



Aglomeracão digital

Lives movimentam o Mês do Servidor na Assemp

Página 9

Os ganhadores dos sorteios de outubro



Página 3

A Mostra Virtual de Artes Plásticas 2020



Página 8

Assemp: quem gosta, indica



Página 10

Começou Assim: a trajetória de Vanessa Nery



Página 11

MAIS FORTE DO QUE NUNCA

Quem frequenta a Assemp sabe como a entidade se transforma no mês de outubro. Celebrar o mês do servidor sempre foi algo de extrema importância para todos da Associação e os associados sempre retribuíram lotando as atividades e eventos especialmente organizados durante esse período.

Neste ano, pelo contexto que todos já conhecem bem, o trança-trança de pessoas pelos andares da sede foi substituído pelas telas: na impossibilidade dos

eventos presenciais, as comemorações do mês do servidor pularam para o ambiente virtual.

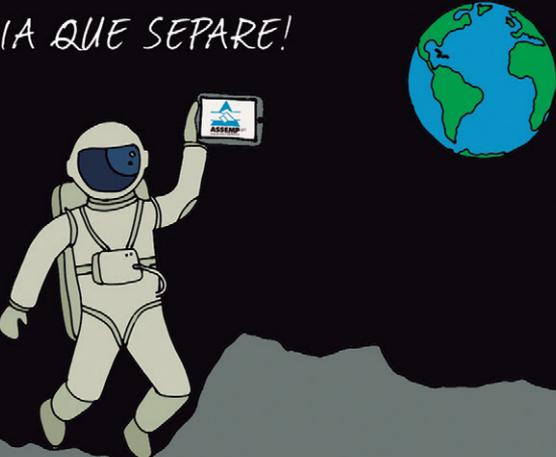
Como toda novidade, a impressão inicial pode ter sido de estranhamento. Contudo, o que ficou claro dessa primeira experiência remota é que a motivação, o interesse e o desejo de participar e estar juntos (ainda que fisicamente distantes) dos associados prevaleceram. Não teve aglomeração no 8º andar, mas teve no Zoom, no YouTube...

A torcida é que, em outubro do ano que vem, todo esse cenário de pandemia esteja superado e que as atividades presenciais voltem a ocorrer como sempre foram, mas a lição que fica é de que, na Assemp, a fraternidade prevalece qualquer que seja a plataforma. Se a força de uma Associação está em seus associados, a Assemp sairá dessa mais forte do que nunca!

Boa leitura!

CHARGE

NÃO HÁ DISTÂNCIA QUE SEPARE!



*ACOMPANHE A ASSEMP
PELAS MÍDIAS DIGITAIS:*

 /ASSEMPBH

 @ASSEMPBHOFICIAL

 /SITEASSEMP

DISSE O PENSADOR

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

“Nada é permanente, exceto a mudança”.
Heráclito de Éfeso, filósofo considerado o pai da Dialética

EXPEDIENTE



Associação dos Servidores Municipais
da Prefeitura de Belo Horizonte
Fundada em 1º/3/58

R. da Bahia, 1033 - 3º, 4º, 5º, 6º, 7º, 8º, 9º, 10º, 12º e 13º andares
CEP: 30.160-905 - Belo Horizonte - MG - (31) 3237-5000
www.assemp.org.br - 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

Berlim Comunicação - (31) 99135-8511
Texto e fotos - Vitor Moreira - Reg. Prof.: 14055/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: 8.500 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.

Entres os meses de abril e setembro, em função da pandemia da Covid-19, o Jornal da Assemp não circulou, sendo substituído nesse período por boletins especiais.

Mês do Servidor com prêmios!

Confiram os associados que participaram de atividades do Mês do Servidor e levaram para casa vales-compras e os professores sorteados com a Cesta Cultural:

Ganhadoras dos vales-compras

- Delza: BM - 81889-9
- Maria de Fátima: BM - 115900-1
- Marise: BM - 408372
- Elineia: BM - 31389-4
- Maria Alice: BM - 83803-2
- Adriana Cristina: BM - 827235
- Maria das Graças: BM - 18336
- Rita de Cassia: BM - 21401-2
- Marli: BM - 27312-4
- Gisele: BM - 100.311-7
- Sílvia: BM - 438840
- Estelamares: BM - 84321-4

Cesta Cultural - sorteio especial do Dia dos Professores

- Cristiane Santos, indicação de Ângela Rezende
- Rosilene de Jesus Correa, indicação de Gislene Correa
- Gilberto Márcio Alves, indicação de Regina Célia S. Alves

O prazo para retirada dos prêmios, na sede da Assemp, são de 30 dias corridos a partir da data de divulgação do resultado. Agendamentos pelo telefone 3237-5014 (WhatsApp).



Mês do Servidor 2020

INFORME PUBLICITÁRIO

MARIA ESTÁ SEMPRE ATENTA A SEU SALÁRIO

Maria e todos os associados da ASSEMP possuem diversos benefícios. Através da parceria com a NAVARRO, ela teve acesso a Produtos com condições EXCLUSIVAS e conseguiu uma GRANDE ECONOMIA

- Portabilidade consignado
- Seguro Automóvel
- Seguro Residencial
- Plano Odontológico
- Seguro de Vida
- Plano Saúde

ENTRE EM CONTATO AGORA

(31) 98467-9845 31 3222-8776
 NAVARROCONSULTORIAECORRETORA.COM

NAVARRO
 CONSULTORIA E CORRETORA DE SEGUROS

ASSEMP
 Parceria desde 1996



INFORME PUBLICITÁRIO

Sua melhor experiência auditiva está aqui bem pertinho de você

A Sonoritã é a sua loja especializada em aparelhos auditivos.

Venha nos conhecer!



- As melhores marcas do mercado;
- Atendimento especializado;
- Condições de pagamento imperdíveis;
- Convênios com condições especiais.



SONORITÃ
 APARELHOS AUDITIVOS

A sua melhor experiência auditiva

Convênio com a ASSEMP
30%
 DE DESCONTO EM ATÉ
12x
 SEM JUROS

Ligue, agende e teste grátis.

(31) 3324 1002
 (31) 99872 1006

sonoritaaparelhosauditivos.com.br

f /sonoritaaparelhosauditivos @sonoritaaparelhosauditivos

Av. Olegário Maciel 2146 (ao lado da Praça da Assembléia)

O que o Jurídico da Assemp pode fazer por você

Como atuam as áreas de Direito Público e Privado na Associação

Dentro da programação do Mês do Servidor, nos dias 06 e 20 de outubro foram realizadas *lives* com advogados do setor Jurídico da Assemp, que falaram sobre as formas de atuação, as principais demandas que são apresentadas e tiraram dúvidas dos participantes.

A *live* do dia 06, com as advogadas Priscila Reis e Mariana Elisa, teve como foco a área de Direito Público, ou seja, aquelas ações relacionadas ao vínculo do associado com a PBH. Priscila apresentou alguns dos temas que chegam com mais recorrência ao setor: "férias-prêmio pelo período celetista, progressões por escolaridade que foram indeferidas, revisões de aposentadoria, mandados de segurança por demora na resposta de processos administrativos, reconhecimento de tempo de direção para aposentadoria especial de professor, descontos indevidos etc", listou. Já Mariana complementou abordando uma questão que, segundo ela, não é tão corriqueira, mas decorre de mudança recente na legislação e deve ser ponto de atenção: "Salvas as exceções, no município não é mais permitida a conversão de férias-prêmio em pecúnia, e esse direito deve ser usufruído até a aposentadoria, sob pena de perdimento. Por isso, servidores que estão se programando para uma eventual aposentadoria devem nos procurar para orientações", esclareceu.

DIREITO PRIVADO

Se o Direito Público trata da relação do associado com a Prefeitura, o Direito Público aborda as "relações horizontais, geralmente entre particulares", segundo explicou a advogada Renata Klainy na *live* do dia 20. Ela e o advogado Alex Fernandes foram os responsáveis por apresentar e falar do



trabalho desse setor do Jurídico da Assemp. Entre as principais ações com as quais lidam diariamente, os advogados listaram divórcio, guarda de menores, pensão alimentícia, curatela, direito do consumidor, inventários consensuais, direito imobiliário e pedido de medicamentos.

Dentro dos desdobramentos da pandemia, Renata também falou de questões envolvendo cancelamentos de shows e viagens e os direitos dos consumidores em cada uma dessas situações.

Mais do que abordar as principais demandas jurídicas, contudo, Alex fez uma importante ressalva (também salientada na *live* anterior pela advogada Priscila Reis): "As pessoas devem pensar no Jurídico não apenas quando surge a necessidade de uma ação, mas também como assessoria consultiva. Estamos lá para dar orientações, tirar dúvidas e buscar evitar desdobramentos negativos", explicou.

RETORNO DO ATENDIMENTO PRESENCIAL

Desde o dia 03 de novembro o setor Jurídico da Assemp retomou os atendimentos presenciais na sede. Os atendimentos só serão realizados, contudo, mediante agendamento prévio, por telefone ou WhatsApp. Será realizado um controle de entrada na portaria e só aqueles que tiverem horário agendado poderão acessar o terceiro andar. Além disso, aplicam-se outras recomendações gerais de segurança sanitária: uso obrigatório de máscara, presen-

ça de acompanhante só em caso de necessidade comprovada, pagamento preferencialmente no cartão, no máximo três pessoas por vez no elevador. Os contatos para agendamento são:

 - Telefone: (31) 3237-5040

 - Telefone e WhatsApp: (31) 98477-5683

A Educação está doente

Docentes são o grupo que mais busca atendimento psicológico na Assemp

Percentualmente, os professores sempre foram o grupo que mais busca o atendimento psicológico na Assemp. Segundo o psicólogo Cássio Viana, fatores como a falta de boas condições de trabalho e o ambiente hostil, já que o contexto de violência social que vivemos reflete-se nas escolas, ajudam a explicar esse fato.

Com a pandemia de Covid-19, esse cenário se agravou. "O desgaste pelo caráter súbito e imprevisível da doença gerou um adoecimento coletivo severo. No caso dos professores, isso se somou a uma sensação de desamparo com a privação da interação em sala de aula e a necessidade de se adaptar ao ensino

remoto sem qualquer preparo prévio", pontua Cássio.

Mas, uma vez que essa realidade está posta, o que é possível fazer? O psicólogo da Assemp sugere algumas medidas:

- Evite a exposição excessiva ao celular/internet;
- Inclua atividades físicas na sua rotina;
- Cuide de seu sono e alimentação;
- Não se cobre tanto;
- Não deixe de expressar seus sentimentos.



90%

foi o aumento de casos de depressão nos dois primeiros meses da pandemia*

28%

dos professores avaliam sua saúde emocional como ruim ou péssima**

*Pesquisa realizada pela UERJ

**Pesquisa realizada pela Revista Nova Escola

Música, literatura e poesia

Mês do Servidor também abriu espaço para a arte cantada e falada

“Porque o passado me traz uma lembrança / Do tempo que eu era criança / E o medo era motivo de choro / Desculpa pra um abraço ou um consolo”. Quem gosta de MPB provavelmente reconhece esses versos, trecho da música Poema, famosa na voz de Ney Matogrosso. A letra dessa composição, originalmente, era mesmo um poema, que Cazuzza escreveu para a avó materna. Somente muitos anos mais tarde é que ela foi musicada por Frejat e gravada.

A curiosidade acima foi uma das muitas contadas na *live* Música e Literatura, mais uma das diversas atividades que a Assemp promoveu no Mês do Servidor. Essa foi a terceira edição do projeto, que nasceu em 2019: o músico Adriano Fernandes interpreta canções na voz e violão e as músicas são sempre intercaladas com curiosidades sobre a composição e a relação que guardam com a literatura, relatadas pelo bibliotecário da Assemp, Marconne Resende, e pelo analista de Comunicação René Filipe.

Para quem não teve oportunidade de ver ao vivo, a gravação está disponível no canal da Assemp no YouTube:

<http://youtube.com/siteassemp>.



SARAU

Poesia pode ser apreciada de diferentes formas. No dia 21 de outubro o bibliotecário Marconne Resende também conduziu um sarau com associados e funcionários. Por videoconferência, os participantes puderam, livremente, declamar seus poemas preferidos e falar de como eles os tocam.

PNL e a boa comunicação

Quais os mínimos elementos para se estabelecer um bom diálogo?

A Programação Neurolinguística (PNL) é uma área de conhecimento que busca entender o funcionamento do ser humano e suas relações. Dentro dessa perspectiva, a PNL oferece caminhos e técnicas que podem ser aplicadas na vida pessoal, no trabalho, no relacionamento etc.

A convite do Instituto de Defesa da Cidadania e Transparência, a trainer e terapeuta em PNL Kátia Lima ministrou palestra abordando os mínimos elementos para se comunicar bem com outra pessoa. Kátia listou sete pontos, confira um resumo deles:



O SER HUMANO E A REALIDADE

É preciso ter consciência de que o ser humano não lida com a realidade, mas com representações formadas a partir de crenças, critérios e visões de mundo pessoais.

SEJA CONGRUENTE

Você deve estar completamente de acordo com o que comunica.

LIDE BEM COM ERROS

Mal-entendidos são naturais e buscar culpados não leva a lugar nenhum.

TENHA FLEXIBILIDADE

O bom comunicador precisa ter flexibilidade para alterar sua comu-

nicção até que alcance o resultado desejado.

FOQUE NA PESSOA

Olhos atentos, ouvidos apurados e coração aberto.

BOAS RELAÇÕES HIERÁRQUICAS

Todos os membros de um grupo social devem saber quem é referência de quem. Se há dúvida, haverá problemas.

CONSIDERE OS PONTOS DE VISTA

Quando estamos presos no nosso ponto de vista, a comunicação fica muito difícil. É preciso ter empatia para adotar e entender as ideias do outro.

Conhecendo a Constelação Familiar

Terapia aborda questões pessoais a partir das dinâmicas familiares

Qual a carga emocional que carregamos através das gerações e que molda nossos comportamentos? Bem mais que o nosso consciente é capaz de perceber, segundo os princípios da Constelação Sistêmica Familiar. Essa terapia de curto prazo busca jogar luz sobre dinâmicas familiares que estão no subconsciente para auxiliar as pessoas em processos de mudança. “Tudo muda quando nós mudamos, porque geramos um campo diferente ao nosso redor”, detalha a terapeuta familiar Rociane Lopes.

A profissional explica que a constelação oferece uma abordagem a partir das relações e que pode ser aplicada a diferentes aspectos da vida: dinâmicas familiares, carreira,

questões financeiras, relacionamentos conjugais etc. A terapia pode ser individual ou em grupo, indicada a partir dos 15 anos, e lida com elementos lúdicos – como bonecos – como instrumentos de trabalho.

AS LEIS SISTÊMICAS

A Constelação foi criada pelo terapeuta alemão Bert Hellinger. Ele formulou três leis para a vivência harmoniosa:

- Lei do pertencimento: todos que nasceram na família têm direito de pertencer, ninguém pode ser excluído.
- Lei da hierarquia: no sistema, quem vem primeiro é maior e isso deve ser respeitado.
- Lei do equilíbrio entre o dar e o tomar: toda troca deve ser harmoniosa.



QUER SABER MAIS?

A live que a Assemp realizou com a terapeuta Rociane Lopes está disponível no canal da Associação no YouTube:

youtube.com/siteassemp.

Aposentadoria e qualidade de vida

Envelhecer e se aposentar estão longe de significar fim da linha

O IBGE atesta: em 2035, o Brasil terá mais idosos do que crianças em sua população. Isso se deve, em grande parte, ao aumento da expectativa de vida: “Vivemos, em média, 34 anos a mais do que nossos bisavós viviam”, ressalta a assistente social da Assemp Luciana Brunelli. Ela e a coordenadora do setor, a também assistente social Cida Alves, falaram aos associados em uma *live* sobre o processo de envelhecimento e o momento da aposentadoria.



Foto registrada antes da pandemia e das orientações de distanciamento social

um servidor ativo para ser um servidor com vida ativa”, salienta Cida.

Lidando diariamente com associados nessa situação, as duas explicam que o turbilhão de sentimentos causado pela aposentadoria é normal, mas o mais importante é focar nas potencialidades: “É um momento de novas oportunidades, novos papéis, novos talentos, de realizar sonhos”, afirma

o processo de envelhecimento e o momento da aposentadoria.

“São temas que precisamos ressig-

nificar. Aposentadoria não é final de linha. Nos aposentamos do trabalho, não da vida. Digo que é deixar de ser

Cida. “E a Assemp é uma grande parceira também nesse momento”, complementa Luciana.

PARA QUEM TEM MAIS DE 65 ANOS

Veja algumas dicas da escritora Ivone Boechat compartilhadas pela Cida na *live*:

- Tome posse de sua maturidade: você é o protagonista da sua vida;
- Perdoe a si mesmo: poupe as pessoas de suas memórias ruins;
- Não fique se arriscando com cirurgias rejuvenescedoras: aceite sua maturidade;
- Use seu dinheiro com critério: nem esbanje nem guarde em excesso;
- A maturidade não te dá o direito de ser mal educado.

E o Mês do Servidor ainda teve...

- ATENDIMENTO NUTRICIONAL
- TARDE CULTURAL ASSEMP/IDCT



OFICINA DE XADREZ



BAILE DE GALA

No total, foram

8

lives

+500

participações
ao vivo

+2.500

visualizações nas
mídias digitais



A ASSEMP CONTINUA COM _____
INTENSA E VARIADA PROGRAMAÇÃO ON-LINE!
 DEBATES, AULAS, OFICINAS E MUITO MAIS.
 CONFIRA A PROGRAMAÇÃO NAS _____
REDES SOCIAIS DA ASSOCIAÇÃO

A arte prevaleceu

Mostra virtual exhibe trabalhos produzidos por associados ao longo de 2020

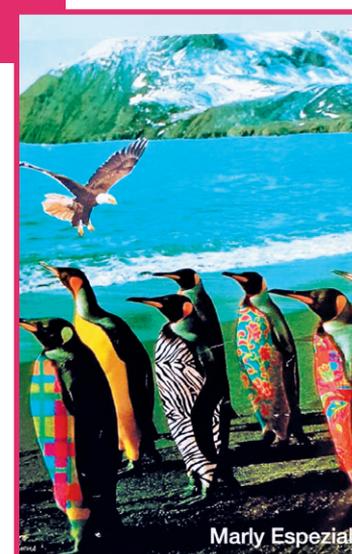


Assim como outras ações da Assemp, a tradicional Mostra de Artes Plásticas também migrou para o ambiente virtual neste ano. Confira alguns dos trabalhos realizados de abril a outubro pelas

alunas das oficinas de Eco Artes (Suely Pimentel), Artes Plásticas (Nara Hauck e Camila Moreira), Pintura em Tecido (Carmen) e Tricô, Crochê e Bordado (Maria Luiza).

EXPOSIÇÃO VIRTUAL

Para conhecer a exposição completa, acesse o site <https://siteassemp.wixsite.com/exposicao2020>.



Assemp e IDCT promovem



“ Descomplicando o Enem ”

Curso on-line gratuito, em módulos, abordando de forma objetiva e criativa os principais tópicos do **Exame Nacional do Ensino Médio.**

Informações/inscrições:
☎ **99993-5757**




Extensivo a dependentes e agregados

A BIBLIOTECA DA ASSEMP ESTÁ FUNCIONANDO!



Atendimento aos associados às terças e quintas, mediante agendamento. Envie uma mensagem ou ligue para o WhatsApp da Biblioteca:

3237-5014



INFORME PUBLICITÁRIO

INFORME PUBLICITÁRIO



VOCE PILATES & ASSEMP
PARCERIA

CONTE COM O SUBSÍDIO PARA ASSOCIADOS ASSEMP
VAGAS ABERTAS

RESSALVE
FISIOTERAPIA E PILOATES

R. DA BAHIA, 1033 - 13º ANDAR - CENTRO, BELO HORIZONTE - MG, 30160-011

A Ressalve, clínica especializada no Pilates, está de portas abertas realizando os atendimentos presenciais com toda segurança, controle e cuidados exigidos pelos órgãos competentes de saúde.

Na Ressalve, utilizamos todas as técnicas do Pilates voltadas para a correção postural, sendo adaptadas para todos os públicos e à sua capacidade física. Acompanhamento personalizado com Fisioterapeutas, objetivando sempre a prevenção e a reabilitação completa de todos!

Reafirmando a parceria de grande sucesso, a ASSEMP oferece aos seus associados o subsídio para realizar o Pilates na clínica Ressalve.

Vagas disponíveis para os associados com o subsídio da ASSEMP e também para os interessados do público em geral.

Venha fazer Pilates com excelência nos atendimentos, segurança e se surpreenda com o ganho de qualidade de vida e saúde!

RUA DA BAHIA 1033 - 13º ANDAR (mesmo prédio da sede da ASSEMP).
Nossos telefones: (31) 3142-7444 ou (31) 99346-1677

RESSALVE / DIVULGAÇÃO

Preserve o que você tem de mais precioso!

Veja com a Joaf como ter a melhor proteção financeira para você e sua família

SEGURALTA
SEGUROS - CONSÓRCIOS - PREVIDÊNCIA

Franqueada BH

joaf
CORRETORA DE SEGUROS

E MAIS:

- PREVIDÊNCIA PRIVADA
- CONSÓRCIOS
- SEGURO RESIDENCIAL
- SEGURO AUTO
- RESPONS. CIVIL

Allianz | SulAmérica | Liberty Seguros | PORTO SEGURO | ZURICH | TOKIO MARINE SEGURADORA

PARCEIRA CREDENCIADA

Faça sua cotação

☎ (31) 99586-9994*
☎ (31) 99923-4451*
wilcler.bh@seguralta.com.br
wilclerbh.seguralta.com.br



*Telefones exclusivos para WhatsApp. Não atendemos chamadas de voz e vídeo.

JOAF / DIVULGAÇÃO

Fale com a Ouvidoria

Nesse período de pandemia muitas adaptações e ajustes foram necessários, por isso a Ouvidoria da Assemp quer saber: como você está avaliando o atendimento on-line da Associação? Entre em contato e registre seus elogios, sugestões ou reclamações. Pode ser pelo e-mail ouvidoria@assemp.org.br ou pelo WhatsApp **98422-8160**.



Atendimento nutricional

A nutricionista Camila Silva, parceira da Assemp que oferece atendimentos por meio de convênio subsidiado, retomou as consultas presenciais neste mês de novembro. A profissional atende em consultório que fica no 6º andar da Associação. Interessados já podem agendar seus horários pelo **3237-5000** ou **98476-8200** (WhatsApp).







Assemp:

conheço, confio, indico!

A força de uma Associação se faz pelo coletivo. Se você já é associado e gosta da Assemp, que tal indicá-la para um amigo?
Ganha ele, ganha você, ganham todos!

Informações:

- ✉ relacionamento@assemp.org.br
- ☎ **3237-5000**
- 📞 **98422-8160 (WhatsApp)**

Também é possível fazer sua adesão on-line pelo site www.assemp.org.br.



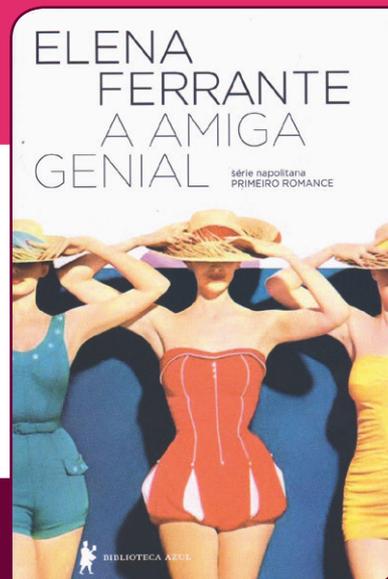
DICA DE LEITURA

Pelo bibliotecário da Assemp, Marconne Resende

A AMIGA GENIAL

A Amiga Genial é o primeiro livro da tetralogia "Napolitana" e foi escrito pela italiana Elena Ferrante, autora que nunca revelou seu rosto e nem o verdadeiro nome ao mundo. O livro conta a história de duas meninas: Elena, protagonista e narradora do livro, e sua amiga Lila. Ambas vivem em um bairro pobre de Nápoles, sul da Itália, na década de 1950. Uma forte amizade se desenvolve entre brigas e abraços, alegrias e tristezas, num período marcado pelo pós-guerra.

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



O início de uma jornada

Há menos de dois meses na PBH, Vanessa Nery fala da missão como servidora

Vanessa Reis Nery vem de uma família de advogados. Ela mesma formou-se em Direito pela Faculdade Milton Campos e chegou a exercer a profissão por seis anos, mas o chamado do serviço público foi mais forte: “Sempre tive admiração por essa carreira. Acredito que o servidor público exerce uma das atividades mais importantes na sociedade”, destaca.

Ainda que a motivação fosse latente, a convocação veio de surpresa. Vanessa prestou concurso em 2015, mas a convocação só veio há pouco mais de um mês, no meio do período de pandemia. A profissional

assumiu o cargo de agente executivo governamental na Subsecretaria de Gestão Previdenciária e, desde então, vem exercendo suas funções em teletrabalho. “Ainda não foi possível me reunir presencialmente com meus colegas, mas minha gerente foi muito cuidadosa em realizar uma reunião on-line para que eu conhecesse toda a equipe, e todos foram extremamente gentis e acolhedores. Minha expectativa, agora, é de conseguir realizar o melhor trabalho possível e contribuir para o desenvolvimento da nossa cidade”, ressalta.



VELHA CONHECIDA

Apesar de ser servidora há menos de dois meses, Vanessa já conhecia a Assemp há mais tempo: “Tenho conhecidos que trabalham na PBH e sempre me contaram das atividades que a Associação promove”, explica.

Um dos principais serviços que atraiu Vanessa foi o plano de saúde, mas ela conta que também deseja participar de outras atividades, como yoga, oficina de artes plásticas e atendimento de podologia.

a b
+ c

NOSSA LÍNGUA

DICAS DO CENTRO DE CAPACITAÇÃO
ASSEMP/IDCT SOBRE DÚVIDAS DA LÍNGUA
PORTUGUESA

A fim ou afim?

A fim é uma locução prepositiva que indica objetivo. É o que devemos utilizar quando queremos dizer que estamos interessados em algo.

Afim é um adjetivo, sinônimo de “semelhante”.

Exemplos:

- Estou **a fim** de ver um filme hoje.
(estou interessado)
- Colocou a máscara **a fim** de se proteger.
(com o objetivo)
- Política e Filosofia são áreas **afins**.
(semelhantes)

Para informações sobre cursos
do Espaço Assemp/IDCT, acesse:
<https://ccap.idct.org.br>

INFORME PUBLICITÁRIO

Colchão Magnético Terapêutico

Viva bem, dormindo melhor!

DIRETO DE FÁBRICA

IDEALMEDIC
Colchão Terapêutico



Previne contra

Dores na coluna, câimbras, varizes e dormências.

**Tecnologia do Infravermelho Longo,
Vibroterapia e Energia Quântica.**

Acorde renovado e melhore
sua qualidade de vida!

www.sonoideal.com

Agende uma
demonstração



31 99206-3043



PRODUTO CERTIFICADO



PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Punição aplicada à criança travessa		1 (?): 1.000 gigas (red.)		Evento esportivo do Rio em 2016	"Cada (?) com seu igual" (dito)	Nair de Tefé, pioneira da caricatura	Período de viagens e folga no trabalho
Cerimônia que teve erro grave em 2017							Máquina usada na Revolução Industrial
Encontrar-se prestes a descobrir algo (p. ext)							
						Cartilagem da articulação do joelho	
Antena (?), aparato de celulares				Gema que reflete as cores do arco-íris			Adquirir Unidade do gado bovino
Arranca					Não acerta (?) H: o momento decisivo		
							Gritaria coletiva de protesto
Passagem estreita		Único celular com sistema iOS (ing.)					
"Início", em "eolítico"							
Peças de identificação em microfones	Como a atriz pornô representa	Lula ou mexilhão (Cul.)					
							Antigo produto da indústria fonográfica
Base numérica da civilização sumeriana					Comer o jantar		
					Nevoeiro londrino		
Oswaldo Aranha, político gaúcho		Nativa da ilha onde nasceu Napoleão		Ofício de Flávia Saraiva			Queijo com baixo teor de gordura
Estatuto do (?), lei de 1980 (BR)	Linguagem cifrada					Catálogo	
	Material de pintura					Estilo de rock melódico	
(?) Guimarães, apresentadora de TV					Objeto de estudo da Metafísica (Filos.)		Na companhia de Filme de Kurosawa
				Onomatopeia da voz do cachorro		Extensão de sites de instituições	
Cultura da Zona da Mata nordestina		Prudente; ponderada					
Responsabilidade Técnica (abrev.)							
Do mesmo signo de Ary Fontoura e Djavan							

BANCO 3/foq — ran. 5/corsa. 6/phone. 8/canoplas.

59



CLASSIFICADOS

CONTROLE AMBIENTAL

Faço controle de pragas: cupins, baratas, traças, formigas e roedores. Inseticidas sem cheiro, não é necessário sair de casa.
ARNALDO – 98826-5225

PSICOLOGIA/PSICANÁLISE

Desconto para associados e familiares. Agora com atendimento on-line, por WhatsApp ou Skype. Agende uma entrevista.
NILZA – 98661-5851

VENDE-SE

Casa no bairro Caiçara com barracão, ótima localização, próximo aos supermercados BH e Carrefour. Direto com a proprietária.
LAUDICI – 99657-0225

EXCURSÕES

Nov: Resende Costa – R\$130,00. Jan: Lambari Hotel Fazenda c/ parque aquático, churrasco e jantar dançante.
WANDA – 3466-2621 / 99617-1147

TRANÇAS

Quer mudar o visual? Venha trançar seu cabelo: Nagô, Tiaras, Boxeadora, Box Braid com Jumbo ou Linha.
LUCIA – 98729-0928

BRECHÓ ON-LINE

Roupas, acessórios, calçados, bolsas. Novos, seminovos, usados em excelente estado. Marcas como Guess, Arezzo, Zara, US Polo etc. Instagram: @a_apporte_brecho.
GLÍCIA

ODONTOLOGIA

Clínica geral, clareamento, ortodontia, im-plantes, próteses, odontopediatria, radiologia. Descontos p/ associados e familiares.
ANA LUÍSA – 4101-9428 / 99911-8196



SOCIAL



Novembro é mês de aniversário tripla no Núcleo de Convivência: a Jack e o Wendel sopram velinhas no dia 20 e a Andreia no dia 26! Parabéns aos três!

PASSATEMPOS COQUETEL: OS MAIS VARIADOS FORMATOS E NÍVEIS PARA VOCÊ

COQUETEL
revistascoquetel
@coquetel
www.coquetel.com.br
#FAÇAQUETEL

Solução

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

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
Básica

9912292424/2012-DR/MG
ASSEMP BH MG



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