de seis meses – prorrogável quatro vezes. O PL 555/18 quer, agora, estender essa possibilidade a toda a administração direta, fundações e autarquias da Prefeitura.

O Projeto de Lei também mexe no prazo de contratação, ampliado para dois anos e prorrogável por igual período. Entidades representativas já se manifestaram contrárias ao projeto. A PBH afirma que o projeto busca aperfeiçoar a legislação vigente.



### POSSIBILIDADES DE CONTRATAÇÃO TEMPORÁRIA

- Assistência a situações de calamidade pública e de emergência;
- Combate a surtos endêmicos;
- Realização de cadastramentos ou recenseamentos;
- Carência de pessoal em decorrência de afastamentos ou licença de servidores efetivos;
- Número de servidores insuficiente para a continuidade dos serviços essenciais (saúde, educação, segurança e prevenção, políticas urbanas, obras e infraestrutura, vigilância, assistência social, segurança alimentar, cidadania e meio ambiente), desde que não haja candidatos aprovados em concurso;
- Carência de pessoal para o desempenho de atividades sazonais, projetos temporários ou emergenciais que não justifiquem a criação de cargo efetivo.

## Alterações na forma de pagamento do CARTÃO DE CRÉDITO

Recentemente o Conselho Monetário Nacional (CMN) alterou algumas regras de pagamento do cartão crédito para reduzir as taxas de inadimplência desse tipo de crédito. Porém, ao mesmo tempo, isso pode aumentar o risco de endividamento, sendo importante o consumidor ter ciência do ônus e ônus que a medida traz.

Atualmente, quando o consumidor não possui condições de pagar todo o valor da fatura do cartão de crédito, é possível pagar o mínimo de 15%. O valor restante gera o crédito rotativo e, consequentemente, um aumento da dívida com o acréscimo de juros.

Ocorre que a partir de 1º de junho de 2018 os bancos poderão decidir, de acordo com o perfil

do consumidor, qual vai ser esse percentual mínimo de pagamento ou, até mesmo, eliminar o pagamento mínimo. Isso abriria espaço

para que todo o valor da fatura do cartão fosse incluído no rotativo, afastando superficialmente a inadimplência. Nesse caso, o consumidor deverá ser comunicado com 30 dias de antecedência.

Mas é importante destacar que quem recorre ao rotativo do cartão geralmente está com as finanças fora de controle. As novas regras poderão gerar um endividamento fora de controle, o conhecido efeito “bola de neve”.

Portanto, fique atento às mudanças e busque sempre analisar o risco de endividamento e inadimplência, o que evita os desdobramentos de eventuais demandas judiciais e restrições de crédito contra o consumidor.



## Negociação em aberto

**PBH pediu prazo até 20 de junho para responder às demandas da Campanha Salarial**

Lançada no dia 21 de março, a Campanha Salarial 2018 está em compasso de espera. O prazo inicial estabelecido pelas categorias para que a PBH apresentasse uma resposta à pauta de reivindicações era 30 de abril, mas a Prefeitura solicitou que o prazo fosse estendido até 20 de junho. Segundo o governo, esse tempo é necessário para

a análise de todas as projeções de impacto financeiro no Orçamento.

Em assembleia no dia 09 de maio os servidores decidiram por se manter em Estado de Greve, mantendo a mobilização para realização de atividades e atos até o dia 26 de junho, quando está agendada nova assembleia geral.



### PAUTA DE REIVINDICAÇÕES

- 5% de reajuste salarial
- 14% de recomposição das perdas de 2014 a 2018
- Reajuste do vale-refeição para R\$38,50
- Extensão do vale para servidores em jornada de 6 horas
- Revisão de todos os Planos de Cargos e Salários
- Pagamentos de progressões, férias-prêmio e do reajuste retroativo dos aposentados pela média



Situação até o fechamento da edição, em 29 de maio.

## Parabéns!



Junho é tempo de comemorações na Presidência da Assemp. Os aniversariantes do mês são o presidente, Anselmo Horta Nassif (dia 18), e o vice-presidente e diretor de patrimônio, Carlos Alberto de Oliveira (dia 10). A ambos os ensejos de saúde e muitas alegrias nesta nova etapa da vida! Parabéns!



## Funcionamento da Assemp durante a Copa 2018



**22/06 – jogo às 09h:**  
não haverá expediente

**27/06 – jogo às 15h:**  
expediente até às 12h

Caso o Brasil continue na competição, o sistema se aplicará aos demais jogos: se a partida for de manhã, o expediente será após o jogo (exceto se o jogo for sexta, caso em que não haverá expediente); se o jogo for à tarde o expediente será até 12h.

## A Ressalve de Venda Nova agora conta com o serviço de Fisioterapia Ortopédica!

**RESSALVE**  
FISIOTERAPIA

Surprenda-se com a combinação da Reabilitação Convencional e do Pilates.

Desfrute de um tratamento mais agradável e dinâmico.

Descontos de até 25% para associados da Assemp!



R. Severino Lara, 60  
Pq. São Pedro  
2520-3812  
99421-6030

[facebook.com/ressalve](https://facebook.com/ressalve)  
[instagram.com/ressalve](https://instagram.com/ressalve)

Confie a saúde da sua família a quem oferece mais qualidade e praticidade.

Planos de saúde Unimed por meio de convênio com a Assemp.



**joaf**  
SERVIÇOS & NEGÓCIOS

Rua dos Tupis, 171 - loja 12 | Centro  
(31) 2514-5800 | [assemp.unimed@hotmail.com](mailto:assemp.unimed@hotmail.com)



## NOSSA EQUIPE

Graças à dedicação e ao 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 atividade de Yoga está presente na Assemp desde 1999, trazendo autoconhecimento e transformação interior para os associados. Atualmente a prática é conduzida por duas facilitadoras: Renata Moreira e Ana Lúcia Lessa. A Renata conta que escolheu essa profissão por sua beleza. "Ela devolve movimentos, dá esperança, qualidade de vida e reabilita o ser humano de maneira globalizada". Sobre trabalhar na Assemp afirma que "é a certeza de ter qualidade de vida e respeito". Para Ana Lúcia o yoga não foi uma escolha profissional, mas um presente recebido da vida. "Ao



Renata e Ana Lúcia, facilitadoras do Yoga

desfrutar de seus preciosos benefícios, senti que era o momento de compartilhá-los com outras pessoas", conta. "Trabalhar na Assemp? É tudo de bom", complementa. Namastê!

## MENTE EM MOVIMENTO

### Oficina de Memória

Nesta oficina, com ajuda de um profissional da área de psicologia, os participantes entendem melhor os processos de atenção e de memorização e aprendem estratégias para fortalecê-los em situações do dia a dia.

Entre em contato pelo 3237-5000 ou acesse [www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br).

SONO IDEAL / DIVULGAÇÃO

## Colchão Terapêutico Personalizado

Magnético e Infravermelho longo

**DIRETO DE FÁBRICA**

**Sono Ideal**  
Colchões Terapêuticos



### Ortopedia Inteligente

Multicamadas, previne dores na coluna

### Terapia Magnética

Previne câimbras, varizes e dormências.

### Colchão Personalizado

Necessidades específicas e a diferentes biotipos.

### Vibroterapia e Energia Quântica

Vibrações nas regiões cervicais, lombar, coxas e panturrilhas, induz ao sono profundo.

Produto certificado



Garantia em qualidade

**PROMOÇÃO EXCLUSIVA PARA FUNCIONÁRIOS PÚBLICOS E APOSENTADOS. DESCONTO 20% NA COMPRA DE NOSSOS PRODUTOS.**

**LIGUE JÁ 31 3023-0303**

"Em paz me deito e logo pego no sono..." SI 4.8

NESTA ESTAÇÃO, AS TEMPERATURAS CAEM,  
E O RISCO DA GRIPE SOBE.

# FIQUE ATENTO AOS SINTOMAS:



Febre alta



Tosse



Dor de garganta



Dor de cabeça



Dor muscular



Mal-estar

## CLIENTE UNIMED-BH TEM SEMPRE MAIS OPÇÕES DE ATENDIMENTO:



### PROCURE SEU MÉDICO.

Em caso de necessidade,  
procure seu médico  
de referência.



### AGENDAMENTO ON-LINE.

Se você não tem um médico de referência,  
pode agendar uma consulta pelo  
agendamento on-line no site [unimedbh.com.br](http://unimedbh.com.br)  
ou no aplicativo da Unimed-BH.



### CENTROS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE UNIMED.

Você também pode ir até um dos nossos Centros de Promoção da Saúde:

- Unidade Santa Efigênia • Unidade Pedro I • Unidade Barreiro
- Unidade Contagem • Unidade Betim

Para mais informações, acesse [unimedbh.com.br](http://unimedbh.com.br)  
e confira a rede completa de serviços de saúde.

**Unimed**   
Belo Horizonte

# Centro de Capacitação Assemp/IDCT

Confira a agenda de cursos dos meses de maio e junho

JUNHO	
DATA	CURSO
05 a 08	Lei Orgânica Municipal e o Regimento Interno – Entendimento, Revisão e Alteração
07 e 08	Sindicância e Processo Administrativo Disciplinar
12 a 15	Lei de Diretrizes Orçamentárias – 2019 – Apreciação, Aprovação e Execução do Orçamento Público Municipal
13 e 14	Tributos Municipais: conceitos, elaboração e aplicação
19 e 20	Elaboração da Lei Orçamentária Anual – LOA 2019
20 e 21	Licitações e Contratações – Foco em Obras e Serviços de Engenharia
26 a 29	Direito Eleitoral e Processo Eleitoral – Reforma Política e Eleições 2018
26 e 27	Licitações Públicas e Gestão de Contratos Administrativos
27 e 28	Gestão de Pessoas - Atendimento, Planejamento e Organização

\*Valores especiais para associados

## ENTRE EM CONTATO

Rua da Bahia, 1033 – 12º andar. Telefone: 3317-5757.

NAVARRO / DIVULGAÇÃO

## Acumule pontos e ganhe prêmios!!

No seguro residencial a  
cada R\$20,00 você  
obtem 1 ponto.

Navarro em parceria com Assemp traz,  
especialmente para você, um programa  
de acumulação de pontos que poderão  
ser convertidos em prêmios!!

Não perca essa oportunidade!

Visite nosso site e  
saiba mais.

60 ANOS  
ASSEMP  
Acima de tudo, a fraternidade.

Quem  
ganha  
é você!

📍 Rua Tupis, 171 Loja 11 📞 3222-8776 📱 98467-9845 🌐 [navarroconsultoriaecorretora.com](http://navarroconsultoriaecorretora.com)

**NAVARRO**  
CONSULTORIA E CORRETORA DE SEGUROS

# 21 anos de Reflorir

Grupo que deu início às atividades do Núcleo de Convivência celebrou mais um aniversário



# Alto custo para a coluna

Uso prolongado do celular pode causar diversos problemas

O hábito de abaixar a cabeça para mexer no celular por longos períodos tem elevado a incidência de pessoas com dores na coluna. Isso porque a postura do “queixo no peito” gera uma tensão muito grande nos músculos do pescoço. “Quando estamos com a cabeça alinhada, seu peso é de cerca de 6kg. Mas ao mantermos ela baixa, a força exercida na musculatura chega a 25kg”, explica o fisioterapeuta da Assemp



Gustavo Henrique de Oliveira.

As consequências podem ser

variadas: dores de cabeça, cervicobraquialgia (dor na região cervical que se irradia para o braço), dores nos trapézios e até mesmo hérnias de disco. “O melhor remédio é a conscientização. Sempre que possível, evite usar o celular na altura da cintura, eleve-o mais na linha do horizonte”, recomenda Gustavo. “E, sempre que houver algum problema, procure um fisioterapeuta”, complementa.

## PROJETO COLUNA SAUDÁVEL

O fisioterapeuta Gustavo Oliveira coordena atividades na Assemp que buscam o fortalecimento, estabilização e flexibilidade da musculatura que envolve a coluna. As aulas ocorrem duas vezes por semana e têm duração de meia hora. Mais informações: 3237-5000.

## Novidades no 6º andar!

Estão funcionando no 6º andar da Assemp três serviços subsidiados voltados à saúde e ao bem-estar. Confira:

### Nutrição

Consultas individualizadas com profissional

*Leia artigo da nutricionista na página ao lado.*

### Massoterapia

Massagens relaxante, modeladora e revitalizante facial, além de reflexologia podal

### Estética

Procedimentos estéticos realizados por profissionais habilitados e com aparelhos especializados

**Os atendimentos são realizados de segunda a quinta.**

Mais informações: 3237-5000.

# PERIGOS DO INVERNO

## Líquidos quentes aumentam incidência de acidentes caseiros

Um chá bem quente, um caldo no jantar, uma bolsa de água pra esquentar os pés. Tudo isso são coisas que combinam bem com esse tempo frio. Mas também ligam o alerta: segundo a Fhemig, que administra o Hospital João XXIII (referência no atendimento a queimaduras), “as baixas tem-

peraturas registradas no inverno, aliadas ao período de festas juninas, aumentam os riscos de queimaduras com líquidos quentes, acidentes com fogos de artifícios, álcool líquido e fogueiras.”

Por isso fique atento e confira as recomendações de como proceder em caso de acidentes.



### PRIMEIROS SOCORROS

- Queimaduras que atingem grandes extensões do corpo requisitam cuidados médicos urgentes e imediatos. Para lesões de menor gravidade em pequenas porções do corpo, alguns cuidados são recomendados.
- Deve-se colocar a parte queimada debaixo da água corrente fria, com jato suave, por, aproximadamente, dez minutos. Compressas úmidas e frias também são indicadas.
- Se houver poeira ou insetos no local,

mantenha a queimadura coberta com pano limpo e úmido.

- Em nenhum caso deve-se tocar a queimadura com as mãos, furar bolhas, descolar tecidos grudados na pele queimada ou retirar corpos estranhos do local queimado.
- Também não se deve aplicar manteiga, pó de café, creme dental ou qualquer outra substância sobre a queimadura.

Fonte: Portal Brasil



## ARTIGO

### Qual a melhor dieta para emagrecer?

Muitas pessoas me procuram para saber qual é o segredo para emagrecer. Minha resposta é: Não tem segredo! Não procure qual é a melhor dieta para emagrecer porque não existe.

Um estudo de 2005 comparou quatro diferentes tipos de dieta na perda de peso durante um ano. As dietas foram: (1) Restrição de carboidrato (Low Carb); (2) Dieta balanceada; (3) Dieta dos pontos; e (4) Restrição de gordura (Low Fat).

O objetivo do estudo foi verificar se existia alguma dieta que fosse mais efetiva na perda de peso em longo

prazo. Os autores observaram que, após um ano, as pessoas que perderam mais peso foram aquelas que seguiram a dieta por mais tempo, independentemente de qual era o programa alimentar.

Além disso, como já era de se esperar, dietas mais restritivas (como a Low Carb ou a Low Fat) tiveram maior índice de desistência, quando comparado com aquelas que eram mais equilibradas nutricionalmente.

Por isso, antes de cortar carboidratos, aumentar proteínas ou retirar a gordura do plano alimentar, devemos nos preocupar em ter uma alimenta-

ção saudável e equilibrada. Caso contrário, poderá até perder peso rapidamente, mas, com o passar do tempo, a probabilidade de desistência e reganho de peso será maior!

Sendo assim, qual é a melhor dieta para emagrecer? Aquela dieta que combine com a preferência, com o gosto alimentar e estilo de vida do paciente. Isso, sim, é o segredo para o sucesso em longo prazo. Mais equilíbrio e menos radicalismo!

**Camila Moreira Silva**  
Nutricionista  
conveniada da Assemp



# Venha correr com a Assemp

Associação participará da  
Meia Maratona de BH



No dia 24 de junho será realizada a 9ª Meia Maratona Internacional de Belo Horizonte. A Assemp, em celebração ao seu aniversário e seguindo sua premissa de promover e estimular práticas saudáveis, é uma das apoiadoras oficiais do evento. Por isso, vai abrir inscrições a valores especiais para associados que desejam participar da prova (veja box).

O percurso oficial é de 21km, mas também haverá trajetos especiais de 5km e 10km. A Assemp contará com uma tenda exclusiva, com mesa de frutas e atendimento de profissionais especializados. Os associados também receberão uma camiseta personalizada e o kit oficial da prova.

## COMO PARTICIPAR

Associados que desejam participar da corrida podem se inscrever até o dia 13 de junho. As vagas são limitadas, as inscrições custam R\$30,00 (o valor normal no site da corrida é de R\$110,00) e devem ser feitas presencialmente, no 4º andar da Assemp.

SICOOB / DIVULGAÇÃO




**BOM PARA VOCÊ, BOM PARA TODOS**

Com a Poupança Sicoob Crediserv  **você cresce** financeiramente com inúmeras vantagens, **e apoia** a **economia local**, pois os valores captados são investidos na comunidade.





**COMPETÊNCIA E COMPROMISSO**  
em prol do cooperativismo  
GESTÃO 2017-2021

Relacionamento (31) 98334-7591 | [www.sicoobcrediserv.com.br](http://www.sicoobcrediserv.com.br) - (31) 3274-6959  
Rua da Bahia, 905 - 11º andar - Centro



## A cara da corrupção

**E**specialistas e analistas políticos são quase unânimes em afirmar que a comunicação virtual será uma das principais estratégias de campanha destas eleições. Com um maior controle de gastos e com tempo reduzido de TV, a tendência é que os candidatos se voltem para os sites, blogs e redes sociais para tentar conquistar o eleitor.

Mas se os candidatos querem usar as novas tecnologias em seu favor, os eleitores também podem fazer o mesmo. O Instituto Reclame Aqui disponibiliza duas ferramentas que podem ser bastante úteis em qualquer tempo, mas especialmente nesse período que antecede as eleições.

O Vigie Aqui é um plugin (um pequeno aplicativo que você instala e funciona junto com o seu navegador de internet) que destaca, em qualquer site, os nomes de políticos que ocupam ou ocuparam cargos eletivos e que

possuem pendências na Justiça. Basta navegar normalmente que, sempre que o nome de um político condenado, processado ou investigado aparecer, o Vigie Aqui grifa ele de roxo. Quando o internauta passa o mouse por cima do nome aparece a ficha judicial do político.

A outra ferramenta, Detector de Corrupção, tem uma função bem parecida, mas é voltado para celulares. Você instala o aplicativo no seu telefone e, depois, basta tirar uma foto do rosto de um político - seja na televisão, no jornal, na tela do computador. O aplicativo faz o reconhecimento facial do político e entrega a ficha judicial completa dele.

Portanto, não há mais o pretexto de dizer: “votei, mas não sabia que ele estava envolvido em corrupção”. As ferramentas podem ser encontradas no site <http://www.vigieaqu.com.br/>.



**Em busca de um sorriso perdido? Vamos resgatá-lo!**

A HBM Odontologia Especializada é uma clínica completa, que atende todas as especialidades odontológicas - Restaurações, cirurgias, implantes, próteses, endodontia, ortodontia e odontologia estética.



**Seriedade e compromisso com a sua saúde acima de tudo!**



**Ligue e agende uma visita!**

**Atendimento:**  
**Segunda à Sexta**  
**31 3295-4326 / 2555-4326**

[hbm.odontologia@yahoo.com.br](mailto:hbm.odontologia@yahoo.com.br)  
Av. Augusto de Lima, 1800 - Cj. 1802 /03/04  
Barro Preto / Belo Horizonte - MG



HBM ODONTOLOGIA / DIVULGAÇÃO

**Dra. Marisa Ribeiro**  
**Fisioterapeuta**

Mais perto da Assemp,  
mais perto de você!

Atendimento individual especializado

- ◆ **Fisioterapia ortopédica**
- ◆ **RPG e RPA**  
alívio das dores nas costas e articulações
- ◆ **Fisioterapia uroginecológica**  
prevenção e tratamento da incontinência urinária

**Descontos especiais para os associados e funcionários da Assemp**

**Novo endereço**  
Rua Timbiras, 1986  
Sala 37 - Lourdes

**Ligue e marque uma avaliação gratuita**  
**(31) 97123-7521**

MARISA RIBEIRO FISIOTERAPEUTA / DIVULGAÇÃO

# Olhar ao próximo

Maria Stael dedica o tempo livre ao trabalho voluntário e à família

**E**nvelhecer não é um problema para a auxiliar em saúde bucal Maria Stael Gomes Pereira. Para os 60 anos recém completados, seu maior desejo é continuar levando a rotina de forma saudável. “Está bom demais assim”.

Atualmente ela trabalha no Centro de Saúde Vila Pinho, na região do Barreiro, para onde foi transferida há oito meses. Nas horas vagas, faz trabalho voluntário na AAMA (Associação de Trabalhos Artesanais e Sociais de Betim e Contagem Amigos de Aruanda) e realiza palestras sobre saúde bucal para a comunidade



de da Igreja São Miguel Arcanjo, no centro de Belo Horizonte. “A gente não pode viver só para trabalhar. Ajudar o próximo faz parte”.

O trabalho voluntário é uma das principais atividades que Stael pretende desenvolver quando se aposentar, o que deve ocorrer daqui a dois anos. Outra ideia é cursar a graduação de Direito.

Associada da Assemp desde o começo de 2018, ela ainda não encontrou tempo para usufruir das atividades da Associação, mas os dois filhos aproveitam, principalmente, o desconto em restaurantes.

## AMOR DE UMA VIDA

Dos 60 anos de Maria Stael, 42 foram vividos ao lado de Celso. São 32 anos de casados, somados aos 10 anos de namoro. “A gente faz

tudo junto. Saímos para dançar, para nos divertir, somos muito unidos”. Eles têm dois filhos, um de 30 e outro de 27 anos. “Falo sempre pro mais

velho, que já é casado, que quero ser avó logo, que já estou ficando velha. Ele já têm dois anos de casado, já está na hora”, brinca a associada.

*Fragmentos históricos da Associação*

*1958 a 2018*



## A década é 1980...

1980



O presidente Menezes continua a sua gestão promovendo reuniões periódicas com os demais representantes da Assemp. Em tais reuniões discutia-se de tudo: desde assuntos vinculados à PBH até visitas que se faziam aos túmulos dos associados mortos.

Neste período, também, com a abertura para os servidores da ativa, a Assemp começou a mudar sua linha de trabalho, pois precisava contemplar os servidores da ativa em suas atuações.



Em meados desta década, findou o mandato de Menezes. Assumiu a presidência o advogado Orlando Vignoli. Sua gestão, no entanto, durou pouco, devido ao seu falecimento. No seu lugar assume Saulo Converso Lara, que dá início a uma nova era para a Assemp. Um detalhe deste servidor é que ele, após a sua gestão, continuou como conselheiro da Assemp e é atuante na Associação até os dias atuais.

*A história continua...*

**VIAGENS**

15 a 18/7: Passa Quatro, sul de Minas – hotel Recanto das Hortênsias, pensão completa, festa julina e área de lazer. 24 a 26/8: Vesperata em Diamantina – pousada Relíquia do Tempo. 6 a 9/9: São Lourenço c/ show cover Elvis Presley. IZÔNIA GUIMARÃES  
3412-8864 / 98813-8864

**EXCURSÕES**

Julho: São Lourenço, Caxambu e Baependi com visita a Inhá Chica. 12 a 17/8: Caldas Novas, hotel Hot Springs, pensão completa. Setembro: excursão espiritual – Uberaba com reunião de psicografia e visita à casa de Chico e Araxá com Irmão Tadeu. RENATA NOVAIS  
3466-2621 / 99617-1147

**ALUGA-SE**

Aluga-se uma sala de escritório na avenida Prudente de Moraes. RENI PEIXOTO DE CASTRO  
3227-9375 / 99831-1447

**EXCURSÃO**

Caldas Novas de 21 a 25/7: R\$780,00. Cabo Frio de 6 a 9/9: R\$400,00. Ilhabela/SP de 11 a 16/10: R\$850,00. Faça já sua reserva. MÉRCIA VIEGAS  
3423-7877 / 98650-0901

**MEDITAÇÃO SAHAJA YOGA**

Rua Alvarenga Peixoto, 184. Sábado às 15h e terças às 10h e às 19h. Gratuito e aberto a qualquer idade. GLENY CAMARGO  
3031-6771

**EXCURSÕES**

Julho: São Lourenço, Caxambu e Baependi com visita a Inhá Chica. 12 a 17/8: Caldas Novas, hotel Hot Springs, pensão completa. Setembro: excursão espiritual – Uberaba com reunião de psicografia e visita à casa de Chico e Araxá com Irmão Tadeu. RENATA NOVAIS  
3466-2621 / 99617-1147

**ALUGA-SE**

Alugo espaço para reuniões empresariais, aniversários – colocação de tendas e cadeiras. Espaço livre, excelente ventilação. GLENY CAMARGO  
3031-6771 / 99929-7777

**VENDE-SE**

Vende-se apto – 2 quartos, 2 salas, DCE, vaga de garagem, um quarto com armário, banheiro social com armário no lavabo – 102m². Av. Silva Lobo, 510 – Calafate. R\$260 mil livre para financiamento. VANI A. OLIVEIRA  
3047-1021 / 99209-1779

**VENDE-SE**

Vende-se um apto no Espírito Santo (praia de Jacaraípe) – 4 quartos, 1 sala, 1 banheiro e 1 cozinha – mobiliado. RENI PEIXOTO DE CASTRO  
3227-9375 / 99831-1447

**LIVRO**

“Textos e contextos através dos tempos”. Dos professores Isidro Passos e Roberto Dornas. Coleção de textos e poesias do Brasil e de Portugal, com provérbios, frases de para-choques, dicas de redação, como falar em público e letras da MPB. R\$70. ISIDRO PASSOS  
3444-8089

**VIAGENS**

Junho e julho: Caldas Novas, hospedagem no Centro com pensão completa. Agosto: um dia no Resort, 185,00 com café, almoço e lanche da tarde e todo o lazer. ANTONIA EUSTAQUIA OLIVEIRA  
3496-2952 / 98908-1482

**AULAS**

Aulas de matemática, raciocínio lógico e alfabetização. LUCIENE MÄRZAGÃO  
99163-4001

**VIAGENS**

22 a 24/6: Monte Verde. 13 a 17/7: Festival de inverno em Campos do Jordão. 9 a 12/8: Poços de Caldas, pensão completa R\$860. 13 a 16/9: Grande Hotel Araxá, pensão completa + chá da tarde R\$950,00. Semana da Criança Resort em Angra dos Reis. LUCI COSTA  
3493-0608 / 99989-5253

**REFORÇO ESCOLAR**

Ensino fundamental 1 e 2: Português, Matemática, Ciências (Biologia), Física e Química. Atendo também a domicilio. SANDRA DE FATIMA SILVA  
2535-0010 / 98897-0462

**AULAS**

Aulas de violão, guitarra, baixo e canto. Temos estacionamento pra alunos. Qualquer estilo musical gospel, sertanejo etc. GLENY CAMARGO  
3031-6771 / 99929-7777

**VENDE-SE**

Objetos em bom uso ou novos, roupas infantis e tênis idade até 9 anos. CLEUZA LIMA  
99448-3632 / 98837-5346

**CONTROLE AMBIENTAL**

Faço controle ambiental de formigas, cupins, roedores, traças e baratas em todas as suas espécies e formas. Orçamento sem compromisso. ARNALDO PORTO  
3246-6503 / 98826-5225

**SERVIÇOS CONTÁBEIS**

Acompanhamento contábil: imposto de renda, PF e PJ; Profissional liberal: carnê leão, microempreendedor individual (registro e acompanhamento); empregado doméstico; outros serviços contábeis. NORMA DE OLIVEIRA  
3372-1718

**PSICOLOGIA / PSICANÁLISE**

Atendimento clínico e escolar. Desconto para associados e familiares. Consultório no Santo Agostinho entre Av. Amazonas e do Contorno. NILZA HELENA DE OLIVEIRA  
3291-5851 / 98661-5851

**CARTA DO LEITOR**

“Agradecemos a publicação, na edição 282, da matéria sobre o livro “Por que apagaram as estrelas?”, de Dora de Oliveira. Temos repassado à servidora uma série de contatos e solicitações oriundas da publicação. São ações como estas que ajudam a valorizar o profissional, mostrando a outra face do servidor público municipal. Muito obrigado.”

**Pomar de Ideias Editora**

**SOCIAL**



**A associada Maria do Carmo de Souza completou 83 anos no dia 25 de março. Suas filhas Renata e Juliana e os netos desejam muitas felicidades, saúde e paz! Feliz aniversário!**

**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.



## PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Operação da PF que investiga esquema de corrupção entre empresas alimentícias (BR)	Arte marcial brasileira	Tecido muito fino de algodão Significa "novo", em "neoliberalismo"	Diz-se do estilo de se vestir caracterizado pela simplicidade (pl.) Ray Liotta, ator	Sinal diacrítico (Gram.)	Ocorrência comum no trânsito urbano (pl.)
			(?) Brandão, sambista brasileiro		
Poeta português Pedraço (bras.)		Capa usada em confrarias religiosas		Novak Djokovic, tenista sérvio	
		Infecção no ouvido Desterro			
				"(?) Ching", livro oracular	
Piano desafinado (pop.) 2, em romanos Que tem curta duração		Homônimo Calm; sossegado			Ordem de mamíferos que inclui os símios
			Curso de um rio Nome da letra "H"		
Planta usada na produção de cigarros	Aplana Substância acusada no bafômetro			Apartamento (pop.) Riso, na internet	
			Colocação de largada dos carros, na F1		
Elevada Queijo usado em panquecas		Ser digno de Glândula mamária		Crustáceo apreciado pela carne saborosa	
			(?) Mendes, cineasta inglês		
A escuridão (fig.) Um dos principais destinos turísticos do Chile		Que foi escolhido Internet Protocol			
			Risco Ambiental do Trabalho (sigla)		

BANCO 3/sam. 4/grd. 7/realjo. 8/cambraia. 10/vaparaiso.

55

## JOGO DAS DIFERENÇAS



## SUDOKU

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

Do autor do livro mais vendido em 2017: **Batalha Espiritual**

petra | À venda nas livrarias

### Solução

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

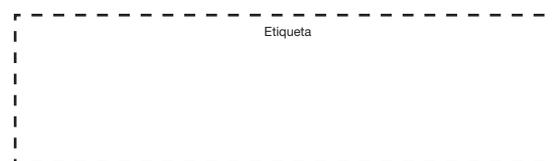
Associação dos Servidores Municipais da Prefeitura de Belo Horizonte  
Rua da Bahia, 1033 - 4º andar/Centro - Belo Horizonte



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



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

Acesse esta e outras edições do jornal no [www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br)

Mala Direta  
Básica

9912292424/2012-DR/MG  
ASSEMP BH MG

