



Jornal da ASSEMP BH

Porta-voz do Servidor

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

Associação dos Servidores Municipais da PBH | www.assemp.org.br | Edição 338 | Novembro de 2023

+ Prêmios que não acabam mais!



Mês do Servidor na AssempBH foi recheado de sorteios

Páginas 6 e 7

Ensaio Fotográfico: Sabedoria em foco



Página 3

Vitórias recorrentes na ação da paridade



Página 4

Vem aí as exposições de arte 2023



Página 9

Os 20 anos do Estatuto da Pessoa Idosa



Página 10

JÁ É NATAL?

Ainda estamos a dois meses do fim de 2023, mas a virada de chave no fim de outubro é inevitável: as vitrines de lojas, a decoração de shoppings, as chamadas na TV e até mesmo o movimento mais intenso de pessoas na região central... tudo aponta para a chegada do Natal! Mas se a maioria das pessoas terá que aguardar até 25 de dezembro para receber presentes, podemos dizer que na AssempBH o Natal foi antecipado!

Com números recordes, o Mês do

Servidor na Associação foi celebrado com a distribuição de mais de 60 prêmios, por meio de sorteios ou dos Envelopes da Sorte, com prêmios instantâneos: cafeteira, robô aspirador, vale-compras, livros, TV, hidromassageador e até um fim de semana no Hotel Ouro Minas! Teve de tudo e para todos os gostos. Essa foi a forma de a AssempBH homenagear e celebrar tão importante categoria profissional, vocês, servidores públicos!

Nesta edição, além de darmos destaque a essa comemoração, também trazemos diversas matérias de grande relevância: os 20 anos do Estatuto da Pessoa Idosa, a abertura das exposições de arte 2023, as vitórias na justiça da ação da paridade, a importância de cuidar de sua glicemia, entre outras. Aproveite a leitura enquanto o bom velhinho ainda não chega!

Boa leitura.



CHARGE

DISSE O PENSADOR

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

*“Espalhe o amor por onde for.
Nunca deixe ninguém vir até você e sair sem estar mais feliz”.*
Madre Teresa, missionária indiana e Prêmio Nobel da Paz

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 AssempBH - Órgão Informativo da AssempBH
(31) 3237-5000 - jornal@assempbh.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

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 AssempBH e são de inteira responsabilidade do autor.

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



Como se prevenir da hipoglicemia

Condição é causada por baixa de glicose no sangue e pode apresentar eventos graves

A hipoglicemia é um episódio agudo causado pela redução de índice de glicose no sangue abaixo de 70mg/dl. É fundamental que a hipoglicemia seja diagnosticada e tratada em seu início, pois tende a provocar convulsão e perda de consciência, podendo levar até mesmo ao óbito.

Apesar de pessoas diagnosticadas com diabetes terem maior chance de apresentarem episódios de hipoglicemia, uma baixa de açúcar no sangue não é, necessariamente, sinônimo de diabetes: mesmo quem não possui a doença pode apresentar o quadro e precisa saber identificar os sintomas.



ATENÇÃO AOS SINTOMAS INICIAIS

- ! Tremores;
- ! Tontura;
- ! Palidez;
- ! Fome e náusea;
- ! Sensação de palpitação;
- ! Suor excessivo;
- ! Visão turva.

COMO EVITAR

- Mantenha os horários das refeições e evite pulá-las;
- Opte por quantidades menores e mais refeições ao longo do dia;
- Faça uma refeição leve, mas com

carboidratos, antes de dormir, para evitar crises noturnas;

- Alimente-se antes e depois de atividades físicas – momento em que a demanda de energia no corpo aumenta;

- Faça o monitoramento diário da glicemia conforme orientação médica;
- Caso você utilize a estratégia de contagem de carboidratos, busque atingir a meta estabelecida por dia.

Para mais informações, acesse: viverbem.unimedbh.com.br

ENSAIO FOTOGRAFÁRIO: *Sabedoria em foco*

A AssempBH, por meio de sua equipe de Comunicação, irá realizar ensaios fotográficos com associadas acima dos 60 anos, valorizando a sabedoria e maturidade que estas mulheres carregam consigo em suas trajetórias de vida.

Uma Comissão será formada para escolher 15 associadas, que serão fotografadas no Centro de Conteúdo Digital da AssempBH. Cada associada receberá cinco imagens em alta resolução, por meio digital, que também serão postadas nas redes sociais da Associação. Todas as inscritas concorrerão a uma cesta de beleza.

COMO PARTICIPAR?

Os requisitos são ser associada e ter mais de 60 anos. As inscrições podem ser feitas de 13 a 24 de novembro pelos meios:

☎ 3237-5026 ou

Presencialmente na recepção do 4º andar.





Ação da paridade: decisões confirmadas em grau de recurso

Como já divulgado aqui no Jornal da AssempBH, desde julho de 2022 o Núcleo de Assistência Jurídica da Associação vem propondo ações para os servidores aposentados com paridade da área da educação, que não foram contemplados com os níveis de progressão previstos na Lei Municipal 11.318/2022.

As vitórias judiciais obtidas pela AssempBH para seus associados nessa questão têm sido recorrentes, com o reconhecimento pelos juízes de primeira instância da ofensa aos direitos dos servidores aposentados com paridade. Essas decisões favoráveis, inclusive, têm sido ratificadas e



mantidas pelo juízo de segundo grau, ou seja, os recursos interpostos pelo Município não estão prosperando.

Se você é servidor aposentado com paridade, vinculado à carreira da educação, procure o Núcleo de Assistência Jurídica da AssempBH para analisar seu caso.

RETIFICAÇÃO

Na pág. 4 da edição de setembro do Jornal da AssempBH, publicamos informações sobre o prazo para que servidores que ocuparam cargo comissionado a partir de 2000 e se aposentaram com direito à paridade e integralidade, antes da publicação da Lei 1.144/2018, possam requerer a incorporação de gratificações ou vantagens. A apresentação do requerimento administrativo junto à PBH deve observar a data limite de **21 de dezembro de 2023**, de forma que seja possível interromper o prazo prescricional para a interposição da ação judicial. Importante ressaltar que, como há etapas administrativas a serem cumpridas antes de protocolar a ação, quem deixar o agendamento para a última hora pode perder o prazo.

AGENDE SEU ATENDIMENTO

3237-5040 ou 98477-5683

INFORME PUBLICITÁRIO

Aposte na estética para elevar seu bem-estar em 2024

A Plenitude Odontologia é uma clínica de alto padrão, que trabalha com os principais tratamentos estéticos disponíveis no mercado. De harmonização facial, a clareamento, lentes de contato dental e implantes dentários temos tudo o que você precisa para elevar sua autoestima e ser o centro das atenções no próximo ano!

Renove a saúde e estética do seu sorriso **com um preço especial!** **Associados e Funcionários da ASSEMP** tem direito a um **desconto de até 20% nos serviços odontológicos**

Você sabia que doenças bucais podem afetar a sua saúde como um todo?

Uma delas é a endocardite, uma infecção causada por bactérias que se infiltram na corrente sanguínea e atingem o coração. Por isso, cuide bem do seu sorriso. Além de ser bom para a autoestima, você preserva a sua saúde e qualidade de vida.



PLENITUDE
Odontologia e Saúde



@plenitudeclinica



(31) 3274-8786
(31) 97527-7561



DRª. ANDRÉA DUARTE / DIVULGAÇÃO

INFORME PUBLICITÁRIO



SONORITÀ
APARELHOS AUDITIVOS

Viva a vida por inteiro.



Convênio ASSEMP
30%
de desconto
EM ATÉ 12X S/ JUROS

Sua melhor **experiência auditiva!**
Aparelhos modernos e discretos.



AV. OLEGÁRIO MACIEL, 2146, SANTO AGOSTINHO - BH/MG

SONORITÀ / DIVULGAÇÃO

Piso da enfermagem é sancionado em BH

Prefeito da cidade sancionou PL; projeto foi aprovado por unanimidade na Câmara

Os profissionais de enfermagem de Belo Horizonte finalmente podem celebrar uma conquista histórica: o pagamento do piso nacional da categoria. O prefeito da cidade, Fuad Noman, sancionou no dia 25 de outubro o Projeto de Lei 650/2023, que garante o pagamento do piso nacional para os profissionais de enfermagem vinculados ao município. O PL foi aprovado por unanimidade em segundo turno pela Câmara Municipal de BH.

Segundo a PBH, são cerca de 4,7 mil enfermeiros, técnicos e agentes de serviço da Prefeitura beneficiados com o piso, além de cerca de 15 mil profissionais ligados aos 12 hospitais da rede



filantrópica de Belo Horizonte.

O complemento dos salários dos profissionais ficará a cargo do Governo Federal, que deverá fazer repasses mensais aos estados e municípios. Os 4,7 mil servidores e contratados da PBH já receberão o novo salário na próxima folha

(07/11), que contará ainda com valores retroativos aos meses de maio a agosto deste ano para os efetivos. Já os contratados receberão o retroativo nas folhas de novembro e dezembro – pagas em dezembro e janeiro, respectivamente.

NOVOS SALÁRIOS DOS PROFISSIONAIS DE ENFERMAGEM

- Enfermeiros: **R\$4.750,00**
- Técnicos de enfermagem: **R\$3.325,00**
- Auxiliares de enfermagem e parteiras: **R\$2.375,00**

INFORME PUBLICITÁRIO

A gente faz mais por você, que faz dos seus rendimentos o seu futuro!

A cada R\$200,00 poupados em novembro, você ganhará um cupom para concorrer a prêmios. Vem poupar com a gente!

Poupança **Sicoob Crediserv**, aproveite os seguintes benefícios:

- Planejamento para realização de sonhos.
- Rentabilidade garantida.
- Sorteios com poupança premiada.
- Tranquilidade para seu futuro e estabilidade.

Cooperativa exclusiva dos Servidores Públicos Municipais (31) 3274-6959

SICOOB
Crediserv

Envelope da Sorte

Quem passou pela sede da AssempBH durante o mês de outubro pôde retirar o Envelope da Sorte na recepção do 4º andar e concorrer a diversos prêmios instantâneos, além de participar do Sorteio Geral.

- + **800 associados(as) retiraram o Envelope da Sorte**
- **47 prêmios instantâneos sorteados**

Prêmios:

Cestas de chocolate; cestas de produtos de beleza; vales-compra da Americanas; vales-compra da Leitura; conjunto de fondue; cafeteira; livros; jogos de xícara; aparelho de jantar; sessões de massoterapia; consultas com nutricionista; almoços com acompanhante.



Sorteio Geral

Além dos cupons preenchidos presencialmente e inseridos na urna, quem não teve a oportunidade de passar pela sede da Associação também pôde concorrer aos prêmios do Sorteio Geral fazendo a sua inscrição on-line.

- + **1.700 associados(as) fizeram a inscrição on-line**
- + **2.500 associados(as) participaram do Sorteio Geral**
- **8 prêmios sorteados no Sorteio Geral**

GANHADORAS DOS PRÊMIOS DO SORTEIO GERAL

Aparelho de jantar 30 peças
Vera Moreira – BM final 72–8

Hidromassageador
Efigênia Silva BM final 75–1

Alexa Echodot
Sandra Vieira – BM final 59–3

Robô aspirador
Marcia Assunção – BM final 65–6

TV 32"
Ana Pereira – BM final 79–X

Air fryer forno
Ivana Almeida – BM final 71–1

Jantar para quatro pessoas no Baby Beef
Antonieta Venancio – BM final 75–7

Fim de semana no Ouro Minas
Delza Conceição – BM final 899



As ganhadoras têm 30 dias para retirarem seus prêmios na recepção do 4º andar da AssempBH

MÊS SERV

Celebração na AssempBH
sorteio de mais



DO MÊS DO SERVIDOR 2023

AssempBH contou com
a participação de 60 prêmios



Encerramento Mês do Servidor

Para encerrar o Mês do Servidor com chave de ouro, a AssempBH promoveu um dia de celebração para todos que passaram pelo 7º andar.

- + Plataforma 360° para gravação de vídeos
- + Música ao vivo com o cantor Alex Lemos (@alexlemosmusico)
- + Lanches
- + Sorteios de vales-compra da Americanas e Leitura.



FALA, PRESIDENTE



“Para nós é uma alegria imensa ter promovido um mês em celebração aos servidores que obteve tanto sucesso. Este ano nos esforçamos para ter o mês de outubro com maior número de prêmios sorteados – mais de 60 - desde que promovemos o Mês do Servidor. E o resultado de participação de associados(as) não nos decepcionou, foram mais de 2500 participações, o que representa, hoje, cerca de 15% de todos os(as) associados(as) da AssempBH. Quero deixar o meu agradecimento pessoal a cada um que participou do nosso Mês do Servidor. Muito obrigado! E que no próximo ano consigamos aumentar ainda mais o número de participantes.”

Anselmo Horta Nassif, Presidente da AssempBH

Centro de Todo Mundo ganha site

O projeto da PBH “Centro de Todo Mundo” agora conta com um site próprio para acompanhar as obras. O projeto, lançado em março deste ano, visa a requalificação do Centro de Belo Horizonte por meio de diversas ações. A Praça Professor Alberto Deodato, que fica ao lado do prédio da AssempBH, foi uma das contempladas. Acesse:



<https://prefeitura.pbh.gov.br/governo/programa-requalificacao-centro>

📖 DICA DE LEITURA

Pelo bibliotecário da AssempBH, Marconne Resende

O VENTO SABE MEU NOME

ISABEL ALLENDE

Em 1938, Samuel, de apenas cinco anos, é separado dos pais e consegue escapar dos horrores do nazismo embarcando em um trem Kindertransport com destino à Inglaterra. Já em 2019 conhecemos Anita, uma criança salvadorenha de apenas sete anos que é enviada a um campo de crianças refugiadas graças à política de separação familiar que continua em vigor nos EUA. Em “O vento sabe meu nome”, Isabel Allende entrelaça passado e presente para nos contar o drama do desenraizamento e a surpreendente capacidade que as crianças têm de sobreviver à violência. Uma história sobre os males da migração forçada e das pessoas que lutam por justiça para as vítimas desse mal.

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



OFICINA GESTÃO DO TEMPO



21 DE NOVEMBRO
14H ÀS 17H
12º ANDAR

INSCRIÇÕES PELO WHATSAPP:
99993-5757

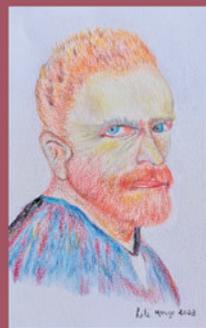


CONHEÇA O PROJETO
CAPACITA ASSEMP
[IDCT.ORG.BR/CAPACITA-ASSEMP](https://idct.org.br/capacita-assemp)



NÚCLEO DE CONVIVÊNCIA SOCIAL E CULTURAL DA ASSEMPBH CONVIDA PARA

MOSTRA DE ARTES



EXPOSIÇÃO DOS TRABALHOS REALIZADOS DURANTE O ANO DE 2023 PELOS ALUNOS DAS FACILITADORAS CAMILA OTTO, CARMEM COUTO, MARIA LUIZA, NARA HAUCK E SUELY PIMENTEL.

ABERTURA

21.11 | 10H | 12º ANDAR

DESFILE DE ROUPAS CUSTOMIZADAS – ECO ARTES

21.11 | 15H | 7º ANDAR

EXPOSIÇÃO DOS TRABALHOS

21.11 A 02.12 | ATELIÊS DO 6º E 9º ANDARES



RESUMO DE OUTUBRO

10/10

Em comemoração ao Dia Internacional das Pessoas Idosas, o Serviço Social da AssempBH promoveu uma roda de conversa com as assistentes sociais da Associação. Quem esteve presente pôde relatar experiências pessoais sobre a fase idosa e tirar dúvidas com as profissionais.

18/10

O acupunturista da AssempBH Hugo Machado ministrou palestra com o tema "Cefaleia pela Medicina Tradicional Chinesa". Entre outras coisas, o profissional explicou métodos utilizados pela medicina tradicional chinesa no combate às dores de cabeça.

AGENDA DE NOVEMBRO

▶ 07/11 | 16h | Live:

Interdisciplinaridade e Psicologia: como disciplinas diversas interagem na prática psicoterápica, com o psicólogo Cássio Vianna

▶ 08/11 | 9h | Novembro Azul:

Saiba quais alimentos estão relacionados com o câncer de próstata, com a nutricionista Júnea Drews

▶ 28/11 | 15h | Diálogos Sociais:

Aposentadoria: crise ou liberdade? Sentimentos no pré e pós aposentadoria, com Serviço Social

▶ 29/11 | 15h | Live:

Dos novos cassinos ao consultório: a ilusão que adocece, com os psicólogos Raphael Duarte e Artur Leão

Acompanhe mais informações pelas mídias da AssempBH!

AssempBH

assempbhoficial

assempbhoficial

Estatuto da Pessoa Idosa: 20 anos

Assistentes sociais da AssempBH comentam as mudanças trazidas pela legislação

No mês de outubro o Estatuto da Pessoa Idosa (Lei nº 10.741/2003) celebrou 20 anos de criação. A legislação reúne 118 artigos que buscam oferecer proteção e garantias a quem envelhece, assegurando direitos em áreas como saúde, alimentação, educação, cultura, lazer, entre outros.

Mas o que o Estatuto representou, efetivamente, na vida das pessoas acima dos 60 anos? "Com certeza um avanço. Até então a dita terceira idade não era priorizada nas políticas públicas e chegar a essa fase da aposentadoria era considerado o fim da vida ativa", relata a coordenadora do Serviço Social da AssempBH, Cida Alves. "Hoje a sociedade já mudou bastante essa visão e enxergamos as pessoas idosas também pelas possibilidades que elas ainda têm, ainda que com algumas fragilidades", complementa.

A própria mudança da terminologia "idoso" para "pessoa idosa", ocorrida no Estatuto em 2022, já indica uma evolução, destaca a também assistente social da AssempBH Silene



Moreira. "Chamar alguém com mais de 60 anos de 'idoso' é limitante e traz consigo um preconceito, como se o indivíduo fosse reduzido a somente aquilo. Pessoa idosa é um termo que carrega mais dignidade", explica.

Se as conquistas com o Estatuto são inegáveis, também não significa que o ponto ideal já foi atingido. Segundo as assistentes sociais, questões como saúde, capacitação de pessoas e transporte público são algumas das áreas em que as políticas públicas voltadas às pessoas idosas ainda precisam avançar bastante. "Estamos caminhando, mas ainda há espaço para avançarmos mais", conclui Cida.

ESTATUTO DA PESSOA IDOSA

O Estatuto da Pessoa Idosa está disponível para consulta em diversos sites governamentais, sendo bem fácil de encontrar com uma busca simples na internet. Na AssempBH também há exemplares para consulta na biblioteca e no Serviço Social.

RETORNO DAS VISITAS DOMICILIARES

A partir de novembro o setor de Serviço Social da AssempBH retornará com as visitas domiciliares a associados(as). O objetivo é conhecer o(a) associado(a) e seu entorno familiar, além de levar informações sobre os serviços oferecidos pela Associação. Quem desejar receber a visita de uma das três assistentes sociais da AssempBH pode agendar pelos contatos:

☎ 3237-5032

☎ 98465-9328

VOCÊ SABIA



TODO MÊS UMA CURIOSIDADE PARA OS LEITORES DO JORNAL DA ASSEMP

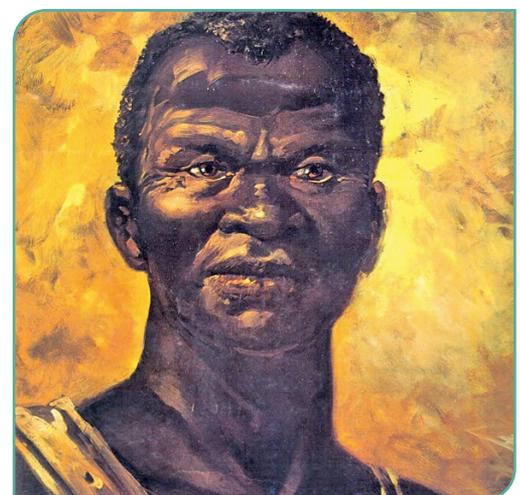
Dia da Consciência Negra

Em 20 de novembro é celebrado no Brasil o Dia da Consciência Negra. Conheça a origem e curiosidades sobre a data:

Origem: 20 de novembro marca a morte de Zumbi, líder do Quilombo dos Palmares, no ano de 1695, por bandeirantes. Em 1978, o Movimento Negro Unificado contra a Discriminação Racial realizou um congresso em São Paulo e elegeu a figura de Zumbi como um símbolo da luta e resistência dos negros escravizados no Brasil.

Oficialização da data: O Dia Nacional de Zumbi e da Consciência Negra foi instituído em 2011, através da Lei nº 12.519.

Feriado: A data não é um feriado nacional, mas até 2018, segundo o jornalista Laurentino Gomes, mais de 1.000 cidades brasileiras já haviam instituído feriados municipais em 20 de novembro. BH não está nesta lista.





SOCIAL



Novembro é mês de muita comemoração no Núcleo de Convivência! Parabéns aos aniversariantes: Wendell Martins (20.11), Jaqueline Alves (20.11), Andreia Alves (26.11), Pedro Nascimento (24.11) e Luiz Gabriel (03.11)!



No dia 11 de novembro o ex-presidente da AssempBH Saulo Converso Lara completa 82 anos de vida. O servidor aposentado esteve à frente da Associação no período de 1988 a 1995 e hoje integra o Conselho de Administração da entidade. Saúde e muitas felicidades!



AGENDA CULTURAL

CONFIRA ALGUMAS DAS OPÇÕES CULTURAIS DE BH EM NOVEMBRO!



02/11

Orquestra Opus convida
Guilherme Arantes
Local: Palácio das Artes

08 a
10/11

Semana Internacional do Café
Local: Expominas



04/11

Geraldo Azevedo
Local: Sesc Palladium



10/11

Alcione 50 anos
Local: Arena Hall



04/11

Cia Barbixas – Improvável
Local: Minascentro



19/11

A Festa da Jovem Guarda:
Golden Boys e The Fevers
Local: Minascentro



08/11

Roger Waters
Local: Mineirão



19/11

Anavitéria e Orquestra Ouro Preto
Local: Palácio das Artes



NOSSO ADEUS



Faleceu no fim de outubro, aos 83 anos, o associado aposentado Roberto Dupin Henriques, que era membro do Conselho de Administração da AssempBH. Roberto deixa a esposa, Mary Lucia, e o filho Adriano, a quem todos da Associação desejam forças para lidar com esse momento de tristeza e saudade.

ROBERTO DUPIN HENRIQUES

★ 10/02/1940 † 23/10/2023

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Simbolo gráfico da cultura chinesa	Negociantes do mercado de ações	Baby-(?), roupa de dormir (ing.)	Companheiros de Guimarães Rosa	Diz-se dos homens educados e gentis	Festa dançante com música eletrônica	Pernicioso	Pronome oblíquo da 1ª pessoa
Aço (?), material de painéis							
Ministro que está há 30 anos no STF			Xenônio (símbolo) A xepa, na feira	Donald Glover, ator	Vil (?): o dinheiro		Área urbana aberta e espaçosa
Um dos mais famosos álbuns de Michael Jackson (Mús.)		Versão experimental de software 60 minutos				Auréola luminosa de imagens sacras	
				Peça de construção	Manuscritos antigos		Manifestação confusa e ruidosa
Agravar Daniel Alves, futebolista			O produto vendido no brechó		Relação de nomes		
(?)-bala, transporte de alta velocidade		Grande emigração narrada na Bíblia			Figura do baralho		(?) Lanka: o antigo Ceilão (Geog.)
				Etapas da coreografia	Título nobiliárquico		
Forma de se referir ao antigo amor			Topo; cume				Olho de (?), raro selo postal
			Parceiro na dança				Significa "vida", em "biologia"
Material usado como isolante térmico							Tem o som de "s", em "abraço"
Nascido na segunda Região mais populosa do Brasil	Nocivo; prejudicial						

BANCO 4/beta — doll — rave. 5/exodo. 8/triller. 12/celso de melho. 56

EXERCITE SUA MENTE COM

Disponível em bancas de todo o Brasil!

f /revistascoquetel @coquetel @editoracoquetel

Solução

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

CLASSIFICADOS

LIVRO

"Textos e contextos através dos tempos", de Isidro Passos. Melhores textos e poesias da literatura de Portugal e Brasil. Dicas de redação e como falar em público. R\$80,00. ISIDRO – 99286-4463

ODONTOLOGIA

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

TERAPIAS HOLÍSTICAS

Barras de access, reiki, constelação familiar. Atendimentos personalizados. Contato via WhatsApp. MÁRCIA – 991475748

PSICOLOGIA/PSICANÁLISE

Atendimento presencial e on-line. Informações e marcação pelo WhatsApp. CRP 04/2908. NILZA – 98661-5851

CONTROLE DE PRAGAS

Controle de cupins, baratas, traças, formigas, pulgas e ratos em qualquer ambiente. Orçamento sem compromisso. ARNALDO – 98826-5225

VIAGEM

Férias de janeiro em Aracaju – SE. De 07 a 13/01/2024. LUCI – 99443-2422

CALDAS NOVAS

Caldas Novas com saídas mensais! Preços promocionais. DENISE – 3491-4028 / 99853-2876

EXCURSÕES

São Lourenço de 07 a 10/12. Férias de janeiro (14 a 20) em Angra e Vassouras. Itália Sole Mio 03/06 saída para grupo. Consulte outras opções. IZÔNIA – 98813-8864

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.

Novembro
Azul
Mês de prevenção ao
câncer de próstata



Homens,
não descuidem
de sua
SAÚDE

