



Jornal da ASSEMP

Porta-voz do Servidor

Mala Direta
Básica

9912292424/2012-DR/MG
ASSEMP BH MG



Associação dos Servidores Municipais da PBH | www.assemp.org.br | Edição 325 | Setembro de 2022

Em defesa dos ASSOCIADOS

*Aposentados, pensionistas e servidores da ativa podem sempre
contar com a Assemp na garantia de seus direitos*

Página 3

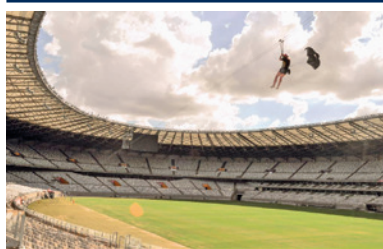


**Aposentados não
têm comparecido
para a prova de vida**



Página 5

**Onde se aventurar
em BH e
proximidades**



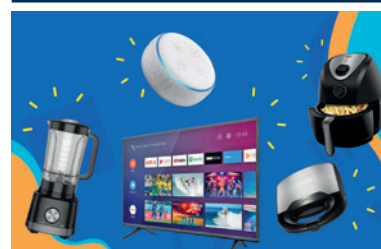
Página 6

**Assemp agora também
aceita pagamentos
por Pix QR Code**



Página 7

**Vem aí o Mês do
Servidor 2022 com
muitos prêmios**



Página 10

A HISTÓRIA SE REPETE

O Jornal da Assemp traz em sua reportagem de capa um assunto que tem conexão direta com as origens da Associação e, portanto, muito caro aos que hoje têm a responsabilidade de conduzir a entidade: os direitos dos aposentados.

A Associação dos Funcionários Aposentados da Prefeitura (Afap, anos mais tarde, Assemp) surgiu em 1958 com um único objetivo, reivindicar a paridade salarial entre servidores da ativa e in-

ativos. Objetivo cumprido, aquele grupo de servidores logo compreendeu a importância do coletivo, almejou voos mais altos e o resto é história.

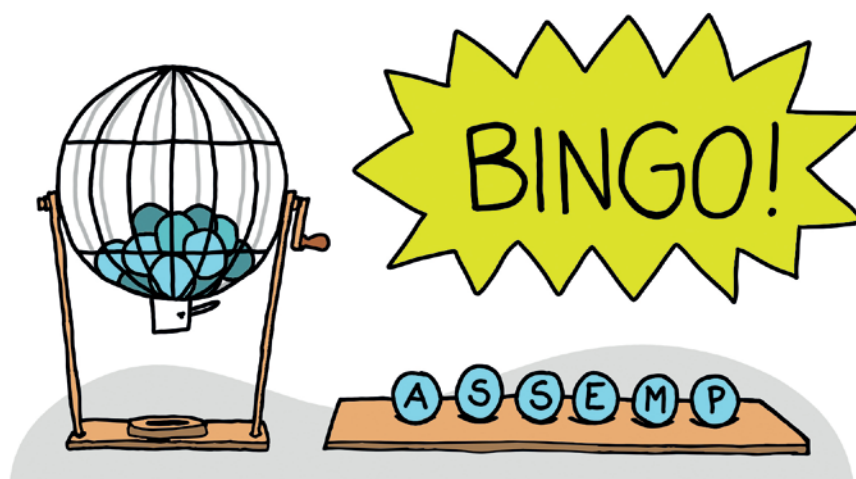
Agora, 64 anos depois, o enredo parece se repetir. Progressões previstas na lei que concede reajuste salarial aos trabalhadores da Educação desconsideraram os aposentados e pensionistas com paridade, causando bastante insatisfação na categoria. A Assemp, sempre ciosa de sua missão, mobilizou seu

departamento Jurídico, já a postos para prestar assistência a todos os associados que estão sendo prejudicados.

No mais, a entidade segue buscando formas de inovar e beneficiar seus associados, já planejando as atrações do Mês do Servidor, implementando o pagamento via Pix QR Code, oferecendo cursos de capacitação em parceria com o IDCT. Esperamos que gostem do que preparamos para esta edição!

Boa leitura.

CHARGE



DISSE O PENSADOR

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

*“Viva como se você fosse morrer amanhã.
Aprenda como se você fosse viver para sempre.”*

Mahatma Gandhi, 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, 7º, 8º, 9º, 10º, 12º e 13º andares
CEP: 30.160-905 - Belo Horizonte - MG - (31) 3237-5000
www.assemp.org.br

Presidente de Honra - Dr. Celso Mello de Azevedo

Presidente - Anselmo Horta Nassif
Vice-presidente - Maurício Albino de Almeida
2ª vice-presidente - Maristela Teixeira de Oliveira
Diretor financeiro - Horaldo de Oliveira Santos
Presidente do Conselho Administrativo - Carlos Alberto de Oliveira
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) 99135-8511
Texto e fotos - Vitor Moreira - Reg. Prof.: 14055/MG
Diagramação - Roberto Romanelli
Imagens de banco - br.freepik.com

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

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

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

Lei de reajuste da Educação entra em vigor

Texto, porém, é criticado por ferir paridade entre ativos e inativos

No final de julho foi publicada a Lei 11.381/2022, que concede reajustes e progressões aos servidores municipais da Educação. O texto era o único ainda em tramitação referente à campanha salarial deste ano do funcionalismo público da capital.

Assim como negociado com as demais categorias, os servidores da Educação receberam reajuste de 11,77% em seus salários: 5% na folha de agosto (com retroativo a julho) e 6,45% na folha de novembro.

A Lei também equipara as carreiras dos professores da Educação Infantil e da Educação Fundamen-

tal, que passam a se iniciar no nível 8. Os níveis 3 a 7 foram extintos e todos os trabalhadores – ativos, aposentados e pensionistas – que estavam nesses níveis foram reequadrados. Segundo o sindicato da categoria, a medida é uma estratégia da Prefeitura para cumprir a Lei do Piso sem aplicar o reajuste no primeiro nível da carreira. Contudo, o SindREDE viu como positiva a inclusão na lei de novos níveis de vencimentos: 27 e 28 para professores do Ensino Fundamental e 25 a 28 para professores da Educação Infantil, o que evita um achatamento ainda maior das carreiras.

PROGRESSÃO E PARIDADE

Outra questão prevista no texto, mas fonte de muita polêmica, é a concessão de progressões aos professores da ativa que tenham curso superior, desconsiderando os aposentados com paridade. A Lei 11.381/2022 determina que os professores da Educação Infantil e do Ensino Fundamental que tenham concluído curso superior e estejam em efetivo exercício receberão, excepcionalmente, duas progressões profissionais. Ainda, para ajuste da remuneração dos servidores ao piso da categoria, determina que serão concedidos mais dois níveis aos professores da Educação In-

fantil. Por fim, para os demais servidores da educação (Técnico Superior de Educação, Bibliotecário Escolar, Assistente Administrativo Educacional e Auxiliar de Escola), a lei determina que também serão concedidas progressões.

Segundo o setor Jurídico da Assemp, fica claro que as progressões referidas na nova lei, previstas apenas para os servidores ativos, estão sendo concedidas em uma tentativa da PBH de cumprir a lei nacional do piso, sem contemplar os aposentados e pensionistas com paridade, causando-lhes graves prejuízos.

AJUIZAMENTO DE AÇÕES

O Jurídico da Assemp ajuizará ações individuais para buscar garantir os direitos dos aposentados e pensionistas do Magistério com paridade. Os interessados que se enquadrem devem reunir cópias da seguinte documentação:

- documentos pessoais (CPF e RG);
- comprovante de residência em Belo Horizonte, em nome próprio, atualizado;
- três últimos contracheques;
- classificação do servidor (CA02);
- fichas financeiras dos últimos cinco anos;
- cópia do ato de aposentadoria (publicado no DOM) OU cópia do processo de aposentadoria;
- cópia de comprovação de título de escolaridade superior exigido pelo cargo. (histórico de progressão OU classificação do servidor CA02 OU publicação do DOM da progressão por escolaridade OU certificado).

Haverá um plantão jurídico no dia 15 de setembro (quinta-feira), de 13h às 15h, exclusivo para atendimento a associados que queiram tirar dúvidas ou receber esclarecimentos sobre a questão.

Agendamento prévio obrigatório pelos contatos: 3237-5040/98477-5683.



Conversão de tempo de atividade especial



Todo o trabalhador submetido, durante a sua jornada laboral, a condições especiais que prejudiquem sua saúde ou integridade física possuem o direito à conversão do tempo de serviço prestado sob condições especiais para comum. A conversão representa uma espécie de bônus no tempo de contribuição: aumento de 40% para homens e de 20% para mulheres.

A caracterização e a comprovação do tempo de atividade sob condições especiais obedecerão ao disposto na legislação em vigor na época da prestação do serviço. Em regra, o enquadramento como especial para o período até

28/04/1995 (Lei 9.032/95) pode ocorrer por categoria profissional ou pela comprovação da exposição a agentes nocivos. Para o período de 29/04/1995 a 05/03/1997 (Lei 9.527/97 e Decreto 2.172/97) a comprovação da efetiva exposição aos agentes nocivos pode ser feita por meio de formulários expedidos pela empresa. E, por fim, a partir de 01/01/2004 em diante, o único formulário válido é o PPP (Perfil Profissiográfico Previdenciário), que reúne dados administrativos, registros ambientais e resultados de monitoração biológica durante todo o período em que houve o exercício de atividades especiais.

A boa notícia é que o Supremo Tribunal Federal decidiu ser possível aplicar as regras de contagem diferenciada de tempo de serviço para os servidores públicos que exercem suas atividades sob condições especiais.

Servidores que tiveram parte do tempo de trabalho exercido sob condições especiais, se aposentaram, mas não conseguiram atingir o número de anos necessários para obter a aposentadoria especial terão direito a revisões. A decisão também pode beneficiar aqueles que não conseguiram se aposentar por não ter sido possível a conversão de tempo especial em comum.

Agende seu horário no Setor Jurídico para analisar sua situação: 3237-5040 ou pelo WhatsApp 98477-5683.

NOTAS

Restituição do IR

A Receita Federal liberou, no dia 31 de agosto, o quarto e penúltimo lote de restituições do Imposto de Renda Pessoa Física 2022. Segundo o órgão, serão R\$6 bilhões destinados a cerca de 4,5 milhões de contribuintes. Boa notícia, mas fique atento para não ser vítima de golpes muito comuns nesse período de pagamento de restituição!

Dose adicional para imunossuprimidos

A Prefeitura de Belo Horizonte convocou moradores da capital com alto grau de imunossupressão para receber mais uma dose da vacina contra a Covid-19. O público com 18 anos ou mais receberá a quinta dose, enquanto adolescentes de 12 a 17 anos receberão a quarta dose. Podem se vacinar aqueles que receberam a última dose há, pelo menos, quatro meses.



AGENDA CULTURAL

CONFIRA ALGUMAS DAS
OPÇÕES CULTURAIS DE BH EM SETEMBRO!



10 e
11/09

Teatro para quem não gosta, com Marcelo Médici
Local: Teatro Sesiminas



18/09

Sensacional! Celebra – Gilberto Gil e Mayra Andrade
Local: Mineirão



23 e
24/09

Roberto Carlos
Local: Expominas



25 e
26/09

Stand-up Afonso Padilha
Local: Sesc Palladium



27 a
30/09

Grupo Galpão 40 anos – “Nós”
Local: Centro Cultural Unimed-BH

Prova de vida: não perca o prazo!

Aposentados e pensionistas devem se apresentar sempre no mês de seu aniversário

Um levantamento divulgado pela PBH no fim de agosto informou que cerca de 50% dos aposentados e pensionistas esperados naquele mês não compareceram para fazer a prova de vida. O procedimento é obrigatório e quem não cumpre o prazo tem o pagamento dos benefícios suspensos.

A prova de vida deve ser feita pelo aposentado ou pensionista anualmente, sempre no mês de seu aniversário. Por causa da pandemia, o procedimento ficou suspenso por um bom tempo e só foi

retomado em maio deste ano. Desde então, segundo a PBH, cerca de 270 pessoas que perderam o prazo já tiveram seus proventos bloquea-

dos. Vale lembrar que aposentados e pensionistas nascidos de janeiro a abril ficaram desobrigados da prova de vida este ano, mas precisarão comparecer em 2023.

Para realizar a prova de vida, o beneficiário deve se dirigir a qualquer agência ou posto de atendimento do Bradesco. O procedimento pode ser feito diretamente no caixa eletrônico, mas quem não tem biometria cadastrada ou tiver qualquer dificuldade pode procurar a equipe de atendimento da agência, apresentando RG e CPF.



DÚVIDAS?

Mais informações estão disponíveis no site da Prefeitura (pbh.gov.br) ou é possível, também, entrar em contato pelo e-mail previdenciacomunica@pbh.gov.br.

Mais ônibus nas ruas

Prefeitura faz balanço do primeiro mês de aumento no número de viagens

Fonte de reclamações constantes da população de Belo Horizonte desde o ano passado, quando o cotidiano retomou um certo ar de “normalidade”, a oferta de ônibus na capital finalmente foi ampliada. Segundo a PBH, em balanço divulgado no fim de agosto, o aumento no número de viagens diárias foi de cerca de 30%, saltando de 16.799 viagens por dia para mais de 22 mil. O documento também registra que 97% das linhas da cidade tiveram seu quadro ampliado em dias úteis, além de aumento de 95% nos sábados e 98% aos domingos.

O aumento é resultado de um aporte financeiro da PBH às concessionárias de ônibus na cidade. A autorização do subsídio veio por meio da lei 11.367/2022, assinada pelo prefeito Fuad Noman. A legislação autorizou o repasse de R\$ 237,5 milhões às empresas, em 12 parcelas, tendo como contrapartidas a garantia de um número mínimo diário de viagens e o congelamento das tarifas até março de 2023.



FOTO: BRENO PATIARO/PBH

CANAL DE RECLAMAÇÕES E SUGESTÕES

Desde julho a Superintendência de Mobilidade (Sumob) – criada para substituir a BHTrans – recebe reclamações e sugestões sobre o transporte público por um canal de atendimento no WhatsApp. As demandas podem ser encaminhadas pelo (31) 98472-5715, informando o número da linha, número do veículo, data, horário e breve relato do ocorrido para registrar sua reclamação.

AVENTURANDO-SE em BH e região

Diversos locais oferecem atividades para os mais radicais

Você é daqueles que gostam de se aventurar? Pois saiba que não é preciso ir longe para encontrar opções de lazer mais radicais! Conheça algumas das atividades oferecidas em Belo Horizonte e cidades bem próximas.



TIROLESA MINEIRÃO

Sabia que é possível descer numa tirolesa de 220 metros de extensão e 35 metros de altura dentro do Mineirão? São exigidas idade mínima de quatro anos e, no mínimo, 1,10m de altura. Não há restrição de peso. A atração funciona aos sábados, domingos e feriados, de 10h às 17h. Os ingressos devem ser adquiridos previamente.

Mais informações: meumineirao.com.br.

Endereço: Avenida Coronel Oscar Paschoal, s/nº - Pampulha



ESCALADA DAS PEDRAS

Para quem tem o desejo de começar a escalar, o Escalada das Pedras é um centro de escalada em Belo Horizonte que oferece várias modalidades, como aulas em grupo, escaladas no próprio espaço e ao ar livre, cursos para iniciantes etc. O local funciona de segunda a domingo (em horários diversos) e é necessário fazer reserva previamente.

Endereço: Rua Cristina, 1318 – Santo Antônio



PARAPENTE NA SERRA DA MOEDA

Bem pertinho de Belo Horizonte, a apenas 25km, há uma rampa de salto de parapente no Topo do Mundo, na Serra da Moeda. Várias escolas e agências especializadas oferecem o salto acompanhado de instrutor.

Endereço: Estrada da Serra (BR 040, sentido Rio de Janeiro – saída 567 para o Inhotim)



TRILHAS NO PARQUE DAS MANGABEIRAS

Localizado ao pé da Serra do Curral, o Parque das Mangabeiras oferece três roteiros de trilhas para que o visitante possa escolher. O local ainda conta com um parque esportivo e pistas de esportes radicais.

Funcionamento: Terça-feira a domingo, de 8h às 17h.

Endereço: Avenida José do Patrocínio Pontes, 580 – Mangabeiras (Portaria Sul)



CACHOEIRA ALTA

Nas proximidades de Belo Horizonte são diversas opções de cachoeira. A Cachoeira Alta, por exemplo, fica a 85km da capital, em Ipoema, distrito de Itabira. Destaca-se pelos 110m de altura na queda d'água e água límpida. Como a cachoeira fica em uma propriedade particular, é necessário realizar um pagamento para visitá-la. Vale lembrar que não é recomendável visitar cachoeiras em períodos chuvosos.

Endereço: Fazenda Cachoeira Alta, Região do Macuco – Ipoema



CAFÉ COM O PRESIDENTE

No dia 23 de agosto, o presidente da Assemp, Anselmo Horta Nassif, recebeu funcionários, estagiários e aprendizes que ingressaram na Associação nos últimos meses para um café. A iniciativa tem por objetivo estreitar os laços institucionais da Presidência com a equipe e, também, propiciar uma oportunidade para que os recém-chegados conheçam mais sobre os valores e premissas que orientam o trabalho da entidade. Eventualmente o café com o presidente também é realizado com associados, um momento de avaliação do trabalho, de proposições e de escuta.



Pix QR Code: mais uma novidade da Assemp

Associação agora aceita pagamento via Pix QR Code para débitos

A Assemp, agora, oferece mais uma modalidade de pagamento para os associados: o Pix QR Code. A medida vem como forma de modernizar e facilitar a quitação de débitos.

Contudo, vale ficar atento a algumas questões! A Assemp não possui uma chave fixa de Pix, ou seja, toda vez que o associado solicitar algum pagamento por essa modalidade, será gerada uma chave alea-

tória. Além disso, a Associação não enviará nenhuma cobrança via Pix QR Code sem solicitação prévia do associado. Portanto, fique atento a golpes. A melhor forma de segurança é sempre observar, antes de efetivar a transação, o número da conta, o nome do recebedor e o CNPJ. Caso note algo fora do comum, não envie o dinheiro e entre em contato imediatamente com a Assemp.



QUER QUITAR ALGUM DÉBITO VIA PIX QR CODE?

Entre em contato para solicitar a chave para pagamento 3237-5000 ☎
98476-8200 📞 | atendimento@assemphb.org.br

INFORME PUBLICITÁRIO

INFORME PUBLICITÁRIO

OUÇA O MELHOR DA VIDA!
Sua melhor experiência auditiva é a nossa prioridade. Venha para a Sonorità!

AGENDE UMA AVALIAÇÃO E TESTE NOSSOS APARELHOS SEM QUALQUER CUSTO!
📞 (31) 99872-1006

Convênio com a ASSEMP
30% DE DESCONTO EM ATÉ 12x NO CARTÃO

AV. OLEGÁRIO MACIEL, 2146
SANTO AGOSTINHO - BH
Pertinho da Praça da Assembleia!

SONORITÀ
APARELHOS AUDITIVOS

WWW.SONORITAAPARELHOSAUDITIVOS.COM.BR

SONORITÀ / DIVULGAÇÃO

EVOLUA ENERGIA **ASSEMP BH**
ACIMA DE TUDO, A FRATERNIDADE.

ASSOCIADOS DA ASSEMP BENEFICIADOS COM CONVÊNIO!

CEMIG
Acesse o Cemig Atende
www.cemigatende.com.br
Pague com a Cemig 116 | Cemig Torpedos 29810
Tarifa Social de Energia Elétrica - TSEE foi criada para
Lar 1° a 4° de 20 de abril de 2022

Nº DO CLIENTE	Nº DA INSTALAÇÃO
Referente a JUN/2022	Vencimento 11/07/2022

Valor a pagar (R\$) 298,00

2ª VIA - CONTA DE ENERGIA ELÉTRICA

Informações Gerais

Valores Faturados
VEJA A SIMULAÇÃO

MÉDIA DE ENERGIA INJETADA 333 KWH
VALOR DA ENERGIA SOLAR INJETADA R\$ 296,00
ECONOMIA DE 16% R\$ 47,36 /MÊS
ECONOMIA ANUAL R\$ 568,32 /ANO

ECONOMIZE 16% SOBRE A ENERGIA SOLAR INJETADA NA REDE CEMIG PODENDO CHEGAR ATÉ 20%*

*Cálculo feito com base no valor da energia compensada menos o custo de disponibilidade. Disponível para consumo médio acima de 200kwh.

Reservado ao Fisco SEM VALOR FISCAL

Solicite a sua simulação!

Base de cálculo (R\$) Alíquota (%) Valor (R\$)

CEMIG 1.0000 0,00 0,00
ECONOMIA 1.0000 0,00 0,00
TOTAL 1.0000 0,00 0,00

PARA MAIS INFORMAÇÕES, ENTRE EM CONTATO:
📞 (31) 3222-8776
📞 (31) 98467-9845

NAVARRO
CORRETORA E CORRETORA DE SEGUROS

energiasolar.navarroconsultoriaecorretora.com/assemp

SAIBA MAIS!

NAVARRO / DIVULGAÇÃO

Setembro Amarelo: precisamos falar!

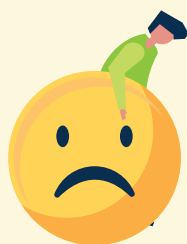
Mês de prevenção ao suicídio serve de alerta à sociedade



Em 1994, um jovem americano de apenas 17 anos, Mike Emme, tirou a própria vida. No funeral, seus amigos decidiram disponibilizar cartões e fitas amarelas com a seguinte frase: “Se precisar, peça ajuda”. A ação teve grande repercussão, expandiu-se e, em 2003, a Organização Mundial de Saúde decidiu instituir a data de 10 de setembro como Dia Mundial da Prevenção ao Suicídio.

Os dados atuais no mundo, segundo a OMS, são assustadores: a cada 40 segundos uma pessoa tira a própria vida. Esse dado aponta para cerca de 800 mil mortes por ano no mundo. Além disso, segundo especialistas, para cada suicídio consumado, há outras 20 tentativas.

Com a disseminação da campanha do Setembro Amarelo, o assunto vem ganhando cada vez mais notoriedade, mas ainda é tratado como um grande tabu por boa parte da sociedade. No Brasil, o Centro de Valorização da Vida (CVV) desempenha um papel fundamental, tanto no apoio às pessoas quanto na valorização da causa e incentivo para que se fale sobre o assunto.



40 segundos

é o intervalo médio entre suicídios no planeta

2º lugar

o suicídio é a segunda principal causa de morte de jovens de 15 a 29 anos



800 mil

é o número anual de mortes por suicídio em todo o mundo

BUSQUE AJUDA!

O CVV oferece atendimento 24 horas por dia. Você pode optar entre chat on-line, e-mail, telefonia ou atendimento presencial.

Site do CVV:
www.cvv.org.br

Telefone: 188.

A Assemp possui atendimento psicológico individual e em grupo para seus associados e dependentes. Mais informações: 3237-5010 / 3237-5011.



QUER SABER MAIS?

No ano passado, a Assemp promoveu uma live sobre o tema com os psicólogos Raphael Duarte e Daniane Sousa. A gravação está disponível no canal [youtube.com/assempbhoficial](https://www.youtube.com/assempbhoficial).



PAPO COM A
COMUNICAÇÃO

Assista às gravações: www.youtube.com/assempbhoficial

A importância da psicoterapia nos dias atuais

- ▶ Estar em terapia é uma gentileza, é um cuidado. É fácil o processo? Não, ele dói e é difícil, mas grandes vitórias sempre têm uma luta por trás. Podemos ver a Psicologia como uma ferramenta para nos ajudar no amadurecimento, a construir estratégias possíveis de melhorias. Não adianta esperar sem ação. Não adianta a pessoa estar adoecida, ter esperanças de melhoria, mas não buscar por isso. Onde tem saúde, tem movimento.

Pakisa Araújo, psicóloga da Assemp

- ▶ Não há separação entre mente e corpo. O sintoma que aparece no corpo pode ter origem no seu psicológico. Precisamos olhar melhor para nossas reações, para nossos comportamentos, pois eles guardam muitas informações sobre o que estamos passando e enfrentando internamente. E a sua emoção precisa ter uma via de saída. O que a terapia oferece? O tratamento pela fala.

Raphael Duarte, psicólogo da Assemp

Cartão Virtual Assemp sua nova forma de identificação

+ MODERNIDADE + PRATICIDADE
+ SEGURANÇA

Acesse o seu cartão pela **"Área do Associado"**,
no site da Assemp - assemp.org.br.

Atenção: a apresentação do cartão virtual é obrigatória
para a utilização dos convênios subsidiados e em
atividades da Assemp.



CONHEÇA O PROJETO CAPACITA ASSEMP

Cursos de "Violão", "Inteligência Emocional",
"Gestão do Tempo" e muito mais!

UMA PARCERIA ASSEMP E IDCT PARA VOCÊ!



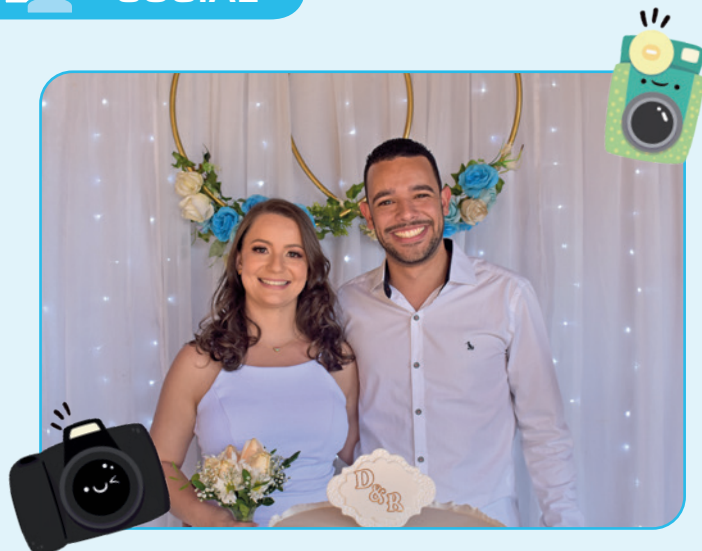
EDUCAÇÃO COM FRATERNIDADE



Informações: 31 99993-5757



SOCIAL



O mês de agosto foi de celebração do amor na Assemp, afinal, não é todo dia que dois colaboradores juntam as escovas de dentes! Daniane Sousa, do setor de Gestão de Pessoas, e René Filipe, da área de Comunicação, se casaram no dia 13, em cerimônia que foi celebrada pelo Gestor de Comunicação, José Almir. Ao novo casal, os votos de muita felicidade e prosperidade, de todos os amigos da Assemp!

Vem aí...

MÊS DO SERVIDOR

OUTUBRO 2022

**Palestras, cursos, oficinas e
MUITOS PRÊMIOS!**

Fique atento à programação, que será divulgada na próxima edição do jornal e nas demais mídias da Assemp, e participe conosco!

Imagens ilustrativas

f /AssempBH @assempbhoficial

ASSEMP BH
ACIMA DE TUDO, A FRATERNIDADE.



ARTIGO

Vamos conversar sobre o Alzheimer

21 de setembro é Dia Mundial da Doença de Alzheimer e Dia Nacional de Conscientização da Doença de Alzheimer. Essa data é importante para divulgar informações sobre a doença e para o combate ao preconceito acerca dela.

A doença, que foi relatada pela primeira vez em 1906 pelo psiquiatra Aloysius Alzheimer, é uma enfermidade neurodegenerativa que provoca a perda de funções cognitivas, causada pela morte de células cerebrais.

Alguns sinais de alerta:

- Problema de memória que afeta a vida cotidiana;
- Dificuldade para realizar tarefas do dia a dia;
- Problemas de comunicação;
- Desorientação;
- Dificuldade de raciocínio;
- Alteração de comportamento e humor;
- Perda de iniciativa.

Até o momento não existe cura para o Alzheimer, mas o diagnóstico precoce possibilita tornar mais lento o avanço da doença, gerando um maior controle dos sintomas e uma melhor qualidade de vida dos pacientes. Em sua fase mais grave, o Alzheimer pode acarretar perda severa da memória, impossibilidade de registro e recuperação de informações, dificuldade

de alimentar-se, em alguns casos aliada a dificuldade na deglutição, falta de entendimento sobre os eventos que acontecem ao seu redor, possível manifestação de incontinência urinária e fecal, assim como possibilidade de prejuízo motor.

Além de todos os sintomas, o preconceito acerca da doença traz mais dificuldades e limitações ao paciente, como prejuízo na vida social e interação com a família e amigos. Por isso é importante que o vínculo social do paciente compreenda os sintomas, tendo em mente que muitos podem ser tratados e, até mesmo, evitados.

Em se tratando de prevenção ao Alzheimer, os estudiosos recomendam a adoção de um estilo de vida saudável o mais cedo possível. Praticar atividade física, manter a alimentação balanceada, controlar o diabetes e a pressão arterial e manter o cérebro ativo são algumas práticas que podem auxiliar.



Luciana Brunelli

Assistente social da Assemp



DICA DE LEITURA

Pelo bibliotecário da Assemp, Marconne Resende

OS DETETIVES SELVAGENS

ROBERTO BOLAÑO

Os detetives selvagens é um dos mais importantes livros do escritor chileno Roberto Bolaño, publicado pela primeira vez em 1998. Os protagonistas do romance, Arturo Belano e Ulises Lima, são dois jovens poetas mexicanos que estão buscando pistas sobre o desaparecimento da misteriosa escritora Cesárea Tinajero. Essa história levará décadas para terminar, enquanto nossos detetives selvagens percorrem diversos países do mundo numa trama que envolve amor, mistério, mortes e fugas envoltos num humor perspicaz. Um livro com diversas influências que, segundo o próprio autor, é uma homenagem à sua geração.



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

VOCÊ SABIA



TODO MÊS UMA CURIOSIDADE PARA OS LEITORES DO JORNAL DA ASSEMP

Você conhece a origem da expressão “para inglês ver”?

A teoria mais aceita diz que a expressão teve origem no período da escravidão no Brasil. A Inglaterra, que já havia abolido a escravidão e tinha grande influência em outras nações, pressionava as autoridades brasileiras. O governo, então, decidiu criar algumas leis que, sabe-se hoje, não tinham muita validade prática, apenas para mostrar à Inglaterra que providências estavam sendo tomadas:

- **Lei Eusébio de Queiroz** – Proibia internamente a prática de tráfico negreiro.
- **Lei do Ventre Livre** – Todos os filhos nascidos de mães escravas eram livres.
- **Lei dos Sexagenários** – Determinava que todos os escravos, ao completarem 65 anos, seriam libertados (a expectativa de vida de escravos era de 30 anos).

Por conta das leis, a expressão “para inglês ver” é utilizada quando nos referimos a algo feito apenas para disfarçar alguma situação.



NOSSO ADEUS



WILLIAM NAGEM
★ 01/11/1928 † 30/08/2022

Faleceu no dia 30 de agosto o associado e conselheiro da Assemp William Nagem. Médico aposentado da PBH e ex-superintendente do Hospital Odilon Behrens, Dr. William esteve à frente do Conselho de Administração da Assemp entre 2009 e 2020, período em que contribuiu ativamente para o crescimento e para a gestão da entidade. O associado deixa a esposa Ofélia Nagem, quatro filhos e seis netos. Aos familiares e amigos, como os muitos que ele deixou na Assemp, nossos sentimentos!

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Médico e autor de "Tempo de Despertar"	↙	Categoria que distingue verbos, substantivos, adjetivos, advérbios, artigos ou pronomes	↘	Vingança contra os desafetos políticos	↙	Beber muita água e praticar esportes	↘	Apelido do Botafogo (fut.)	↘	Filósofo de "Crítica da Razão Pura"	↘
Produção do Studio Ghibli, do Japão (Cin.)	↘		↙		↘	Batida, em inglês	↘		↘		↘
Formação no teto da caverna	↘	"Abre-?", Sesamo!", frase mágica (Lit.)	↘	"(?) Passar", canção de Chico	↘		↘	Sufixo de "londrina"	↘		↘
Enguia, em inglês	↘		↙		↘		↘		↘		↘
Refeições no quarto	↘	Resposta obrigatória ao SOS	↘	Gás com poder de refrigeração muito superior ao do hélio	↘	Rainha de (?)	↘		↘	Atração do Festival de Parintins (AM)	↘
O voto, na eleição em que se vence com 50% do total mais 1	↘		↙	Entidade médica	↘		↘	Chuva, em inglês	↘		↘
	↘		↙		↘		↘		↘		↘
(?) Morgana, meia-irmã do rei Arthur	↘	Mato Grosso do Sul (sigla)	↘		↘	Conjunção aditiva	↘		↘	"O Lavrador de (?)", tela de Portinari	↘
	↘		↙	Precedeu Geisel	↘		↘		↘		↘
Panela larga e rasa com alças	↘		↙	Grande ave de rapina	↘		↘	Anatomia (abrev.)	↘		↘
D. Maria (?): a Rainha Louca	↘	Orelha, em inglês	↘		↘	Revela (a própria intenção) sem querer	↘		↘	Detém os direitos da Bandeira Olímpica	↘
Participar da aula presencial	↘	Célula fertilizada	↘		↘		↘		↘		↘
Apresenta, em geral, preços mais altos do que no comércio via internet	↘		↙	Cidade que todo turista deve visitar	↘	Criado particular	↘		↘	100, em algarismos romanos	↘
	↘		↙		↘	Farol (símbolo)	↘		↘		↘

BANCO 3/eat — eel. 4/beat — rain. 5/anim. 7/ranchos. 11/oliver sacks. 60



Solução

V	O	I	S	I	F	A	O	T
I	O	I	A	I	A	V		
R	E	C	E	R	E	M	O	C
V	A	I	A	T	E			
I	V	N	O	H	C	A	I	
I	C	I	D	E	M	A	V	
T	V	N	S	M	U	W		
O	I	R	V	I	R	O	F	W
S	O	S	O	H	C	N	A	R
V	A	S	C	I	G			
T	N	O	E	N	T	E		
E	T	I	C	V	T	V	I	S
N	I	V	A	I	S			
T	A	B	E	M	I	N	A	
S	K	C	V	S	H	E	A	I
E	H							



CLASSIFICADOS

VENDO

Terreno para sítio/chácara com poço artesiano e luz. No loteamento Fazendinhas Cachoeira do Choro, distrito de Curvelo. ROSANA – 99626-5268

PSICÓLOGA CLÍNICA

Atendimento on-line. CRP 04/12.829
DULCE MARIA – 98833-7153

CALDAS NOVAS

Caldas Novas com saídas mensais! Preços promocionais.
DENISE – 3491-3028 / 99853-2876

VIAGENS

Festa das Flores Holambra 08 a 11/9, hotel com meu pensão. R\$895. Thermas dos Laranjais 07 a 11/10, resort c/ pensão completa. R\$1380.
LUCI – 99443-2422

ALUGA-SE

Apartamento para temporada em Piúma-ES para até 8 pessoas. Andar térreo, fácil acesso, 200m da praia. Envio fotos.
REGINA – 99103-3523

CURSO ESTÉTICA

Convido todas que têm interesse na área para curso de micropigmentação de aréolas pós-cirúrgica. 10/10. Instagram: soniahidson_poscirurgia.
SÔNIA – 99861-0881

ALUGA-SE

Sítio para fins de semana e pequenos eventos. Próximo ao Inhotim, 60km de BH. Piscina, sauna e sala de jogos. Instagram: osnigas.resort.
CLAUDIA – 99612-3893 / 99663-6794

VIAGEM AO CHILE

Gostaria de formar um grupo com pessoas interessadas em conhecer o Chile.
SONIA – 97538-0060

PSICOLOGIA/PSICANÁLISE

Faça seu atendimento sem sair de casa. Marque uma entrevista pelo WhatsApp e se informe sobre o desconto para associados.
NILZA – 98661-5851

ODONTOLOGIA

Clínica geral, clareamento, ortodontia, implantes, próteses, odontopediatria, radiologia. Descontos p/ associados e familiares. Av. Álvares Cabral, 374 | sl. 1607.
ANA LUÍZA – 99911-8196

ATENÇÃO:

o espaço dos classificados deste jornal é EXCLUSIVO para associados (pessoas físicas) para divulgação de serviços ou produtos pessoais. Não serão aceitos: serviços de terceiros, pessoas jurídicas e/ou serviços oferecidos por dependentes de associados.

SIGA A



NAS MÍDIAS SOCIAIS



AssempBH



assempbhoficial



assempbhoficial