

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

Porta-voz do Servidor



Mala Direta  
Básica

9912292424/2012-DR/MG  
ASSEMP BH MG



Ed. 350

Dezembro  
2024



## Precisamos falar sobre saúde mental

Encontro reuniu psicólogos da AssempBH para um bate-papo sobre o tema

Página 7



Entrevista: presidente Anselmo Horta Nassif aborda perspectivas e planos para o seu novo mandato à frente da Associação

Página 6

As atualizações sobre o caso da paridade na Educação



Página 4

Servidores se mobilizam contra a PEC 66/2023



Página 5

Saiba como enfrentar com saúde os dias de calor



Página 9

Inscrições para as atividades coletivas 2025



Página 10

## MAIS 12 MESES

À medida que nos aproximamos do fim de mais um ano, olhamos para trás e refletimos sobre o caminho que foi percorrido. Para a AssempBH, 2024 foi um ano repleto de desafios, iniciativas e, acima de tudo, de fortalecimento. Novos convênios e serviços, mais atividades, ações do setor jurídico e eventos marcantes reforçaram a importância do trabalho de reconhecer e valorizar os servidores.

Agora, renovamos nossas energias e expectativas para os próximos 12 meses. Em 2025, com a posse de um novo mandato na presidência da AssempBH (confira mais detalhes nas páginas 3 e 6), o objetivo é dar continuidade aos projetos que têm gerado resultados

positivos, ao mesmo tempo em que buscamos novos horizontes para ampliar parcerias e serviços, atendendo de forma ainda mais eficaz às necessidades dos associados e associadas. O empenho de cada setor da Associação ao longo de 2024 será um reflexo para o futuro promissor que está por vir.

Desejamos a todos os associados, servidores e funcionários um final de ano repleto de alegria, descanso e momentos especiais ao lado de quem é importante. Que 2025 chegue com saúde, prosperidade e a certeza de que podemos conquistar ainda mais.

Boa leitura!



### DISSE O PENSADOR

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

*“Sábio é aquele que conhece os limites da própria ignorância.”*  
Sócrates, filósofo ateniense (470 a.C. a 399 a.C)

## 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  
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.

A MANCHETE DO MÊS É:

**SUSTENTABILIDADE!****AJUDE A ASSEMPBH A SER MAIS SUSTENTÁVEL!**

Para diminuir o desperdício de papel e reduzir custos, o Jornal da AssempBH quer incentivar os associados a lerem as notícias da Associação também por meio do WhatsApp, e-mail ou site ([www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br)).

**Por que optar pelo jornal digital?**

- + **Sustentabilidade:** menos papel despejado no meio ambiente.
- + **Economia:** a impressão e distribuição geram um alto custo para a Associação.
- + **Praticidade:** receba no seu celular ou computador, onde estiver!

**Como funciona?**

- **E-mail:** Todos os associados já recebem a **versão digital por e-mail**.
- **WhatsApp:** Para receber o jornal também por **WhatsApp**, basta adicionar o número **(31)3237-5026** à sua lista de contatos e mandar uma mensagem solicitando sua inclusão nas listas de transmissão.
- **Site:** A versão digital também pode ser facilmente acessada por meio do **site** ([www.assemp.org.br](http://www.assemp.org.br)) na aba "**Comunicação**" e depois em "**Jornal da AssempBH**".

**DESEJA PARAR DE RECEBER O JORNAL EM CASA?**

Para deixar de receber o jornal físico em sua residência, é necessário preencher o formulário de cancelamento. Para acessá-lo, aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado.



Se você ainda prefere a versão em papel, também é possível retirá-la em qualquer recepção da sede da AssempBH!

**NOTAS****► Eleições na AssempBH**

No dia 28 de novembro foi realizada a eleição da presidência da AssempBH para o próximo período de quatro anos. Anselmo Horta Nassif foi reeleito presidente para um novo mandato, tendo como vice-presidente Maurício Albino de Almeida. Também foi definida a composição do Conselho de Administração, órgão responsável por eleger a chapa que irá presidir a AssempBH. A presidência do Conselho ficará a cargo de Carlos Alberto de Oliveira, com Jussara Cacique Francisco como vice-presidente e Maria do Carmo Michel Bedran na função de secretária.



**Anselmo Horta Nassif**  
.....  
**Presidente da AssempBH**



**Maurício Albino**  
.....  
**Vice-presidente**

**► AssempBH disponibiliza recebimento de boletos por e-mail**

Agora é possível solicitar o envio dos boletos por e-mail para os serviços de mensalidade social, planos de saúde e odontológicos e seguro de vida. A novidade visa facilitar o acesso aos boletos e evitar possíveis atrasos nos pagamentos devido a problemas com os Correios. Para realizar a solicitação, os associados devem entrar em contato com o Atendimento da AssempBH pelo telefone 3237-5000 ou WhatsApp (31) 98476-8200. A solicitação deve ser feita até o dia 20 de cada mês para que o boleto seja enviado por e-mail no mês seguinte. Caso a solicitação seja feita após essa data, o envio por e-mail será possível apenas no segundo mês.

# Cenário das ações pela paridade para servidores da carreira da Educação

O Núcleo de Assistência Jurídica da AssempBH continua atuando de forma dedicada nas ações judiciais em defesa dos servidores da carreira da Educação, aposentados com paridade antes de julho de 2022, que não foram contemplados pelos níveis de progressão previstos na Lei n.º 11.381/2022.

No âmbito do Poder Judiciário local, as decisões favoráveis têm se tornado unânimes, representando um avanço significativo para a categoria. O caso ganhou relevância nacional com o julgamento previsto no Supremo Tribunal Federal (STF), sob o regime de Repercussão Geral - Tema 1293 - Extensão aos servidores inativos dos efeitos remuneratórios decorrentes da reestruturação da carreira de professor do município de Belo Horizonte. A decisão que vier a ser proferida terá impacto em todos os casos semelhantes em todo o território nacional.

Diante da importância desse julgamento, a AssempBH estabeleceu parceria com o renomado Escritório de Advocacia Riedel Resende e Advogados Associados, referência em Direito Previdenciário e com sede em Brasília. O escritório será responsável por fazer a interface junto aos ministros do STF, assegurando uma representação qualificada nesse momento crucial.

Enquanto o julgamento não ocorre, os processos em andamento terão sua tramitação suspensa ao alcançarem a fase recursal, aguardando o desfecho do STF. A AssempBH reforça seu compromisso com a defesa

dos direitos dos servidores da educação e seguirá informando sobre cada etapa dessa importante luta jurídica.



## AGENDE SEU ATENDIMENTO

Para tratar sobre este e outros assuntos, agende seu atendimento com o Jurídico pelos telefones: **3237-5040** ou **98477-5683** (WhatsApp).

## ALERTA DE GOLPE!

Com base em informações públicas de processos de precatórios, golpistas estão entrando em contato com associados por meio do WhatsApp e se passando por advogados da AssempBH. Eles solicitam o pagamento de taxas, guias, DAEs e boletos falsos.

**A AssempBH não solicita pagamentos pelo WhatsApp. Desconfiem sempre antes de realizar qualquer pagamento.**

Em caso de dúvidas, entre em contato conosco por meio dos seguintes canais:

**(31) 3237-5000, (31) 3237-5078 ou WhatsApp (31) 98476-8200 | (31) 98477-5683**



# Servidores contra a PEC 66/2023

**Em audiência realizada na Câmara Municipal, entidades que representam os servidores municipais opinaram sobre a proposta**

Representantes dos sindicatos e entidades que defendem os servidores públicos municipais participaram, no dia 13 de novembro, de uma audiência promovida pela Comissão de Administração Pública da Câmara Municipal de Belo Horizonte. O encontro teve como pauta os impactos da PEC 66/2023, que, segundo os participantes, apresenta diversos riscos à aposentadoria dos servidores.

De autoria do senador Jader Barbalho (MDB/PA), a Proposta de Emenda à Constituição (PEC) 66/2023, atualmente em tramitação na Câmara dos Deputados, estabelece a obrigatoriedade de estados, Distrito Federal e municípios aderirem às regras da Reforma da Previdência de 2019, instituída pela Emenda Constitucional 103/2019. A PEC não apenas impõe novas normas para os servidores públicos, como também per-

mite que os municípios realizem o parcelamento de suas dívidas previdenciárias.

A mobilização contra a proposta resultou na aprovação, pela Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania (CCJC) da Câmara dos Deputados, do parecer do relator Darci de Matos (PSD-SC), que propôs a exclusão do artigo referente aos regimes próprios.

Representando a AssempBH na audiência, o conselheiro da Comissão de Administração do RPPS, André de Freitas Martins, posicionou-se contrário à proposta e defendeu a necessidade de um acompanhamento mais detalhado

dos relatórios apresentados pela Prefeitura de Belo Horizonte sobre os fundos previdenciários do município. "Se a PEC 66/2023 fosse aprovada nesse formato, BH teria uma previdência ainda mais desfavorável que a atual. Qualquer discussão nessa área precisa ser conduzida com maior transparência," alertou André.

FOTO: CRISTINA MEDEIROS/CMBH



Núcleo de Convivência Social e Cultural da AssempBH convida para

## Mostra de Artes

EXPOSIÇÃO DOS TRABALHOS REALIZADOS DURANTE O ANO DE 2024 PELAS ALUNAS DAS FACILITADORAS CAMILA OTTO, CARMEM COUTO, MARIA LUIZA, NARA HAUCK E SUELY PIMENTEL.

**ABERTURA: 03.12 | 14H**

**EXPOSIÇÃO DOS TRABALHOS  
ATÉ 13/12**  
PORTARIA DA SEDE DA ASSEMPBH  
E ATELIÊS DO 6º E 9º ANDARES



# A palavra é "continuidade"

**Presidente da AssempBH avalia o cenário atual da entidade e reafirma seus compromissos para o novo mandato que terá início em 2025**

**E**m novembro, a chapa única liderada pelo atual presidente, Anselmo Horta Nassif, foi eleita para um novo mandato à frente da AssempBH. Em uma conversa aberta, Anselmo abordou o panorama político, econômico e jurídico no qual a Associação está inserida. Confira abaixo:

▶ **Em 2025, inicia-se um novo ciclo de mandatos na Prefeitura, na Câmara de Vereadores e aqui na AssempBH. Qual será a relação da entidade com essas duas esferas políticas?**

*Nossa relação com a Prefeitura e a Câmara é estritamente institucional. Está previsto no artigo 63 do estatuto que é proibido qualquer participação da AssempBH em atividades político-partidárias ou religiosas. Por isso, como uma entidade sem fins lucrativos, temos o compromisso de atuar sempre dentro do nosso papel como Associação, representando com responsabilidade e dedicação os cerca de 15 mil associados que confiam neste trabalho.*

▶ **No cenário econômico, há muitas visões positivas e negativas sobre o futuro. Como a AssempBH está se preparando?**

*A estabilidade financeira da AssempBH é um ponto do qual podemos nos orgulhar. Tanto a presidência quanto as gestões dos*



*setores da AssempBH trabalham sempre com o cuidado de tomar as melhores decisões para a aplicação do capital e com o controle de gastos da Associação. Esta receita de trabalho tem gerado bons resultados. Na medida do possível, usamos os recursos para incrementar os serviços oferecidos, de acordo com a necessidade dos associados, sempre seguindo a regra de nunca gastar mais do que recebemos.*

▶ **Na área jurídica, a AssempBH tem se empenhado na luta pela paridade salarial dos servidores da Educação. Qual é a sua perspectiva sobre o desfecho dessa batalha?**

*Quando a PBH decidiu conceder esse benefício apenas aos servidores da ativa, deixando os aposentados de fora, houve uma grande injustiça. Nesse momento, o competente setor Jurídico da Associação conduziu cerca de 2 mil ações reivindicatórias em nome dos aposentados, obtendo*

*importantes vitórias na justiça em primeira e segunda instância. No entanto, a Prefeitura recorreu e levou o caso ao Supremo Tribunal Federal, em Brasília.*

*Diante dessa nova etapa, entendemos a necessidade de um acompanhamento jurídico ainda mais especializado. Por isso, a AssempBH contratou um escritório de advocacia na capital federal para atuar diretamente nesse processo. Embora o desfecho ainda seja incerto, nossa administração não poupará esforços para garantir os direitos dos aposentados da Educação.*

▶ **Em 2024, reforçamos a divulgação dos diversos benefícios oferecidos aos associados. O que eles podem esperar nos próximos anos?**

*Nosso principal foco tem sido atender os associados que enfrentam dificuldades para manter um plano de saúde. Por isso, estamos trabalhando para ampliar as parcerias com empresas do setor de saúde, como clínicas, consultórios e laboratórios, que oferecem serviços a custos reduzidos. Além disso, parte dos atendimentos conta com subsídio da AssempBH, que cobre parte do valor do serviço, tornando-o ainda mais acessível. Também estamos atentos a outras demandas, sempre escutando e valorizando o interesse de nossos associados e associadas.*

## MENSAGEM DA PRESIDÊNCIA

*"A AssempBH é uma verdadeira família, onde todos – associados, servidores e funcionários – são tratados com carinho e respeito. A nossa presidência tem como prioridade o cuidado com as pessoas, mesma visão que gostaríamos de ver refletida na administração pública.*

*Desejamos a todos momentos de paz e alegria, fortalecendo a filosofia do olhar mais caridoso e humanizado."*

**Anselmo Horta Nassif**  
Presidente da AssempBH



**O Presidente da AssempBH, Anselmo Horta Nassif, e o vice-presidente Maurício Albino**

*"Desejo a todos um 2025 repleto de saúde, energia e conquistas. Na AssempBH, continuaremos comprometidos em oferecer o melhor atendimento possível aos nossos associados, para que eles encontrem aqui o apoio e a motivação necessários para enfrentar e superar os desafios da vida com confiança e bem-estar."*

**Maurício Albino**  
Vice-presidente da AssempBH

# Um bate-papo sobre psicologia

Evento reuniu os seis psicólogos da AssempBH para falar sobre saúde mental na atualidade

No dia 12 de novembro, o espaço Multiúso foi palco de uma conversa entre os seis psicólogos da AssempBH. Com o tema "Diálogos em Psicologia: O Sofrimento Psíquico na Atualidade", o evento teve como objetivo promover um debate sobre os desafios modernos que impactam a saúde mental da população. Organizado pelo Núcleo de Saúde Espaço Viver Bem, o encontro possibilitou que os profissionais discutissem livremente o tema, compartilhando opiniões e aprofundando a compreensão sobre questões atuais.

Sucesso entre os participantes, o evento reuniu mais de 150 pessoas, entre associados e convidados, que foram recebidos com um delicioso café, além de brindes ao final da conversa. Para a associada Kátia Carvalho, a experiência foi um estudo mui-



Da esquerda para direita, os psicólogos: Sebastião Maciel, Pakisa Araújo, Cássio Vianna, Diva Matuck, Artur Leão e Raphael Duarte

to interessante da mente. "Vou levar daqui dicas valiosas para me conhecer melhor. Aos psicólogos da AssempBH, continuem nos mostrando esse caminho", comentou.

## HOMENAGEM

Antes de iniciarem o bate-papo, os profissionais de psicologia receberam o reconhecimento da AssempBH pelo trabalho de acolhimento e assistência que está sendo realizado desde a pandemia. Nesse período, a procura por atendimento psicológico cresceu exponencialmente. Com esforço conjunto, a equipe tem auxiliado os associados a enfrentarem os desafios desta nova realidade, contribuindo também para a construção de uma sociedade mais resiliente e preparada para lidar com adversidades.

## UM TRECHO DO QUE CADA PSICÓLOGO DISSE SOBRE O TEMA DA CONVERSA

"Precisamos entender que sofrer também faz parte da vida. Não estar bem em alguns dias é uma condição humana normal. Esta oscilação é natural da nossa própria existência".

**Raphael Duarte**

"É necessário refletirmos sobre o quanto a nossa saúde emocional depende da qualidade das nossas emoções e pensamentos".

**Pakisa Araújo**

"Como você interpreta a vida? A ajuda dos profissionais de psicologia é importante para entender essa pergunta. O autoconhecimento evita que interpretações equivocadas gerem a frustração".

**Sebastião Maciel**

"O excesso de expectativa criada sobre nós mesmos gera sofrimento. Devemos equilibrar o que queremos para nossas vidas diante do que podemos, de fato, alcançar".

**Diva Matuck**

"A cultura moderna criou a ilusão de que podemos ser felizes o tempo todo, ignorando os conflitos internos e as limitações do inconsciente. Isso faz com que muitas pessoas sofram por não conseguirem alcançar esse ideal irreal de felicidade".

**Artur Leão**

"Estamos vivendo o transbordamento do vazio. A sociedade contemporânea é caracterizada pelo excesso de coisas que não preenchem. As pessoas estão fragmentadas e sem identidade".

**Cássio Vianna**



**INVESTIR EM CONHECIMENTO  
É SEMPRE UMA ÓTIMA IDEIA!**

**CONHEÇA OS CURSOS DE CAPACITAÇÃO DO IDCT,  
A ESCOLA DA ASSEMPBH**

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



> **TÁ FÁCIL,**

> **TÁ NO CELULAR.**

# A UNIMED TÁ ON PRA VOCÊ.

Na aba **Minha Saúde**, no app Unimed-BH, você acessa todos os documentos da sua consulta sempre que precisar.

**RESULTADOS DE EXAMES | ATESTADOS E DECLARAÇÕES |  
RECEITAS | COMPARTILHAR EXAMES COM O MÉDICO**

## Muito importante!

Para acessar o **Minha Saúde**, será preciso aceitar um termo assistencial. O aceite é necessário para você conseguir visualizar os resultados de laboratórios parceiros.

Caso você ainda não tenha o app Unimed-BH, aproveite e baixe agora.



**IOS**



**ANDROID**

✓ Resultados de laboratórios parceiros
✕

**TERMO DE CONSENTIMENTO PARA TRATAMENTO DE DADOS PESSOAIS**

Eu, ao aceitar o presente Termo de Consentimento, enquanto titular dos dados a que este se refere, **AUTORIZO**, nos termos do art. 7º, I e art. 11, I da Lei nº 13.709/2018 (Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais), a UNIMED BELO HORIZONTE COOPERATIVA DE TRABALHO MÉDICO, CNPJ nº 16.513.178/0001-76, a tratar os meus dados pessoais que sejam a esta disponibilizados, inclusive os sensíveis, da seguinte forma:

**QUAIS INFORMAÇÕES SERÃO TRATADAS, E PARA QUÊ?**

Para que o aplicativo do cliente Unimed-BH alcance o seu propósito, isto é, ser uma plataforma tecnológica que permita que o cliente tenha acesso às suas informações.

Li e concordo com os termos.

[Permitir acesso](#)

**Unimed**  
Belo Horizonte





# Como enfrentar os dias quentes com saúde e bem-estar

**Pequenos hábitos podem fazer a diferença para manter-se saudável nas ondas de calor e altas temperaturas**

Com a chegada do verão e a amplificação das ondas de calor no Brasil, é ainda mais necessário cuidar da saúde e ajudar a preparar o corpo para enfrentar os dias mais quentes. Aumentar o consumo de água em dias de calor intenso, fazer lavagem nasal com soro fisiológico, utilizar protetor solar e cuidar da alimentação são alguns hábitos que devem ser reforçados.

Uma dúvida comum diz respeito à

quantidade de água recomendada para ingestão diária. Esse cálculo pode variar conforme fatores como peso, idade, estilo de vida e a prática de atividades físicas. Segundo o Guia Alimentar da População Brasileira, dois litros de líquidos por dia podem ser suficientes para a maioria das pessoas.

Abaixo, algumas orientações para se manter protegido:



## CUIDADOS COM O CORPO E A PELE

- ▶ Reforce a aplicação do filtro solar;
- ▶ Inclua alimentos frescos na alimentação;
- ▶ Faça atividades físicas, respeitando os limites do corpo;
- ▶ Evite o excesso de álcool;
- ▶ Reduza o consumo de alimentos gordurosos e processados.



### USE FILTRO SOLAR

Sem os devidos cuidados, o sol pode ser um vilão. Por isso, o filtro solar é indispensável e deve ser utilizado diariamente. O produto deve ser aplicado 30 minutos antes da exposição ao sol, e reaplicado de três em três horas. Em casos de transpiração, contato com água ou em dias intensamente ensolarados, esse intervalo deve ser reduzido para no máximo duas horas.

## HIDRATAÇÃO REFORÇADA

- ▶ Aumente o consumo de água;
- ▶ Abuse dos chás e sucos naturais;
- ▶ Aumente a ingestão de frutas;
- ▶ Hidrate a pele e os lábios regularmente;
- ▶ Faça lavagem nasal com soro fisiológico.

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

VÊM AÍ AS  
ATIVIDADES DO

**Serviço  
Social  
2025**



## PROJETOS\*



**Diálogos  
 Sociais**

**Encontros mensais para discutir temas variados do cotidiano dos associados**

- Quando: segunda quarta-feira de cada mês
- Horário: 15h
- Local: 7º andar



**Cinema e  
 Pipoca**

**Filmes cuidadosamente escolhidos para assistir com os colegas**

- Quando: última quarta-feira de cada mês
- Horário: 14h
- Local: 7º andar

\*Os dias e horários das atividades podem mudar ao longo do ano de acordo com a necessidade e agenda do setor.

# INSCRIÇÕES 2025

DE 10 A 12 DE DEZEMBRO

As inscrições para as atividades coletivas dos Núcleos de Convivência e de Saúde serão realizadas exclusivamente pelo site da AssempBH:

[WWW.ASEMP.ORG.BR](http://WWW.ASEMP.ORG.BR)

No site, acesse a **“Área do associado”** (no caso de primeiro acesso será necessário realizar o cadastro)

O(a) associado(a) poderá se inscrever em um máximo de seis atividades (3 no Núcleo de Convivência e 3 no Núcleo de Saúde)

Nos dias 18 e 19 serão realizadas as inscrições para as vagas remanescentes.

## NÚCLEO DE CONVIVÊNCIA SOCIAL E CULTURAL (NCSC)

- Dança de salão
- Dança Mix
- Dança do Ventre Terapia
- Yoga Integral
- Arte Terapia e Florais
- Macramê
- Mosaico
- Eco Artes
- Pintura em Tecido
- Tricô, Crochê e Bordado

- Pintura em Tela
- Desenho
- Lettering

### Atividades online:

- Desenho
- Arte Terapia

Mais informações:  
**98431-5283** 📞



## NÚCLEO DE SAÚDE ESPAÇO VIVER BEM (NSEVB)

- Grupo Memória Ativa
- Grupo de Terapia
- Projeto Emagre-Ser
- Oficina Lidando com a Ansiedade e o Estresse
- Oficina Mulheres Reais
- Grupo de Apoio ao

Projeto Emagre-Ser (GAP)

- Fisioterapia Integral

Mais informações:  
**98415-8110** 📞



## Recesso de Natal e Ano Novo na AssempBH

**23/12/2024 a  
03/01/2025**

Administrativo, Núcleo Jurídico e Núcleo de Saúde retornam os atendimentos em **06 de janeiro.**

Férias coletivas do Núcleo de Convivência. As atividades retornam em **22 de janeiro.**

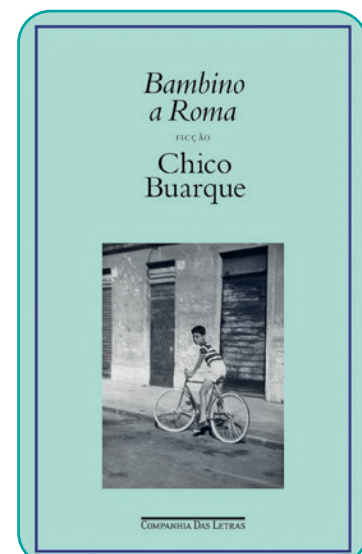
## DICA DE LEITURA

### BAMBINO A ROMA

CHICO BUARQUE

O que fazemos com o que a vida faz de nós? Visitar a infância, com os olhos de adulto, é o exercício que Chico Buarque faz em "Bambino a Roma". Nesse livro, conhecemos parte de sua infância vivida em Roma, as dores e delícias desse tempo em que aprendemos, fazemos descobertas e brincamos. Vivências que nos constituem. Chico Buarque visita seu passado com um olhar acolhedor e apaziguado, sem julgamentos. O menino sensível, levado e observador tornou-se não só o compositor de canções repletas de poesia, mas também o escritor, o cidadão corajoso e sensível às questões sociais do nosso país. Este é um livro daqueles que lemos de uma só sentada! Chico sabe bem fazer o melhor com o que a vida, nesses tempos sombrios, teima em querer fazer de nós.

Obra indicada pela associada da AssempBH, Maria Auxiliadora de Castro



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

Que o Natal seja repleto de paz, união e momentos especiais ao lado de quem amamos.

Desejamos que 2025 venha carregado de realizações, saúde e esperança.

São os votos da AssempBH a todos os associados, servidores e funcionários!



## SOCIAL

▶ A associada Eliana Amarante conquistou quatro medalhas de ouro e duas de prata na categoria para atletas acima de 80 anos no Campeonato Mineiro de Natação, realizado em novembro. No mesmo evento, a nadadora, de 82 anos, também foi condecorada com o troféu de 1º lugar geral, que contempla todas as competições do ano realizadas pela Federação Aquática Mineira. Parabéns!

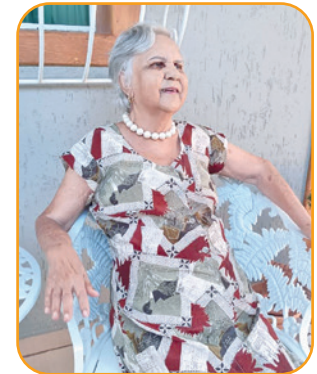


## NOSSO ADEUS

É com profundo pesar que comunicamos o falecimento da associada Maria do Carmo Souza dos Santos.

Suas filhas e netos deixam registrada a saudade.

"Sentiremos sua falta, com a certeza de que agora você descansa nos braços do Senhor. Agradecemos por tudo. Te amaremos para sempre!"



**MARIA DO CARMO SOUZA DOS SANTOS**

★ 20/05/1935 † 18/11/2024

## VOCÊ SABIA?

TODO MÊS UMA CURIOSIDADE PARA OS LEITORES DO JORNAL DA ASSEMPBH

### Lagoa da Pampulha

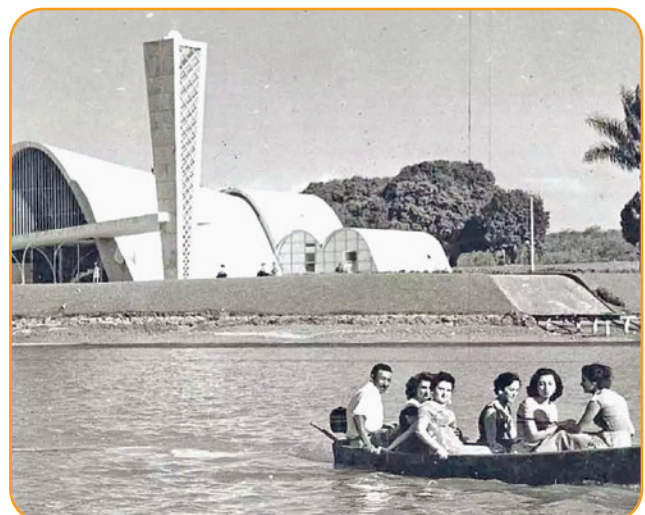
**Cartão-postal da cidade, a Lagoa da Pampulha tem quase 90 anos**

▶ **Origem:** As obras da barragem da Pampulha foram iniciadas em 1936, com o objetivo de garantir o abastecimento de água da região. A inauguração aconteceu em 1938. Entre 1940 e 1942, quando Juscelino Kubitschek era prefeito de Belo Horizonte, a lagoa teve o tamanho triplicado. Mais tarde, em 1943, houve a inauguração oficial do Conjunto Arquitetônico da Pampulha.

▶ **Lazer:** Nos anos 1950, a lagoa era utilizada para a prática de esportes e muito frequentada por canoas, barcos, esquis, lanchas e iates, recebendo até competições. No entanto, há anos as águas da Lagoa da Pampulha enfrentam o desafio da despoluição.

▶ **Jacaré:** O Jacaré da Pampulha se tornou um mascote da Lagoa. O animal, no entanto, não está sozinho. Segundo a Prefeitura de Belo Horizonte, dezenas de répteis vivem no ambiente.

▶ **Reconhecimento:** Em 2016, o conjunto recebeu o título de Patrimônio Cultural da Humanidade pela Organização das Nações Unidas (ONU).



**PALAVRAS CRUZADAS**

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Cantora da banda mineira Pato Fu	Item do inventário Veículo ferroviário	Perseverança Clímax do hóquei	Página (abrev.) Nem, em inglês	Circuito enoturístico da Serra Gaúcha Esporte com as classes star e laser
Qualidade apreciada na pessoa refinada				
Campa- nha (?), estratégia de vendas	Estudar o texto Formato do síão			Aparelho usado no voo livre
Desordem total Nanômetro (símbolo)	Parada periódica prevista no ofício	Designação da cineasta, em Portugal	Ajuda, em inglês	
Designação divina no Velho Testamento	Terra, em inglês		Senhores Nosso Senhor (abrev.)	"Virus", em HIV Cruel; perversa
Sucesso de Michel Teló		"Metade", em "se- micirculo" Copia	(?) house, local de acesso à internet O tecido afetado pela osteoporose	
Ricardo Izecson (fut.)	Fora, em inglês	Principal verbo de ligação (Gram.)	Gramínea que cobre choças	Covil "Pasta" de batatas
Zeloso; cuidadoso Trans- gressores	Na casa dele, o es- peto é de pau (dito)		Ricardo Tozzi, ator cam- pineiro	Imposto de Renda (sigla)

BANCO 3/aid — nor — off. 4/kaka — land. 5/imita. 6/adonal. 11/promocional — realizadora. 57

**SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA**

#FaçaCoquetel @editoracoquetel @coquetel

**ASSINE AGORA!**

www.coquetel.com.br

**Solução**

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

**CLASSIFICADOS**

▶ **LIVRO**

Livro "Baratas mecânicas - crônicas não selecionadas", de José Maria Theodoro. 128 páginas. R\$44,00. E-mail: theodoro\_4@yahoo.com.br JOSÉ MARIA - (31) 99927-1198 (WhatsApp)

▶ **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)

▶ **EXCURSÃO**

Caldas Novas com saídas mensais. Valores promocionais. DENISE - (31) 3491-4028 ou (31) 99853-2876

▶ **ODONTOLOGIA**

Clínica geral, clareamento a laser, endodontia, ortodontia, implantodontia, periodontia, prótese, odontopediatria, harmonização orofacial-botox. Descontos p/ associados, funcionários e familiares. ANA LUÍZA - (31) 99911-8196

▶ **CONSULTORA DE BELEZA**

Trabalho com as marcas Mary Kay e Boticário. Pronto entrega em toda BH (taxa a consultar). PATRÍCIA - (31) 97251-0178

▶ **PSICOLOGIA/PSICANÁLISE**

Atendimento on-line ou presencial. Descontos para associados ou familiares. Marque sua entrevista inicial pelo WhatsApp. Informe-se sobre as formas de atendimento. NILZA - (31) 98661-5851

▶ **PSICOLOGIA CLÍNICA**

Atendimento presencial e online a partir de 18 anos. Desconto p/ associados e familiares. Bairro Ouro Preto. IVAN - (31) 98112-3834

▶ **EXCURSÕES**

- Jalapão/TO: Maio 17 a 22.  
- Bonito/MS: 26 a 30 de Julho.  
- Caldas Novas: 19 a 24 de Julho.  
- Lençóis Maranhenses: 20 a 25 de Setembro.  
LUCI - (31) 99443-2422

▶ **APARTAMENTO TEMPORADA**

Para até 5 pessoas, em condomínio fechado na Enseada Azul - ES, com área verde, piscinas, quadras de esporte, playgrounds e restaurante. Próximo às lindas praias. ROSANE - (31) 98827-7798

**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.

RECICLA E PROMOVA O BEM-ESTAR  
ESTE JORNAL PODE CONTHEM LITÔNIO

Siga a

**ASSEMPBH NAS REDES SOCIAIS**

- assempbhoficial
- AssempBH
- assempbhoficial
- assempbhoficial

IMAGENS: FREERIK.COM