

# Jornal da ASSEMP <sup>BH</sup>

Porta-voz do Servidor



Mala Direta  
Básica

9912292424/2012-DR/MG  
ASSEMP BH MG



Ed. 353

Abril  
2025

## O trabalhador pede socorro

*Afastamentos do trabalho  
causados por  
transtornos mentais  
batem recorde  
no Brasil*

**Página 6**

*Conheça dois tipos  
de violência  
psicológica  
que vêm  
afetando parte  
da população*

**Página 7**

**Servidores dão  
início à Campanha  
Salarial 2025**



**Página 3**

**Prefeitura de  
Belo Horizonte  
em luto**



**Página 5**

**Alerta: golpistas  
estão se passando  
por advogados da  
AssempBH**



**Página 6**

**Dia Mundial do Livro:  
conheça a biblioteca  
da AssempBH**



**Página 11**

## SAÚDE MENTAL EM FOCO

O adoecimento mental da população brasileira tem se tornado uma realidade preocupante nos últimos anos, agravada consideravelmente pelos impactos da pandemia de Covid-19. Em 2020, quando o vírus chegou ao Brasil, o medo e a incerteza passaram a fazer parte do cotidiano das pessoas, deixando marcas psicológicas profundas na sociedade.

Hoje, cinco anos depois, sabemos que uma das consequências desse período foi a transformação na dinâmica do trabalho. Para os profissionais de psicologia, esse novo contexto contribuiu para a precarização das relações de trabalho, o que tem levado muitos trabalhadores ao esgotamento físico e mental. Entre os fatores destacados, estão o aumento da carga de tra-

balho, a dificuldade de separar a vida profissional da pessoal e o crescimento de doenças como ansiedade e depressão. Além disso, a pressão por produtividade, a falta de interação social e a instabilidade financeira também têm comprometido o bem-estar mental e emocional da força de trabalho.

Dada a relevância deste tema, o Jornal da AssempBH traz uma matéria (página 6) com dados preocupantes sobre a saúde mental dos trabalhadores no país. Já na página 7, o Serviço Social da Associação aborda, em um artigo, duas formas de violência psicológica que também têm impactado parte da população.

**Boa leitura!**

CHARGE

**AssempBH:  
goleando a  
tristeza  
desde 1958!**



**DISSE O  
PENSADOR**

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

*"Ser feliz sem motivo é a mais autêntica forma de felicidade."*

Carlos Drummond de Andrade, poeta mineiro

## 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  
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  
Reneé Filipe Santos Lopes - Supervisor de Comunicação



Romanelli Comunicação - (31) 98250-8232  
Textos, fotos, charge, projeto gráfico e diagramação.  
Imagens de banco - 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.

# Campanha Salarial 2025

**Servidores concursados realizam primeira Assembleia Geral para apresentar reivindicações**

No dia 13 de março, servidores municipais concursados de Belo Horizonte atenderam à convocação dos dois principais sindicatos da categoria e se reuniram em uma assembleia geral na Praça da Estação para aprovar as pautas da campanha salarial 2025. Desde o início do ano, os sindicatos têm promovido reuniões com representantes das categorias para definir as demandas a serem apresentadas à Prefeitura.

Entre as reivindicações aprovadas na assembleia, destaca-se o reajuste salarial de 47% solicitado pelos profissionais da Educação. Segundo o SindRede-BH, que representa a categoria, essa é a diferença



FOTO: DIVULGAÇÃO SIND-REDE/BH

entre os reajustes do piso e os reajustes concedidos nos últimos anos. As demais categorias pleiteiam uma recomposição de 10%. Foi estabelecido um prazo de 30 dias para que a PBH analise as propostas. Uma nova assembleia está marcada para o dia 15 de abril.

## PRINCIPAIS REIVINDICAÇÕES

### Educação:

- ▶ Reajuste salarial de 47,02%;
- ▶ Pagamento integral do piso no primeiro nível da carreira (nível 8);
- ▶ Recomposição em 10,25% do salário para professores aposentados do Ensino Fundamental e 21,55% para professores aposentados da Educação Infantil.

### Demais categorias:

- ▶ Reajuste salarial de 10%;
- ▶ Vale-refeição de R\$107,90 por dia;
- ▶ Redução da jornada de trabalho para 36 horas semanais.

## INFORME PUBLICITÁRIO

**Você com o melhor sorriso!**

**Dr<sup>a</sup> Ana Luiza Gomes**  
CONSULTÓRIO ODONTOLÓGICO  
CRO: 38775

- Clínica geral
- Botox e preenchimento
- Clareamento a laser
- Endodontia
- Ortodontia
- Implantodontia
- Periodontia
- Prótese
- Odontopediatria
- Radiologia

**30% de desconto para associados e familiares da ASSEMP**

Av. Álvares Cabral, nº 374, Sala 1.607,  
Lourdes - Belo Horizonte, MG.  
[www.odontologiaanaluzagomes.com.br](http://www.odontologiaanaluzagomes.com.br)  
**(31) 9 9911-8196**

ANA LUIZA GOMES / DIVULGAÇÃO

## INFORME PUBLICITÁRIO

**Aparelhos Auditivos em BH é na SONORITÀ**

*Sons, viram sensações que formam memórias inesquecíveis. Ouça o melhor da vida!*

SONORITÀ, a sua melhor experiência auditiva!

Convênio ASSEMP BH  
\*Até **30%** desconto

oticon

sonoritaaparelhosauditivos.com.br

Ligue, agende e teste grátis.  
**(31) 3324 1002**  
**(31) 99872 1006**

SONORITÀ APARELHOS AUDITIVOS

\*Condições do convênio: 20% de desconto em até 12 vezes sem juros no cartão de crédito ou 30% de desconto nos pagamentos à vista.

SONORITÀ / DIVULGAÇÃO



## Farmácia Popular: acesso a medicamentos na atenção primária à saúde

Dentre os serviços prestados pelo setor jurídico da AssempBH, destaca-se a ação de medicamentos, que visa garantir, por meio de ordem judicial, a disponibilização de medicamentos e insumos essenciais para associados e dependentes que não possuem condições financeiras para adquiri-los ou que tiveram negado o acesso pela via administrativa.

Após diversas decisões judiciais que obrigam o Estado a esse fornecimento, o Programa Farmácia Popular do Brasil (PFPPB), de iniciativa do Governo Federal, ampliou o acesso da população a medicamentos essenciais. Com foco na atenção primária à saúde, o programa é o primeiro contato da pessoa com os serviços de saúde para atendimento abrangente, contínuo e integral.

Desde 14 de fevereiro de 2025, o programa passou a disponibilizar gratuitamente todos os medicamentos e insumos cons-

FOTO: DANIELLA CAMBAÚVA / AGÊNCIA GOV



tantes em sua lista de fornecimento. Entre os benefícios, estão medicamentos para o tratamento de doenças como hipertensão, diabetes, asma, dislipidemia, doença de Parkinson, glaucoma, rinite e osteoporose, além de anticoncepcionais.

Além de obter os medicamentos nas Unidades Básicas de Saúde, farmácias municipais e secretarias de saúde, os cidadãos também podem recorrer às farmácias credenciadas, gratuitamente ou com descontos significativos. O programa também in-

clui o fornecimento de fraldas geriátricas para idosos acima de 60 anos e pessoas com deficiência, bem como absorventes higiênicos gratuitos para mulheres entre 10 e 49 anos em situação de vulnerabilidade social extrema cadastradas no CadÚnico.

Entretanto, apesar desse avanço social, muitas farmácias e unidades de saúde ainda deixam de fornecer esses itens, prejudicando aqueles que mais necessitam.

Em um caso recente, o setor jurídico da AssempBH obteve uma decisão favorável contra o Município e o Estado, que haviam negado administrativamente o fornecimento de medicamentos e insumos essenciais a uma associada. Comprovada a necessidade da interessada, a Justiça determinou que os entes públicos garantam o fornecimento dos itens enquanto perdurar a necessidade.

**Frank da Silva Carvalho**

*Advogado de Direito Privado da AssempBH*

### ENTRE EM CONTATO

Precisa de apoio jurídico sobre esta questão? Entre em contato com o Núcleo de Assistência Jurídica e agende um atendimento pelos telefones: 3237-5040 ou 98477-5683 (WhatsApp).



### CONVÊNIOS

SERVIÇOS COM DESCONTOS EXCLUSIVOS PARA OS ASSOCIADOS DA ASSEMPBH

#### CLÍNICAS DE IMAGEM

##### ► CROMA - RADIOLOGIA E IMAGEM ODONTOLÓGICA:

Preços especiais para associados

Contato: (31) 3309-4333

Endereço: Av. Dom José Gaspar, 701 - Sl. 2 - Coração Eucarístico

##### ► DOPSOM - DIAGNÓSTICO POR IMAGEM:

55% de desconto

Contato: (31) 3217-0800

Endereço: Av. Professor Alfredo Balena, 1405 - 13º andar



Confira todos os convênios disponíveis para os associados. Aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado e acesse o Guia de Benefícios da AssempBH.

Mais informações: 3237-5000 ou 98476-8200 (WhatsApp)



### NOTA

#### ► Informe de rendimentos referente aos créditos recebidos da PBH

Credores que receberam créditos de precatórios ou RPV pagos pelo Município de Belo Horizonte, ou que cederam esses créditos a terceiros em 2024, devem solicitar o informe de rendimentos para a declaração do Imposto de Renda. Para quem compensou débitos com precatório próprio, o informe será enviado ao e-mail cadastrado no BH Digital.

A solicitação deve ser feita por meio Portal de Serviços da PBH. Acesse pelo do QR Code ao lado:



Dúvidas? Contate o Jurídico da AssempBH: [juridico@asempbh.org.br](mailto:juridico@asempbh.org.br) ou (31) 98477-5683 (WhatsApp)

# BH se despede de Fuad Noman

**Prefeito reeleito da capital enfrentava graves problemas de saúde desde o ano passado**

O prefeito de Belo Horizonte, Fuad Noman, faleceu na manhã do dia 26 de março, aos 77 anos. Ele estava internado desde o início de janeiro deste ano e enfrentava complicações de saúde decorrentes de um linfoma e sucessivas infecções respiratórias.

Economista, escritor e servidor do Banco Central, Fuad teve uma carreira marcante na política. Em 2017, foi nomeado secretário municipal de Fazenda da capital mineira. Dois anos depois, assumiu a vice-prefeitura e, em 2022, tornou-se prefeito de Belo Horizonte após a renúncia de Alexandre Kalil.

Mesmo enfrentando problemas de saú-

FOTO: RODRIGO CLEMENTE / PBH



de, Fuad concorreu à reeleição em 2024 e saiu vitorioso. No entanto, três dias após a posse, precisou se afastar do cargo devido ao agravamento de seu estado clínico. O prefeito deixa a esposa, Mônica Drummond, dois filhos e quatro netos.

## ÁLVARO DAMIÃO ASSUME A PREFEITURA

Eleito vice-prefeito na chapa de Noman, Álvaro Damião Vieira (União Brasil), de 54 anos, assume o comando da Prefeitura. Natural de Belo Horizonte, Damião iniciou sua trajetória política em 2016, quando foi eleito vereador, sendo reeleito para o mesmo cargo em 2020. Antes da política, o jornalista atuou como repórter na Rádio Itatiaia e apresentador pela TV Alterosa. Além disso, também atua na área social como fundador do Instituto Bacana Demais, projeto que promove cidadania por meio do esporte, lazer e cultura.

### NOTA

#### Declaração de Imposto de Renda 2025

O prazo para a entrega da Declaração Anual do Imposto de Renda Pessoa Física (IRPF) 2025 vai até o dia 30 de maio. São obrigados a declarar os contribuintes que receberam rendimentos tributáveis acima de R\$ 33.888,00 em 2024. A declaração pode ser preenchida online pelo site da Receita Federal ([www.gov.br/receitafederal](http://www.gov.br/receitafederal)), por meio do programa para computador ou pelo aplicativo de celular "Meu Imposto de Renda".

A Receita Federal disponibilizou uma página com orientações para a Declaração do Imposto de Renda. Acesse pelo QR Code ao lado.



#### Demonstrativo de gastos com saúde:

Os associados da AssempBH que possuem o plano de saúde da Unimed-BH já receberam por e-mail o demonstrativo de gastos, documento essencial para solicitar a dedução de despesas médicas na declaração. O extrato também está disponível para consulta e download na "Área do Associado" no site da Associação ([www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br)).

### INFORME PUBLICITÁRIO

# IRPF 2025

**Não perca o prazo!**



**Conte com a JOAF  
para garantir sua  
declaração em dia  
e sem complicações.**

**Entre em contato:**

Rua dos Tupis, 171 - loja 8

(31) 99586-9994 | (31) 2514-5800

[impostoderenda@joafservicos.com.br](mailto:impostoderenda@joafservicos.com.br)

**Recebimento de documentos  
até o dia 27 de maio**

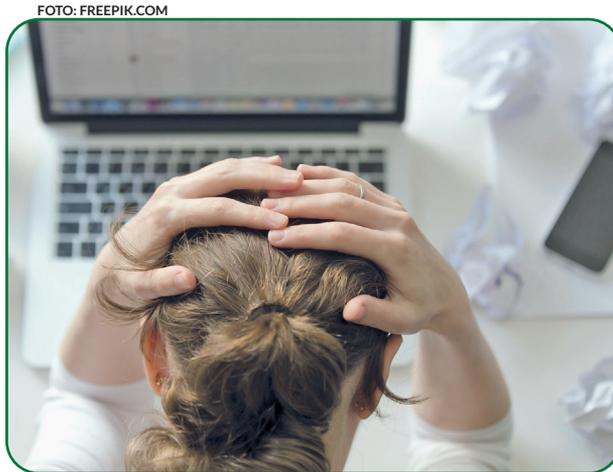
# A crise da saúde mental no trabalho

País bate recorde de afastamentos causados por transtornos mentais

No dia 7 de abril, celebra-se o Dia Mundial da Saúde, data criada em 1948 pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para conscientizar sobre a importância da qualidade de vida e os desafios globais que afetam o bem-estar da população. No entanto, quando o tema é saúde mental no trabalho, o Brasil não tem o que comemorar.

Dados divulgados em março pelo Ministério da Saúde revelam um quadro alarmante. Em 2024, foram registrados 472 mil afastamentos do trabalho por transtornos mentais, o maior número em uma década. Esse total representa um aumento de 68% em relação a 2023, quando 263 mil trabalhadores tiveram que se afastar.

No serviço municipal de Belo Horizonte, o cenário também é preocupante. Segundo dados da Prefeitura, os afastamentos por doenças relacionadas a transtornos mentais e comportamentais atingiram 1,22% dos 41 mil servidores ativos em 2024, com uma média de 506 afastamentos por mês. As categorias mais impactadas foram professores municipais, professores de educação infantil, agentes de serviço de saúde e médicos.



O psicólogo da AssempBH, Artur Leão, alerta que fatores como sobrecarga de tarefas, jornadas exaustivas, ambiente hostil e assédio moral são algumas das causas que comprometem a saúde emocional dos trabalhadores. "A sobrecarga emocional, a falta de reconhecimento e a alienação no trabalho reduzem a capacidade de engajamento e resiliência, levando a um ciclo vicioso de esgotamento psíquico", explica.

Além de impactar a saúde do indivíduo, o adoecimento mental no trabalho compromete a dinâmica organizacional. Segundo Artur, "quando um profissional adoecce, o ambiente e a produtividade também são afetados, tornando-se mais frágeis e instáveis. Como consequência, a qualidade dos serviços prestados tende a cair".

## NÚMEROS

Principais doenças de saúde mental responsáveis pela concessão de benefícios por incapacidade temporária no Brasil em 2024:

### Ansiedade

141.414 casos

### Depressão

113.604 casos

### Depressão recorrente

52.627 casos

### Transtorno bipolar

51.314 casos

Fonte: Ministério da Previdência Social



## BUSQUE AJUDA

O psicólogo Artur Leão recomenda que o trabalhador fique atento aos sinais que podem levar ao adoecimento mental no ambiente de trabalho. Mudanças no humor, dificuldade de concentração e desmotivação, devem ser observadas com atenção. "Quando esses fatores começam a afetar a saúde física, a alimentação, o sono e a disposição para as atividades diárias, comprometendo também as relações sociais, familiares e afetivas, é fundamental aumentar o alerta. Nessas situações, buscar o apoio de um profissional pode ser essencial para ressignificar essas questões e preservar o bem-estar", orienta.

## CUIDADO COM O GOLPE!

Golpistas estão se passando por advogados da AssempBH e entrando em contato, via WhatsApp, com os associados.

Os criminosos utilizam dados públicos de processos para tentar enganá-los e obter dinheiro.

**Advogados da AssempBH não solicitam pagamentos via WhatsApp e não enviam links de instituições bancárias.**

**Se receber algum contato como este, não informe dados pessoais ou bancários, não confirme informações, não clique em links e não realize nenhum pagamento.**

**Desconfie sempre!**

Em caso de dúvidas, ligue para o Jurídico da AssempBH: **3237-5040**



## Bullying e Mobbing, já ouviu falar?

Considerados práticas de violência, o bullying e o mobbing são problemas sociais que podem afetar profundamente a vida das vítimas e dos agressores.

### BULLYING

O bullying é um comportamento agressivo que ocorre principalmente em escolas, mas também pode se manifestar em outros ambientes, como na vizinhança, em agremiações ou de forma online. Essa prática é caracterizada por atos de intimidação, perseguição e violência psicológica impulsionados por grupos que impõem padrões sociais de beleza e comportamento, excluindo ou ridicularizando aqueles que não se enquadram. Em casos mais graves, o bullying pode evoluir para agressões físicas.

Pais e profissionais da Educação devem estar atentos e atuar na conscientização sobre a importância de prevenir e

combater essa conduta. Além disso, é essencial observar sinais como isolamento social, queda no rendimento escolar, baixa autoestima, depressão, transtornos de ansiedade e síndrome do pânico, que podem indicar que a criança ou adolescente está sendo vítima de bullying. Esses quadros exigem acompanhamento psicológico para evitar complicações mais sérias.

No Brasil, o bullying é considerado crime de acordo com a Lei 14.811/2024, em vigor desde 15 de janeiro de 2024.

### MOBBING

O mobbing é uma forma de violência no ambiente de trabalho, caracterizada pela perseguição sistemática e pela exclusão de uma vítima por um grupo de pessoas. Seus sinais incluem a disseminação de fofocas e boatos, agressões verbais e relacionais, além do isolamento intencional. Os impac-

FOTO: FREEPIK.COM



tos podem ser graves, levando a problemas de saúde mental, insatisfação profissional, queda no desempenho e, em muitos casos, demissão decorrente da sobrecarga emocional.

Essa prática compromete os esforços das organizações para promover a diversidade e a inclusão, além de configurar assédio moral, o que pode resultar em consequências legais tanto para os agressores quanto para a empregadora. Se for vítima, reúna provas e não hesite em recorrer ao canal de denúncias do trabalho para relatar o ocorrido.

**Silene Moreira**

Assistente Social da AssempBH

## AGENDA DO SERVIÇO SOCIAL

FIQUE POR DENTRO DA PROGRAMAÇÃO DE ABRIL

### ▶ DIÁLOGOS SOCIAIS

**Tema:** Bullying - O que é, suas consequências e as formas de combate

**Data:** 9/4

**Horário:** 15h

**Local:** 7º andar

### ▶ CINEMA E PIPOCA

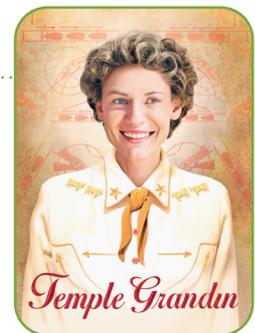
**Filme:** "Temple Grandin"

Em menção ao Dia Mundial de Conscientização ao Autismo.

**Data:** 30/4

**Horário:** 14h

**Local:** 7º andar



## NOTA

### ▶ Associada promove Dia da Beleza na AssempBH

No dia 25 de março, a sede da AssempBH recebeu o Dia da Beleza, evento especial promovido pela associada Suely Maria em homenagem ao Mês das Mulheres. As participantes puderam aproveitar serviços gratuitos de maquiagem e limpeza de pele, além de receberem dicas sobre cuidados estéticos. A ação proporcionou momentos de valorização da beleza, destacando a importância da autoestima e o bem-estar feminino.

FOTO: COMUNICAÇÃO ASSEMPBH



# Plenitude feminina na menopausa

Conheça as causas e tratamentos para ter uma vida saudável nesta fase da vida

A menopausa é uma fase natural na vida da mulher, marcada por transformações hormonais que podem afetar tanto o corpo quanto as emoções. Compreender esse processo e buscar orientação adequada são passos essenciais para uma transição mais equilibrada e saudável.

## O QUE CAUSA?

As mulheres nascem com uma quantidade limitada de óvulos, que diminui progressivamente ao longo dos anos. Quando esse estoque se esgota, a menstruação chega ao fim, marcando o início da menopausa. Em média, isso ocorre por volta dos 51 anos, quando os ovários deixam de produzir os hormônios estrogênio e progesterona, essenciais para a regulação do ciclo menstrual, a manutenção da saúde óssea e a proteção do sistema cardiovascular.

## CLIMATÉRIO

As mudanças que antecedem a menopausa podem começar por volta dos 45



anos, durante a fase de transição chamada climatério. Nesse período, há uma redução gradual dos níveis de estrogênio, o que pode causar sintomas como ondas de calor, ciclos menstruais irregulares, insônia e ressecamento vaginal. Além disso, essa fase aumenta o risco de osteoporose e doenças cardiovasculares.

Algumas condições podem antecipar a menopausa, como a remoção cirúrgica dos ovários, o tabagismo, doenças autoimunes e tratamentos como quimioterapia ou radioterapia. Por isso, ao perceber os primeiros sinais, é fundamental buscar acompanhamento médico para iniciar os cuidados preventivos.

## TRATAMENTOS

Ao perceber os primeiros sintomas, é importante procurar um médico para avaliar o tratamento mais adequado:

### Terapia de reposição hormonal (TRH)

▶ A TRH pode aliviar os sintomas em mulheres com menos de 60 anos ou até 10 anos após o início da menopausa. Sua indicação deve ser feita por um médico, que avalia o histórico de saúde da paciente e possíveis contraindicações, como câncer, trombose, doenças cardiovasculares e lúpus.

### Alternativas não hormonais

- ▶ Alimentação rica em cálcio, vitamina D e ômega-3 para os ossos e o coração;
- ▶ Exercícios físicos para melhoria do humor e da qualidade do sono;
- ▶ Hidratação da pele e mucosas;
- ▶ Terapias naturais como acupuntura, fitoterapia e meditação para melhorar o equilíbrio emocional.

Para mais dicas de saúde e bem-estar, acesse: [viverbem.unimedbh.com.br](http://viverbem.unimedbh.com.br)

Vem aí a

## 16ª MEIA MARATONA DE BELO HORIZONTE



FAÇA SUA INSCRIÇÃO NO  
4º ANDAR DA SEDE DA ASSEMPBH:  
RUA DA BAHIA, 1.033

Valor subsidiado  
para associados:

R\$60\*

Data da prova: 1º de junho  
Local: Praça Nova - Pampulha

A AssempBH terá uma tenda no evento, que servirá como ponto de encontro no dia da prova.



Alguns dos participantes da edição de 2024!

Mais informações: 3237-5000

# No nascimento dos seus filhos e dos seus futuros netos.

Há mais de 50 anos, a Unimed-BH está sempre ao seu lado. No app que resolve e na rede de atendimento que está em todo lugar. Nos hospitais que você mais confia e nos novos que estão sendo construídos. No cuidado com a nossa cultura e na promoção da saúde, para você também se cuidar. Na história dessa cidade e, principalmente, na história da sua vida.

Sempre aqui, sempre com você.



ANS - Nº 34.388-9

*Sempre com Você.*

**Unimed**  
Belo Horizonte

a vida  
nos  
une.

# Serviço de Apoio Digital tem novo espaço

Auxílio oferecido a associados agora conta com uma sala exclusiva

Com o objetivo de ampliar e aprimorar os serviços oferecidos aos associados, a AssempBH realizou uma reforma no 4º andar da sede para acomodar o serviço de Apoio Digital e criar uma nova sala específica para a coordenação do Atendimento. Com isso, a disposição da recepção foi alterada (confira na foto ao lado).

Com as modificações, o Apoio Digital agora dispõe de um espaço exclusivo para



Atendimento Geral à esquerda, Apoio Digital no centro e a Recepção à direita.

atender os associados que buscam ajuda para acessar portais, baixar documentos, realizar agendamentos ou executar tarefas burocráticas na internet.

A iniciativa busca promover a inclusão digital, com atenção especial às pessoas que enfrentam dificuldades no uso de tecnologias, sempre pautada na qualidade do atendimento, na segurança e na privacidade dos dados dos usuários.

## FUNCIONAMENTO DO APOIO DIGITAL

O serviço está localizado no 4º andar da sede da Associação e é fornecido gratuitamente a todos os associados. O atendimento é feito de segunda a sexta-feira, das 12h às 18h, por ordem de chegada, sem necessidade de agendamento.



## AGENDA CULTURAL

CONFIRA ALGUMAS OPÇÕES CULTURAIS DE BH EM ABRIL!



12/4

**O Teatro Mágico +  
Móveis Coloniais de Acaju**  
Local: BeFly Hall



18 a  
20/4

**Duas Irmãs e um Casamento**  
Local: Sesc Palladium



13/4

**Orquestra Ouro Preto:  
The Beatles**  
Local: Sesc Palladium



26/4

**Flávio Venturini: Minha História**  
Local: Palácio das Artes

**OFICINA:  
SUPLEMENTAÇÃO  
PARA A MULHER  
MADURA**

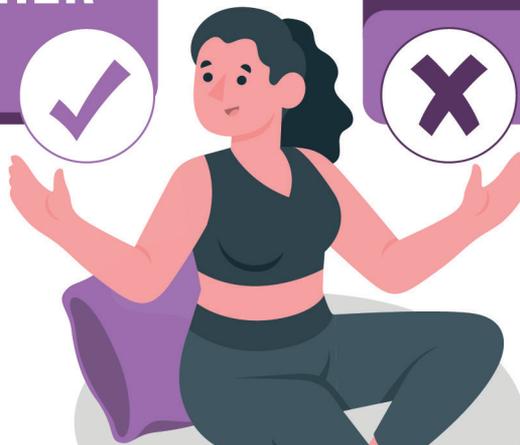


16 DE ABRIL | 14H ÀS 17H

INSCRIÇÕES GRATUITAS PELO WHATSAPP DO IDCT:

**99993-5757**

ENVIE BM, NOME COMPLETO E CPF PARA GARANTIR  
SUA VAGA. NÃO PERCA ESSA OPORTUNIDADE!



APONTE A CÂMERA DO SEU  
CELULAR PARA O QR CODE  
E CONHEÇA ALGUNS DOS  
CURSOS OFERECIDOS PELO IDCT.



# Um mundo em páginas

**Biblioteca da AssempBH se destaca pelo vasto acervo disponível aos associados**

O Dia Mundial do Livro, celebrado em 23 de abril, foi instituído pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco) com o objetivo de celebrar o livro, incentivar a leitura e homenagear os autores. Esses mesmos compromissos são promovidos pela AssempBH por meio da Biblioteca Orlando Vignoli.

Em um cenário em que o número de bibliotecas tem diminuído em todo o país, a Orlando Vignoli se destaca como um verdadeiro oásis para os amantes da leitura. Inau-

gurada em 1998, conta atualmente com um acervo de mais de 9 mil livros, abrangendo diversas áreas do conhecimento, como literatura nacional e estrangeira, filosofia, autoajuda, psicologia, ciências sociais, história e literatura infantojuvenil.

Além do empréstimo domiciliar de publicações, a biblioteca também disponibiliza acesso à internet, por meio de computadores e rede Wi-Fi, e conta com um espaço equipado com mesas para leitura e estudo dos associados.

FOTO: ROMACOMBH



## UTILIZE A BIBLIOTECA

A Biblioteca Orlando Vignoli está localizada no 4º andar da sede da AssempBH. Associados e seus dependentes têm acesso ao acervo e podem realizar empréstimos de livros e outros materiais sempre que desejarem.

## NOTA

### Conheça o Carro-Biblioteca

Você já viu o ônibus da foto ao lado circulando por BH? Ele é o Carro-Biblioteca, um programa da Biblioteca Pública Estadual de Minas Gerais, com o objetivo de democratizar o acesso à leitura em comunidades socialmente vulneráveis da região metropolitana. A agenda da unidade itinerante, com os locais e horários de visita, é disponibilizada semanalmente no site: [www.bibliotecapublica.mg.gov.br/carro-biblioteca](http://www.bibliotecapublica.mg.gov.br/carro-biblioteca).

FOTO: DIRCEU AURELIO/IMPRESA MG



## SOCIAL

A Associada Áurea dos Santos, que faz aniversário em abril, presenteou a AssempBH com uma linda mensagem de agradecimento:

"Eu, Áurea Candida dos Santos, completo mais um ano de vida no dia 24/04/25 e estou muito feliz por poder contar com o acompanhamento em atividades de qualidade de vida na AssempBH. Agradeço a Deus e a todos pelo carinho neste novo ciclo. Me sinto leve, feliz, saudável e cheia de luz!"

A AssempBH lhe deseja um feliz aniversário!



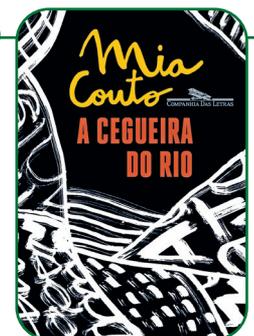
## DICA DE LEITURA

### A CEGUEIRA DO RIO

MIA COUTO

Neste romance, Mia Couto nos transporta para o norte de Moçambique, no ano de 1914, um período marcado pela disputa territorial entre Portugal e Alemanha, no contexto da Primeira Guerra Mundial. A história, inspirada em um evento real, destaca a resistência dos povos moçambicanos à dominação colonial e aos horrores da guerra, ao mesmo tempo em que apresenta um enigma fascinante: o desaparecimento da escrita em todo o mundo. A trama propõe uma reflexão sobre o papel da escrita na identidade, na memória e na preservação cultural.

Pelo bibliotecário da AssempBH, Marconne Resende



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

**PALAVRAS CRUZADAS**

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Bravura; destemor Programa de transferência direta de renda (BR)		Tipo de bactéria da hanseníase		Fator que varia no mimetismo (Ecol.)		Proteína que dá firmeza à pele		Objeto de pesquisa de redes varejistas
Única pessoa que podia criticar o rei		Talher com que se toma sopa						
Pedra do anel do engenheiro						"Sex (?) the City", série da HBO		
André Gide, escritor francês		Interjeição que exprime espanto		Brejeiras; maliciosas				Local de filmagens "Interno", em PIB
Extraordinário; espantoso								
				Percorrido Diogo Álvares Correia (Hist. BR)				
Prossiga! Grande, em inglês		Osso triangular na base da coluna						A vitamina da laranja O tumor que exige tratamento com quimio ou radioterapia
				Rival da Ponte Preta (fut.) Tem fé		Formato do palito de dentes		Meu, em francês
Rendosas Mitra do Pontífice (pl.)								
								Lutécio (símbolo) (?) ganoush, pasta à base de berinjela típica do Oriente Médio
						Tecido do jeans Tempero marinho		
Recompensarem Transporte comercial ilegal								(?) aeternum: para sempre (latim)
		Ósmio (símbolo)		Sigla inglesa dos EUA				
Aparelho de treino de pilotos de aviões								

BANCO 2/ad. 3/and — big — mon. 4/baba. 5/sacro — vamos. 7/maligno. 8/colágeno. 12

**#FaçaCoquetel**  
Assine e receba no conforto da sua casa!  
www.asinecoquetel.com.br

Acesse nosso site!

COQUETEL

**Solução**

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

**CLASSIFICADOS**

**CONTROLE DE PRAGAS**

Faço controle de pragas: baratas, traças, cupins, lacraias e roedores em qualquer ambiente. Formigas fora da garantia. Orçamento sem compromisso. ARNALDO - (31) 98826-5225 (WhatsApp)

**ALUGUEL DE SALA**

Localizada no Edifício Maletta, 17º andar, com recepção e banheiro. Valor R\$500,00, mais condomínio e IPTU. SÂNGELA: (31) 99938-2412 (WhatsApp)

**EXCURSÕES**

- Semana da Melhor Idade 2025: atrações e shows. De 09/06 a 12/06. Valor: R\$ 1.870,00  
- Show: Golden Boys + Silvio Brito De 12/06 a 15/06. Pacotes com pensão completa. Valor: R\$ 2.160,00 (até 12x). LUCI: (31) 99443-2422

**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\$ 95. ISIDRO - (31) 99286-4463

**DJ**

Discotecagem em vinil para festas e eventos. Músicas dos anos 60, 70, 80 e 90. Conheça nosso trabalho pelo instagram: @misturafnavinil. Camila - (31) 98978-9010

**TRANÇAS NOS CABELOS**

Deseja mudar seu visual? Venha trançar seu cabelo! Tranças diversas, nagô, boxeadora, boxbraids entre outros modelos. Agende seu horário. Estou formando turmas para aula de tranças. Instagram: @luciaatrancista LUCIA - (31) 98729-0928

**APARTAMENTO TEMPORADA**

Praia do Morro, em Guarapari/ES. Um quarto de casal, sofá bicama na sala, dois banheiros, tv smart, internet, uma vaga de garagem e prédio com elevador. Apenas dois quarteirões da praia, próximo a todo tipo de comércio. SÂMARA - (31) 99891-2374 (WhatsApp)

**AULAS PARTICULARES**

Aulas particulares de Matemática para o ensino fundamental, médio e cursors. LEDA: (31) 99970-7489

**ODONTOLOGIA**

Clínica geral, clareamento a laser, endodontia, ortodontia, implantodontia, periodontia prótese, odontopediatria, harmonização orofacial-botox. Descontos p/ associados, funcionários e familiares. Av. Álvares Cabral, 374 sl.1607- Lourdes/BH-MG. www.odontologiaanaluzagomes.com.br ANA LUIZA - (31) 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. A AssempBH não se responsabiliza pelos serviços oferecidos nos classificados. Não serão permitidas divulgações de serviços que possam criar concorrência com as atividades já oferecidas pela AssempBH ou de parceiros diretos.

Siga a

**ASSEMPBH NAS REDES SOCIAIS**

- assempbhoficial
- AssempBH
- assempbhoficial
- assempbhoficial