



ASA FOTOGRAFIA DE JANELA



Maria Elisa realiza o primeiro sorteio em 17/7/2020



Maria Elisa realiza o segundo sorteio em 3/8/2020



Jhonata entregou à Meg o brinde do primeiro sorteio



Jhonata entregou à Regina o brinde do segundo sorteio

Iniciado em julho, o concurso cultural ASA Fotografia de Janela contou com Dr.^a Maria Elisa, Eglacir, Meg (membro da Diretoria) e Gleide. As fotos foram enviadas para o celular [\(61\) 99951-8499](tel:61999518499), no período de 1.º a 15 de julho. O sorteio foi realizado pela Presidente, 17/8, e a

premiada foi Meg Vicente.

A segunda edição contou: Maria Elisa, Arlete, Áurea, Cristóvão, Divina, Dolores, Eglacir, Elba, Gleide, Gracnira, Ivete, Maria José, Marly Glória, Meg, Mirna, Regina Stavale, Rômulo e Silvana. Em 3/8 ocorreu o segundo sorteio, ocorrido no dia 3 de

agosto, segunda-feira, a felizada foi a associada pensionista Regina Stavale.

"O concurso cultural já se consagrou como um sucesso. É bom ver que as pessoas estão respeitando as orientações sanitárias e desenvolvendo outras atividades", disse a Presidente.



Meg



Regina

SUMÁRIO

Editorial, p. 2
Recadastramento, p. 3
ASA Prosa e Poesia, p. 3
A ASA vai até você, p. 4 - 5

Associados Candangos, p. 6 - 7
Fala, Associado, p. 7 - 9
Posse Diretoria DEPEs e COIPE, p. 11
Fotografia de Janela, p. 10-11

ASA Direito e Justiça, p. 12
Dica de Saúde, p. 12
Aniversariantes p. 13
ASA Mensagem, p. 14

ASA Francês, p. 15
ASA Saúde, p. 15
ASA Inglês, p. 15
ASA Solidária, p. 16
Clube do Livro, p. 16

EXPEDIENTE

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E
PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS (ASA-CD)

Presidência

Maria Elisa Siqueira de Oliveira

Vice-Presidência

Conceição José Macêdo

Vera Lúcia Chaves

Maria do Amparo Bezerra da Silva

Diretoria de Secretaria

Luzia de Almeida Pinto Kirjner

Elba Machado Veloso

Ângela da Cunha Barbosa

Diretoria Financeira

Rômulo Lima Câmara

João Alencar Dantas

Luiz Antônio Batista Machado

Conselho Fiscal

Roberto de Medeiros Guimarães

José Gomes Ferreira

Agostinho Rocha Ferreira

Suplentes

Waldelei Casemiro da Silva

Magnólia Maria de Figueiredo Vicente

Alvarina Pereira Vieira

VOZ ATIVA

Jornalista Responsável

Manoel Damasceno (Mtb 0519/DF)

Colaboradores

Anderson Braga Horta

Diagramação

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Tanívia Pinheiro Timbó (CRB1-DF 2.129)

Impressão

Querubins Gráfica | Editora Tel.: (61) 3465-2411

E-mail: querubins@graficaquerubins.com.br

SEDE

SGAS 610 Conj-C Mód-70 Av L2 Sul Brasília-DF

CEP 70200-700 Fones (61) 3244-3538/3244-6869

Administração

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Ingrid Torres Alves

Jaqueline Maria dos Santos

Jhonata dos Santos Souza

Maria Clarice Maia do Nascimento

Tanívia Pinheiro Timbó

E-mail para contato:

secretaria@asacd.org.br

Horário de atendimento: das 9 às 18h

<http://www.asacd.org.br>

Tiragem: 2.300 exemplares

TELEFONES ÚTEIS

Ascade (61) 3226-4503

Câmara dos Deputados (61) 3216-0000

Central do Idoso 3103-7609/3103-7612

Centro de Informática/CD (61) 3216-3636

Consulegis (61) 3214-7342

Coord. Inativos e Pensionistas (61) 3216-7251

Farmácia Ascade/CD (61) 3216-9817

Legiscred (61) 3216-9988

Legis Club (61) 3223-7705

Marcação de Consultas/CD (61) 3216-7999

Odontolegis (61) 3214-7339

Pagamento de Pessoal/CD (61) 3216-7394

Plano de Saúde/Ascade (61) 3216-9818

Pró-Saúde/CD (61) 3216-7968/3216-7976

Sindilegis (61) 3214-7300

NOSSA MENSAGEM

Maria Elisa Siqueira de Oliveira

Presidente



EDITORIAL

Queridos e amados associados, que nós brasileiros sairemos melhor do que entramos nessa pandemia, disso eu tenho certeza. Nesse período, busquei adquirir vários hábitos positivos, que boa parte da população e vocês adotaram ou poderiam adotar: nesses quase 4 meses de isolamento uma nova rotina foi assimilada em minha casa e novos hábitos surgiram em diante.

O isolamento também serviu para ampliar meus olhares e sentimentos como a solidariedade, a gratidão e valorizar a família e as pessoas amadas, afinal de contas nós somos feitos de amor.

Com isso tudo aprendi a comprar somente o necessário, a viver sem TV, a apreciar as pequenas coisas da vida, vi que posso gastar menos, comecei a dar mais valor a pequenos passeios ao ar livre, o valor de um abraço, valorizar o convívio.

O *Home Office* tem sido uma bênção, a ASA-CD continua firme forte, os funcionários têm se dedicado ao máximo para dar continuidade aos serviços por nós prestados, estamos mais produtivos e atentos.

Destaco a importância da rotina, todos os dias me

proponho a seguir um mesmo protocolo, os dias de isolamento são bem estressantes; então se não guiarmos o nosso psicológico e não trabalharmos a nossa mobilidade e cognição, certamente sairemos prejudicados depois que a pandemia acabar.

Além de cuidar da casa, das minhas flores, hortas e plantações de frutas, sempre tento manter contato com os meus amigos da Câmara, a tecnologia tem sido muito bem-vinda neste período. Amigos que não via há anos estão mais próximos e isso tem sido bom para todos nós.

Por fim, deixo aqui 3 conselhos para esse período:

1) Aproveite os momentos com sua família, um jogo de dominó, um baralho, um xadrez, isso distrai e aperfeiçoa os laços.

2) Não gaste mais tempo se preocupando com brigas e desavenças passadas, a vida passa tão depressa...

3) Cuide da sua saúde mental, nesse período de pandemia ela nunca esteve tão à prova, busque apoio se porventura se sentir mal, não deixem de dar atenção aos sentimentos — a nossa vida é muito valiosa. Um beijo, fiquem em casa e se cuidem.

A Coordenação de Inativos e Pensionistas informa que o Recadastramento 2020, que deveria ocorrer no próximo mês de agosto, está temporariamente suspenso.

A medida se impõe devido à atual fase da pandemia de covid-19, não sendo possível prever, neste momento, o período ideal para realização do procedimento.

"É importante mantermos os mais vulneráveis seguros e evitar aglomerações ou qualquer outra forma de risco de contágio", disse a Presidente, Dr.^a Maria Elisa.



ASA POESIA E PROSA

POESIA

TROVAS
Edmo Frossard Paixão ¹

*Saudade — irmã do passado
e mãe, talvez, do porvir.
Saudade — lágrima solta
que se esqueceu de cair.*

*Tu não sabes que te adoro
cada dia sempre mais.
Se soubesses, eu seria
o mais feliz dos mortais!*

*Na catedral pequenina
que se chama coração,
há três sinos que bimbam:
Saudade, Amor, Gratidão.*

*Eras triste, me disseram,
até que te conheci.
Hoje de amor por mim vives
e eu morro de amor por ti!*

*Eu te quero como nunca
pode querer-te ninguém.
— Para mim resumes tudo
de melhor que o mundo tem.*

Transcrito do site *Falando de trova*, trecho da obra *Trovadores do Brasil*, vol. III, de Aparício Fernandes (1970).



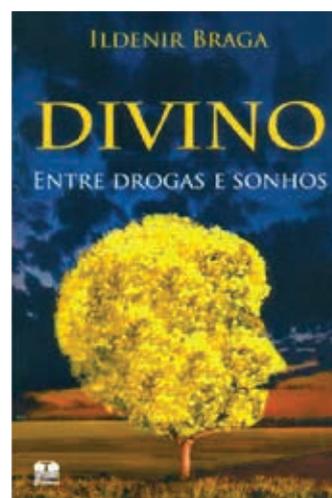
¹Edmo Frossard Paixão (*Espera Feliz, MG, 7/2/1931). Poeta e prosador, servidor aposentado da Câmara dos Deputados e associado da ASA-CD.

PROSA

Divino: entre drogas e sonhos
Ildenir Maria Carvalho Braga ²

A obra de Ildenir Braga *Divino: entre drogas e sonhos* é um choque de realidade que trata sobre a problemática do consumo de drogas pela juventude brasileira, principalmente no que diz respeito àqueles que pertencem às comunidades em situação de vulnerabilidade social.

A autora utilizou-se bem do recurso literário para impedir que a realidade seja ignorada ou normalizada pela rotina e o cotidiano.



²Ildenir Maria Carvalho Braga (*Bacabal, MA, 7/2/1945). Escritora, poetisa, servidora aposentada da Câmara dos Deputados e associada da ASA-CD.

A ASA VAI ATÉ VOCÊ VIRTUAL

Presidente da ASA-CD "visita" virtualmente os associados



Sexta-feira, 3 de julho, foi dia de parabenizar a querida amiga Felícia Nishimura pela passagem do seu aniversário natalício.

A Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, acompanhada das funcionárias Jaqueline e Ingrid, realizou mais uma edição das rotinas de visitação social A ASA vai até você.

"A Felícia é uma amiga muito querida e uma colega muito competente da Câmara. Sempre muito gentil, não poderia deixar de felicitá-la no dia do seu aniversário", disse a Presidente.

Dr.^a Maria Elisa ainda completou falando que se sente realizada na ASA-CD ao promover esses encontros virtuais em meio à pandemia.

"Faz bem ver os colegas e saber como estão. Me alegro e acredito que os alegre também. O trabalho aumentou muito por causa das demandas remotas e advindas do contexto de isolamento social", concluiu, Dr.^a Maria Elisa.

Raimundo Floriano, nosso autor cômico favorito, celebrou aniversário na tarde de 3 de julho. Como não podia passar em branco, a Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, organizou uma visitação em grande estilo para parabenizar o querido colega.

Durante a visitação virtual, estavam presentes o Vice-Presidente, Dr. Macêdo, e as funcionárias Jaqueline e Ingrid.

Foram momentos muito divertidos, com uma conversa descontraída e alguns "causos" que não poderiam faltar.

"Raimundo Floriano é uma pessoa muito autêntica e que muito tem a contribuir com seu bom humor. Realmente, foi uma visita virtual bem divertida e leve", disse a Presidente.

Dr.^a Maria Elisa também disse que fica muito alegre quando realiza uma visita de aniversário.



A noite de sexta-feira (10) foi para celebrar o aniversário da querida amiga Regina Célia França. A Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, conseguiu um horário na agenda da aniversariante, que já tinha outra festa virtual marcada para o horário seguinte.

Estiveram presentes nessa edição de A ASA VAI ATÉ VOCÊ virtual as funcionárias Ingrid, Jaqueline e Tanívia.

A conversa foi muito divertida. A Sr.^a Regina e a Presidente falaram sobre diversas aventuras durante viagens internacionais.

"A Regina é uma pessoa muito divertida e gentil. Mas a melhor parte é que ela sabe dar jeito em tudo. Não tem problema que a Regina não resolva", disse Maria Elisa.



Ângela, a ilustre aniversariante do dia 20 de julho, começou a semana dando uma festa virtual na companhia de seu amado Oiram. Os amigos da ASA-CD que não perdem uma celebração compareceram para comemorar: a Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, acompanhada do seu marido, Cristóvão, que também é associado, e das funcionárias Ingrid e Tanívia.

A festa se deu à noite, mas pouco antes das 22h para não infringir a lei do silêncio, que, aliás, ficou seriamente ameaçada pelas gargalhadas e a empolgação durante a realização do evento.

"Esperei até à noite para fazer essa surpresa para minha amiga Ângela. Queria ter a certeza de que teríamos aquele clima de festa, com muitos risos, muita descontração e muita diversão, como sempre gostei de receber meus amigos da ASA", disse a Presidente.



Goiano Braga Horta, aniversariante de 22 de julho, recebeu em sua casa a visita virtual da Dr.^a Maria Elisa, Presidente da ASA-CD, acompanhada da funcionária Jaqueline.

Além de prestar as felicitações pela passagem do aniversário do colega e associado, Dr.^a Maria Elisa aproveitou para conversar com ele sobre assuntos diversos dos tempos de serviço na Câmara e sobre os desafios atuais.

A visita virtual foi muito agradável e versou sobre diversos assuntos. "Eu estou 'vendo' muita gente nessa época de isolamento social. Gente que mora fora do DF, como o Goiano. Se a distância antes era uma barreira para mantermos contato com os amigos, agora, já se mostrou ineficaz", disse a Presidente.

Brasília celebrou o aniversário de Neusa na manhã de quinta-feira, 23 de julho, e estiveram presentes no evento a presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, a amiga e associada Yara e a funcionária da ASA-CD Jaqueline.

O momento da reunião virtual é sempre uma alegria e uma oportunidade de sanar um pouco da saudade do convívio e das aglomerações de outrora organizadas pela ASA-CD.

Dr.^a Maria Elisa se comove ao falar sobre sua amizade com as amigas de longa data. "Conheço as duas há cerca de quarenta anos... que povo velho! (risos). A Yara sempre foi uma pessoa alegre e de alto astral. Neusa é outra amiga de longa data pela qual tenho muito apreço e carinho. Estar na companhia delas neste dia foi especial para mim", concluiu.



ASSOCIADOS CANDANGOS



Gilka Moysés Santos Baptista

Gilka Moysés Santos Baptista, servidora pública, veio transferida da cidade do Rio de Janeiro (RJ) para Brasília (DF) em 14 de maio de 1960.

Em 1961, foi requisitada para a Presidência da Re-

pública, no governo de Jânio Quadros. Após sua renúncia, já no Parlamentarismo, foi requisitada para o gabinete do Primeiro-Ministro Tancredo de Almeida Neves e, depois, para o gabinete do Primeiro-Ministro Brochado da Rocha.

Em 1963, foi nomeada para a Câmara para trabalhar na 3.^a Secretaria, na Liderança do PTB (Dep. Doutel de Andrade), na Vice-Presidência da República (Dep. Pedro Aleixo) na Vice-Liderança da Arena e na Vice-Presidência da Câmara, quando se aposentou.

Como servidora, presenciou momentos históricos como mudança de regime (Regime Militar), extinção dos partidos e criação do bipartidarismo (ARENA e MDB), cassações de mandatos políticos, censura e toda efervescência da época.

Atualmente, Sr.^a Gilka se dedica à pintura e diz: "Saio com minhas amigas para confraternizar nos aniversários e viajamos juntas sempre quando possível", completando "que neste momento de pandemia estamos privadas desse convívio".

José Olegário Teodoro (Itabira, MG, 22/11/1930) chegou a Brasília em 1959. Trabalhou como motorista do Dep. José Esteves, Rio de Janeiro (RJ). "Brasília era puro barro, o carro tinha que ser lavado constantemente", disse Teodoro. Em 1960, após a inauguração da capital foi admitido na Câmara como motorista substituto. Tão logo assumiu, recebeu a especial missão do então Diretor-Geral, Dr. Gigliotti, para buscar, em Vera Cruz (SP), uma carga muito peculiar: dois casais de cisnes para habitar o lago do Congresso. "Tive que dirigir somente quando o tem-

po estava fresco para que os cisnes não sentissem o calor da estrada". Anos de estudo e cursos na Academia de Polícia Federal, passou a atuar como Agente de Segurança e se aposentou como Inspetor de Segurança do Anexo IV.

Com quase 90 anos, 22/11/2020, adora viajar. No ano passado realizou o sonho de conhecer Portugal. Cultiva parreiras de saborosas uvas.

"Cuide da saúde, faça *check-ups* frequentes. Foi devido a esses cuidados que venci a grande batalha, em 2018, quando tive problemas cardíacos", disse Teodoro.



José Olegário Teodoro

Lembrem-se de fazer uma reserva financeira para viver com dignidade a aposentadoria. Tenho muito orgulho de todo o trabalho realizado durante a minha vida na Câmara dos Deputados", concluiu.



Domingos Advíncola Marques

Domingos Advíncola Marques. Nasci na fazenda de meu pai, em 1/8/1930, Ipameri (GO). Minha mãe era cardiopata e faleceu em 1937.

Após o falecimento, eu e meus quatro irmãos mora-

mos na sede do município, mas, pouco tempo depois, fomos morar na fazenda do meu avô paterno, onde ficamos tempo suficiente para que minha Tia Nina iniciasse minha alfabetização. Retornamos à cidade e fui matriculado na escola.

Concluí o ginásio, fui ao Rio de Janeiro (RJ) prestar exame para Oficial Aviador. A FAB, a exemplo do Exército e da Marinha, resolveu criar uma Escola Preparatória em Barbacena (MG), para complementar o exame, contudo, a criação levou mais de um ano e alguns, quando convocados, não puderam se matricular sob o argumento de ultrapassar o limite de idade

exigido, mesmo que à época tivessem os requisitos e, para estes, apenas autorizou a matrícula para carreira Administrativa. Ninguém se interessou. Perdi o ano e voltei a cursar o científico no colégio da ACM, no Rio de Janeiro. Após reprovação no teste oral de química para o vestibular de Medicina (UFRJ), retornei a Goiás e fiz exame para Odontologia na Faculdade do Estado de Goiás, onde fui aprovado e me formei em 1957. Exerci a carreira de Dentista por somente 10 anos, até ingressar, por concurso, na Câmara dos Deputados. Houve a possibilidade de exercer a Odontologia na Câmara, mas o próprio ato de

nomeação extinguiu a carreira de Odontólogo.

Assim, com 28 anos de serviços prestados à Câmara dos Deputados, fui Chefe e Diretor da Coordenação de

Transportes, Assessor da Diretoria-Geral, encerrando minha carreira na condição de Diretor de Coordenação de Administração de Edifícios até a data de minha aposenta-

doria.

Sinto muito orgulho da minha carreira na Câmara dos Deputados, onde alcancei promoções por mérito.

Carlos Roberto das Chagas chegou a Brasília em 22 de fevereiro de 1970 e ingressou na Câmara em 6 de agosto de 1982.

A aposentadoria de Roberto lhe possibilitou maior engajamento. Presta assistência na Paróquia que frequenta, como vicentino. Pratica musculação e pilates. Aprecia a leitura e a pescaria. Viaja muito pelo Brasil e pelo mundo. Ainda, aproveita para ver a família, que é do interior de Minas Gerais.

Gosta de encontrar os amigos para uma boa prosa, tomar um vinho, uma cerveja

e uma cachaça mineira.

Roberto possui um triciclo e faz parte de um grupo de motociclistas.

"Antes de se aposentar, planejar bem a sua vida futura, especialmente levando-se em conta a situação financeira, psicológica e social. Depois acredito que a aposentadoria é um prêmio pela missão cumprida, por isso devemos usufruí-la intensamente, aproveitando tudo de bom que a vida nos reservou, sem deixar de agradecer, a todo momento, essa graça que Deus nos deu!"



Carlos Roberto das Chagas

FALA, ASSOCIADO



Dolores Andrade

Dolores Andrade chegou a Brasília em janeiro de 1962, cursou Estudos Sociais no CEUB e ingressou na Câmara dos Deputados em março de 1980. Trabalhou por 12 anos com o Deputado Francisco Pinto, BA, depois foi para a administração da Casa, lotada no CEFOR, onde trabalhou até 2011, indo depois para a Diretoria Geral, onde se aposentou em 29/12/2013.

Depois que se aposentou, Dolores aproveita muito a família, ela tem um casal de

filhos e dois netos meninos. Ela tem 11 irmãos vivos e a mãe viva, ela adora os encontros na ASA-CD. Viajante assídua, ela já esteve na Alemanha, Itália, Portugal, Chile, Argentina, Uruguai, Ushuaia, França, Áustria, Hungria, sem contar as viagens brasileiras. Ela diz. "Aposentar-se representa estar no momento da vida de aproveitar cada instante com intensidade. Aproveite sua família, curta os amigos, a vida é bela", concluiu.

Maria Alice Mamede. Natural de Poços de Caldas (MG), graduada em Biblioteconomia (UFMG) e Administração (AEUDF).

Veio a Brasília em 1973 para passar uma semana e acabou ficando por 5 anos. Retornou em 1985 e serviu à Câmara até se aposentar, em 2012, na Assessoria Técnico-Jurídica da Secretaria-Geral da Mesa.

Adora estudar idiomas, viajar e se encontrar com as amigas da ASA — cinema, prosa e demais eventos, ou mesmo virtualmente. Suas viagens mais marcantes, ain-

da com seu marido, foram Escandinávia e Rússia. Recentemente visitou África do Sul e Zâmbia.

Cuida do corpo e da mente no programa "Divas Dance", convivendo com a família e amigos, curtindo os 7 netos, participando de projetos sociais, lendo e assistindo a boas, além das aulas on-line de italiano. Preenche com muitas atividades o seu cotidiano e sugere que as colegas aposentadas façam o mesmo, com bastante alegria e otimismo, pois dias melhores virão, com certeza.



Maria Alice Mamede



Lourdinha Plácido

Natural de Boqueirão (PB), **Lourdinha Plácido** chegou a Brasília em 1980, cursou Comunicação Social e deu início à carreira na Câmara em 1981. Trabalhou em gabinetes parlamentares; SGM; e lideranças: PRN, PT e PV. Depois de aposentada (2009), passou a residir na praia de Intermares (Cabedelo, PB). "Um lugar maravilhoso e que todos os brasileiros deveriam conhecer. Um verdadeiro paraíso", disse.

Lourdinha diz que viajar é uma terapia. Sobre o Monte Sagrado de Machu Picchu: "Subir o monte é en-

contrar-se literalmente com Deus."

"Aproveite todas as oportunidades, até mesmo as mais inusitadas. Virei corredora de rua aos 62 anos, chegando a conquistar o primeiro lugar dentro da minha categoria. Visite seus amigos e familiares sempre que puder. Crie 'asas'. Viaje, viaje e viaje. Não fique em casa pensando no que já foi e achando que seu tempo já passou. Você se aposentou das atividades laborais. Da vida, só quando der o último suspiro", concluiu.

Argemiro de Oliveira chegou a Brasília em 1972 e iniciou sua carreira na Câmara em 1978, concurso de Agente Administrativo, e, em 1984, Assistente Legislativo.

"Interessante é que nesse período passamos do regime militar ao regime democrático, tendo quatro anos depois a aprovação da Constituição Cidadã de 1988. Digo interessante, porque fomos testemunhas oculares da história de nosso país, em momentos distintos. Não há como comparar esses dois momentos da história e ainda conseguir defender intervenção como querem alguns.

Argemiro relatou as diferenças de tratamento entre os dois regimes no que diz respeito às liberdades dos cidadãos para se expressarem.

E que o advento do regime democrático trouxe responsabilidades e, apesar, de estar longe da perfeição, ainda é o que mais se aproxima do ideal harmônico.

Argemiro ainda se diz orgulhoso de ter visto a evolução histórica brasileira ao longo de 40 anos e de uma economia que passou de estagnada à sexta colocada no rol das dez maiores economias mundiais.

"Durante esse período na CD, tive uma grande família de amigos, que nos dá muitas saudades, não citando a ninguém para não causar nenhuma injustiça.

Ademais, somos otimistas quanto ao futuro próximo, após esse período de aprendizado causado pela pandemia atual. A necessidade é a genitora da nossa



Argemiro de Oliveira

evolução e teremos grandes mudanças positivas por conta dessa pandemia. Sabemos nos adaptar aos novos tempos, com gratidão, autoconhecimento, meditação e compaixão é a chave para a nossa ascensão! Só então, é que futuramente nos daremos conta do quão heroicos nos tornamos ao vencermos as nossas próprias limitações!"



Rosália Maria Monteiro

Nascida em Teresina (PI), **Rosália Maria do Rego Monteiro**, chegou a Brasília em 1979, no mesmo ano em que ingressou na Câmara dos Deputados.

Graduada em Comunicação Social, pela Universidade UniCEUB, atuou na Câmara dos Deputados no Departamento de Comissões (DECOM) e na Secretaria de Comunicação Social (SECOM). Nesta última, trabalhou até a aposentadoria, no ano de 2002.

Depois que se aposentou, Rosália foi morar na Bahia, local onde é muito feliz.

Ela gosta muito de viajar e já visitou o país inteiro. Também se aventurou por outros lugares do mundo como os Estados Unidos (conhece os estados da Califórnia e da Flórida) e o continente europeu.

A piauiense aventureira aconselha os colegas aposentados: "Viva sua vida, faça o que gosta e seja feliz."

Baiana de Salvador, **Fátima Bessa** chegou a Brasília com seus pais e irmãos em julho de 1971, quando seu pai eleger-se Deputado Federal.

Residiu, primeiramente, na SQS 105 e, depois, com sua família se mudou para a SQN 302.

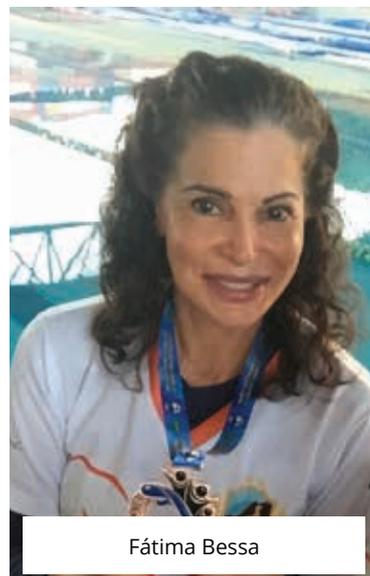
Cursou até o quarto semestre de Economia (UnB) e mudou para o curso de Arquitetura na mesma instituição, mas o abandonou depois de certo tempo. Graduiu-se como Psicóloga na UniCeub, onde o destino lhe apresentou seu marido, que lhe permitiu ser feliz. Tem uma filha e, atualmente, um neto.

Iniciou-se na Câmara em maio de 1975 como Secretária Parlamentar. Em 1987, foi selecionada para o cargo de Adjunto Parlamentar. Dois anos depois, foi

aprovada para o cargo da categoria funcional de Analista Legislativo.

Trabalhou em Gabinete Parlamentar, Primeira-Secretaria, Liderança do PFL, que hoje é a Liderança do Democratas. Na Liderança fez assessoria de comissões, acompanhando os trabalhos da Comissão de Justiça e, depois, assessoria de Plenário. Teve a oportunidade de presenciar debates brilhantes e aprender muito com o processo Legislativo. Aposentou-se em 2012, com 37 anos de trabalho na CD e boas lembranças.

"Eu já fazia natação e yoga quando trabalhava. Depois que me aposentei, troquei a natação pelo pilates, continuo na yoga e faço treinamento funcional, mas pretendo voltar a nadar. O meu neto tem 6 anos. Brin-



Fátima Bessa

co, passeio, viajo, preencho boas horas do dia com ele.

Colegas aposentados, aproveitem esta fase. O mundo dá voltas, nada é para sempre. Aproveitem a vida, vendo o lado bom das coisas", concluiu.



Sidraque e Cecília

Sidraque Pinheiro da Silva. Saindo de Caruaru (PE), em 31 de dezembro de 1971, de ônibus da Princesa do Agreste, rompemos anos

pelas estradas poeirentas e esburacadas até Brasília. Aqui chegamos no dia 2 de janeiro de 1972. Ano Novo, desafios desconhecidos, vitórias alcançadas.

Fui chefe de transportes em Furnas-Centrals Elétricas em 1973; a seguir, em 1974, fui Chefe do Gabinete do Deputado Federal Henrique W. Cardoso. Fui iniciado no Direito Constitucional, esse o meu conhecimento para enfrentar o concurso público. Muito estudo e muita provação, chegamos, em 1983, ao Departamento de Taquigrafia da Câmara.

Após a aposentado-

ria, dei prosseguimento às atividades religiosas como Presidente da Assembleia de Deus Shalom. Em outubro de 2019, completei trinta anos de pastorado.

Devemos, na medida do possível, evitar a ociosidade, que produz ansiedade, mãe da depressão. É oportuno nessa época de quarentena desenvolver atos cristãos e humanos de amor ao próximo, principalmente aos dos nossos relacionamentos familiares.

"O amor não faz mal ao próximo; de sorte que o cumprimento da lei é o amor."

Camilo Jerônimo chegou a Brasília em 14 de janeiro de 1972.

Começou a prestar serviço na Câmara dos Deputados em 4 de maio de 1974.

Sempre foi muito ligado à terra e às atividades rurais. Já se aventurou com a produção de leite, mas não deu muito retorno e acabou mudando de área.

Atualmente se dedica ao criatório de cavalo da raça Manga-Larga Marchador, no Lago Oeste, e vive muito feliz com esse labor.

E aconselha: Quer ter uma vida saudável? Não fique sedentário. Continuo trabalhando e arrumando o que fazer. Manter-se ocupado faz bem à saúde. Eu não tenho doença alguma, só um pouco de coluna, mas nada grave.



Camilo Jerônimo

POSSE DIRETORIA DEPES E COIPE



Cristina Cascaes Sabino
Diretora do Departamento
de Pessoal



Silvia Moraes Ferreira
Diretora da Coordenação
de Inativos e Pensionistas

Ao longo dos anos as mulheres assumiram papéis de destaque em um mundo majoritariamente masculino na relação de emprego, muito embora representem no mínimo 50% dos cargos ocupados. No serviço público as mulheres estão cada vez mais exercendo funções que há pouco tempo eram apenas exercidas por homens.

Na Câmara dos Deputados, o Departamento de Pessoal está sob nova direção, nas mãos da competente servidora Cristina Cascaes Sabino, que até então era Diretora da COIPE. A Coordenação de Inativos e Pensionistas da

Câmara dos Deputados (COIPE) está sob a gestão, da competente servidora Silvia Moraes Ferreira.

A Presidente da ASA-CD, Dra. Maria Elisa, disse: “É uma alegria ver a ascensão dessas duas guerreiras, Cristina, Diretora do DEPES, e Silvia, Diretora da COIPE. Ambas são pessoas competentes e comprometidas com o serviço público e temos certeza que a nossa Associação terá seu espaço de parceria, respeito e continuidade na defesa dos direitos dos nossos Aposentados e Pensionistas”, concluiu.

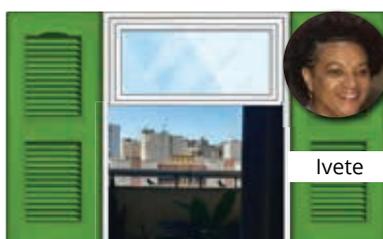
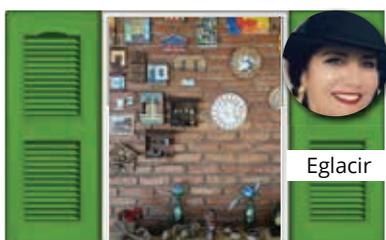
ASA FOTOGRAFIA DE JANELA

1.ª Quinzena de julho



ASA FOTOGRAFIA DE JANELA

2.ª Quinzena de julho



!SORTEADA!

ASA DIREITO E JUSTIÇA

A Central Judicial do Idoso é um serviço interdisciplinar destinado à pessoa idosa do Distrito Federal que tenha seus direitos ameaçados ou violados e que necessite de orientação e atendimento na esfera da Justiça. Tem como principais objetivos: garantir a efetiva aplicação do Estatuto do Idoso, prover a comunidade do DF de informações, promover a articulação com instituições para atendimento das demandas existentes e assessorar autoridades competentes.

O serviço, que fortaleceu a rede de defesa e proteção à pessoa idosa, surgiu em 2007 de um convênio firmado entre o Tribunal de Justiça do Distrito Federal e Territó-

rios — TJDF e o Ministério Público do Distrito Federal e Territórios — MPDF, e Termos de Cooperação Técnica com a Defensoria Pública do Distrito Federal, Defensoria Pública da União e a Polícia Civil do Distrito Federal. Trabalha com profissionais capacitados para atender as demandas que lhe forem apresentadas.

Também são objetivos da Central do Idoso:

1. Garantir a efetiva aplicação e o cumprimento do Estatuto do Idoso;

2. prestar serviço especializado aos cidadãos idosos do DF que tiverem seus direitos violados;

3. articular com a rede social do DF o atendimento

aos idosos que estejam em situação de risco;

4. realizar atendimento multidisciplinar ao idoso nos casos determinados pelas autoridades judiciárias;

5. articular parcerias com instituições governamentais e não-governamentais para oferecer atendimento ao idoso;

6. prestar informações sobre a legislação pertinente ao idoso;

7. promover ações tais como pesquisas sociais, estatísticas, seminários, campanhas educativas que objetivem divulgar os direitos do idoso, erradicar a violência e os maus tratos a que estão submetidos.

Endereço: Fórum Desembargador Milton Sebastião Barbosa

Praça Municipal, LT-1, BL-B, 4.º Andar, Entre Alas A/B. Brasília/DF, CEP 70094-900

Telefones: 3103-7609/ 3103-7612/ 3103-7621

WhatsApp Business: 3103-7616/ 3103-7617

Atendimento: das 12 às 19h, de segunda a sexta

DICA DE SAÚDE

Listaremos abaixo algumas dicas muito interessantes para ajudar você e seus entes queridos a passarem por essa pandemia:

O apoio social é fundamental para a qualidade de vida dos seres humanos. Neste momento em que ele é restrito, lembramos que o distanciamento físico é necessário, mas que falar sobre assuntos engraçados e interagir com os seus familiares e amigos é possível pelas redes sociais, telefones e aplicativos.

Hoje em dia, o acesso às informações e notícias sobre o Covid-19 pode ser feito por meio da internet, redes sociais e televisão. Entretanto, o excesso de informação durante a quarentena pode ser

entendido pelo seu organismo como uma sobrecarga de estímulos, o que pode aumentar os níveis de estresse e de ansiedade.

As obrigações ocupam muito do seu tempo e você acaba não conseguindo um horário para realizar atividades que te fazem bem? Agora pode ser um bom momento para tentar encontrar um equilíbrio entre as suas obrigações e as atividades de interesse pessoal.

As atividades prazerosas podem ajudar a melhorar sua qualidade de vida, contribuindo positivamente para uma sensação de bem-estar e redução de tristeza, estresse e ansiedade. Você estará cuidando de si mesmo e de-

envolvendo habilidades. Mantenha uma rotina diária. Muitas pessoas reclamam de suas rotinas, como se a repetição fosse algo chato e entediante. Entretanto, ela pode ser terapêutica, pois permite que você se organize e tenha sensação de controle, que também traz segurança e conforto emocional. Então, estabeleça e respeite os horários para dormir, acordar e fazer as refeições.

Defina uma atividade, ainda que pequena, para cada período do dia: molhar as plantas de manhã, fazer exercícios físicos à tarde e ler um livro à noite. O equilíbrio é essencial para cuidar da sua saúde mental.

FALECIDOS

Cléa Abrahão de Carvalho †29/3/2020

Edvaldo Silva Borges †8/6/2020

Paulo Sergio Marques Coelho † 22/6/2020

Maria Benedita Ferreira †1/7/2020

Ruth Lima Ribeiro Silva †1/7/2020

Jorge Roberto Francisco †3/7/2020

Antonila da França Cardoso †9/7/2020

Ariston Santana Teles †22/7/2020

Maria do Socorro Vasconcellos †22/7/2020

Saturnino Tomaz da Silva †24/7/2020

Antônio Ribeiro Júnior †26/7/2020

Paolo Orlando Piacesi †26/7/2020

ANIVERSARIANTES DE AGOSTO

- 1 - Ana Fátima de Oliveira Rocha, Domingos Advincola Marques.
- 2 - Hélio Afonso de Medeiros, José Gomes Ferreira, Maria Eloísa dos Santos, Naid Maria Jabour Tannuri, Otávio de Oliveira Júnior.
- 3 - Ana Lopes Rodrigues, Ediruald de Mello, Lidia Lopes Nobrega de Lacerda, Maria da Glória Russo da Silva Lopes Caçado.
- 4 - Domingas Santos de Mendonça, Floriano Carlos Kreiser, Maria Elizabeth Lourenço.
- 5 - Cristóvão Colombo de Oliveira Filho, Inacy Silva do Nascimento, Joel Faria de Abreu, José da Silva Varao Filho, Manoel José Damasceno, Maria Aurenivia de Arruda, Moacir Pires de Morais, Uilza Maria Guerra.
- 6 - Francisco Assis de Araújo, José Eduardo Bocayuva, Lúcia Santos Tomelin, Maria de Nazare Vieira de Sousa de Carvalho, Maria Verônica Bezerra Gomes Silva, Nalu Guimarães de Oliveira, Patrícia Morais das Neves, Ramar da Costa Nunes.
- 7 - Antônia Clemente Corrêa, Antônio Magalhães Sobrinho, Déa Maria da Cunha Peixoto, Francisca Helena de Lira, Ilda Ferreira Magalhães, João Felix de Mendonca Filho, Luiz Berto Filho.
- 8 - Cecília Rodrigues Torres, José de Lima Silva, Maria do Carmo de Mendonca Fajardo, Osmar Soares, Quintino Sidrone da Silva, Silvia Maria de Oliveira Rocha, Vaneida Virna dos Santos de Carvalho.
- 9 - Antônio Ferreira Filho, Dalva Baptista Obliziner, Fausto Rabelo Mesquita, Francisco Antônio Gomes, Maria Amélia de Rezende, Maria Augusta Pires, Maria Beatriz Coutinho Paixão.
- 10 - Antônio de Pádua Benazzi, Caroline Lopes dos Anjos, Francisco Ferreira da Cunha, Irene Lopes da Cunha, Lourença de Sousa dos Reis Nascimento.
- 11 - Cláudia Maria Martins de Assis Costa, Djalma Pereira de Souza, Francisca das Chagas Cunha, Juliana de Lacerda Messere Romancini, Sérgio Bartholomeu Maestrali.
- 12 - Fátima Maria de Freitas Mosqueira, Horácio Marques, José das Dores Fernandes, Osmário Luciano Martins, Valéria Oliveira da Paixão.
- 13 - Gema Maria Penido da Silva Alves, Helena Maria Monteiro, Lídia Dias de Santana, Maria José Martins da Silva, Maria Lelia de Amorim Pio da Fonseca, Oswaldo Gavina, Silvânia de Fátima Rodrigues.
- 14 - Hipácia Augusta Castello Ferro, João Pedro da Silva, Samuel Malheiros.
- 15 - Cristina de Fátima Nunes de Queiroz, Francisco Baticote Júnior, Hermínia Maranhão Lobato, Iran Miranda Lima, Maria Aparecida Couto Teixeira, Maria de Assunção Ribeiro Landin, Marlene Fernandes Dias, Olga Abbadia Gennari, Raimundo D'Assunção Costa, Roberto Pereira da Silva, Severina Oliveira.
- 16 - Edson Pedrosa, Eudes Gomes de Oliveira, Joana Eloi de Araújo, Lúcia Helena Rodrigues Barbosa, Maria Stela da Silva Livramento, Marleyne da Silva Vieira.
- 17 - Antônio Cavalcante Sobrinho, Helena Pessoa Cantarino, Iracely Sousa Cavalcante, Zulmira Maria de Carvalho Pinto da Luz.
- 18 - Berenice de Melo Franco Custódio, Luiz Antônio de Sá Cordeiro da Silva, Maria Helena Pimentel dos Reis, Raul de Sousa Reis.
- 19 - Amaurillo Caputo, Eni Fernandes Nunes Pereira, Sarah Cardoso Abenathar.
- 20 - Abigail Azevedo de Oliveira, Ana Elisa Nogueira Oliveira, Antonio Carlos Modesto Coelho, Elizeu Lopes Pereira, Maria Arlete de Castro Mourão, Maurício Eufrauzino Cavalcante, Miriam Aparecida Gomes, Orcalino Vieira da Mota.
- 21 - Agnaldo Passos Barboza, Ana Clara Fonseca Serejo, Ducilneide Rocha Drumon, José Capistrano Pereira, José Ribamar Leite de Alencar, Maria Jamille Cuneo Danigno, Noemia Umbelina Viana.
- 22 - Ana Maria da Silva Cardoso, Carlos Antônio de Oliveira, Carmen Gutierrez Domingues da Cunha, Edu Berglund Leite, Iliana Florence Fernandes, Rosângela Andrade Ribeiro.
- 23 - Ana Cristina de Assis Alcântara, Joana Ferreira da Mota Alves, Juvenilia Dias Ferreira Ribeiro, Maria Aparecida Alves Machado, Maria de Lourdes Borges de Castro, Suzete Rodrigues Soares, Zuleica Gangana Ribas.
- 24 - Celso Luiz Motta, Elayne Magaldi Daemon, Maria Cristina Bernardo da Silva, Washington Romualdo Silva.
- 25 - Ana Maria de Faria, Darcy das Graças Martins Alves, Fátima Bueno de Oliveira, Fernando Boani Paulucci, Francisco de Assis Mesquita, Luiz de Lourdes Bernardes Curado, Maria Luiza Dell'osso de Oliveira, Maria Luiza dos Reis Rodrigues.
- 26 - José Guedes de Souza, Oscar Ferreira da Silva, Rejane Souza de Oliveira.
- 27 - Maria Gomes de Lima Pedrosa, Maria Marli Barbosa, Talita Yeda de Almeida.
- 28 - Alessandra Cordeiro Rios, Ana Rita Santos Botão, Marilda Barbosa Macedo Souza, Sabrina Oliveira da Paixão.
- 29 - Débora Soares dos Santos, Evelina Didier, Lindalva Affonso Borges, Maria Querino dos Santos, Ronaldo Pinheiro de Almeida.
- 30 - Solange Maria Machado Corrêa, Tercília Maria M. Xavier, Terezinha Fernandes Spinola.
- 31 - Jovelina de Assis Oliveira, Milton Cardoso Pereira.



No dia 16 de julho (quinta-feira), o Sr. Raimundo Floriano de Albuquerque e Silva, servidor aposentado, escritor e associado, enviou a seguinte mensagem, via correio eletrônico, à Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa:

Querida amiga e Presidente Maria Elisa,

Venho agradecer-lhe por dois momentos marcantes de felicidade a mim proporcionados por você, no transcurso de meu aniversário.

Primeiramente, pelas felicitações online com membros dessa nobre agremiação, da qual faço parte, não faltando a presença da Tanívia, dona do abraço mais caloroso e fraterno do Poder Legislativo, e do amigo Macedo, do qual sou padrinho de casamento. São grandes emoções, para as quais Deus tem-me concedido a graça de dar-me a força de suportar e usufruir, com lágrimas nos olhos, para descarregar o coração.

Gonçalves Dias, poeta, maranhense, em Canção do Tamoio, na primeira estrofe, obrigatória saber em meus tempos de Primário, assim se expressou: “Não chores, meu filho/ Não chores que a vida/É luta renhida/Viver é lutar/A vida é combate/Que os fracos abate/Que os fortes, os bravos/Só pode exaltar.” O poeta, aqui, fala do choro de covardia, de enfrentar os obstáculos da existência, porque, segundo Guimarães Rosa, na boca de Riobaldo Tatarana, viver é muito perigoso. Por isso, não me acanho ao dizer que chorei e choro, bastando para isso que vocês me provoquem os sentimentos mais pegajosos.

Segundamente, e não menos importante, foi a surpresa ao receber hoje a *Voz Ativa* junina e ver estampada em suas páginas a capa

meu livro *Do Jumento ao Parlamento*, o primeiro de uma série de cinco, acompanhado de sincera apreciação. Que lembrança mais terna e incentivadora!

Deixei de escrever livros. O processo, desde sua redação até o lançamento, envolve muitos parâmetros, o que me levou a instituir um site cultural, o Almanaque Raimundo Floriano (www.raimundofloriano.com.br), hoje, com expressivo número de colaboradores, no qual procuro divulgar a Cultura e a Memória Brasileira, tão esquecida nos tempos atuais.

Porém, houve um último livro. Foi em 2016. Nele, ao comemorar meus oitenta anos da vida que Deus, em sua infinita bondade, vem me concedendo, procurei deixar registradas todas as peripécias, aprontações e presepadas de minha atuação circense, como ajudante de palhaço, primeiro trabalho antes de entrar para o Exército e sair do sertão maranhense para conquistar o sul-maravilha. Seu título: *Caindo na Gandaia*.

Hoje, ao ver meu Jumento outra vez brilhando nas páginas da *Voz Ativa*, fico lembrando e procurando decifrar o mistério pelo qual, há quatro anos, essa mesma *Voz Ativa* se recusou a publicar a capa de minha *Gandaia*, bem como o convite para seu lançamento.

“Há mais coisas entre o céu e a terra do que pode imaginar nossa vã filosofia.”

Deus conosco!
Meu cordial abraço!
Raimundo Floriano

ASA CURSOS ASA FRANCÊS

A pandemia do novo coronavírus acarretou diversas transformações em diferentes setores da sociedade.

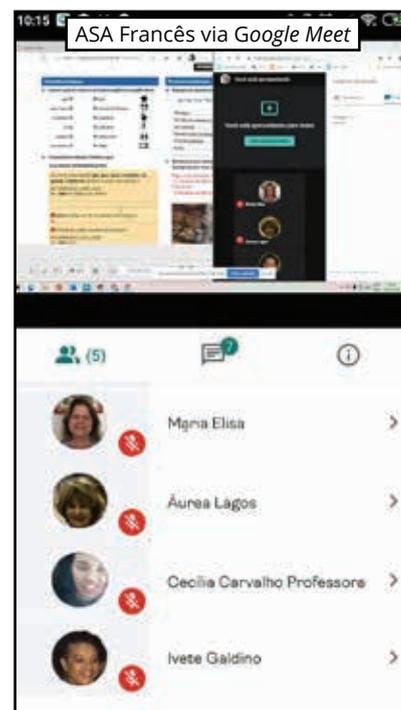
A recomendação de quarentena e isolamento social dada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) foi amplamente adotada pelos países afetados pelo vírus.

No Brasil, os serviços não essenciais foram fechados e as aulas presenciais suspensas em todas as modalidades de ensino, inclusive as aulas de francês na ASA-CD.

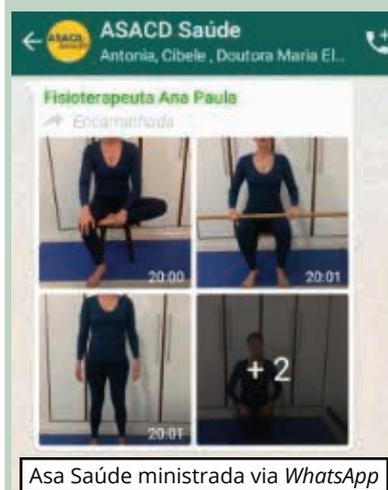
A professora Cecília

tem realizado grandes feitos para ajudar os alunos, por meio de vídeos, jogos interativos e exercícios que trabalham a cognição.

A Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, tem acompanhado de perto e avalia esses quatro meses de aulas virtuais: “Estamos passando por um período longo de adaptação, os professores, juntamente aos alunos, têm se esforçado para conseguirmos fechar o ciclo de aulas. Seguimos esperançosos”, concluiu.



ASA SAÚDE



Os dias são longos nessa pandemia, e por isso os cuidados com a mente e o corpo são de extrema importância. Os associados da ASA-CD têm o privilégio de terem a fisioterapeuta Ana Paula para auxiliá-los na parte física que repercute na mental. Ela envia semanalmente vídeos curtos com exercícios simples que podem ser feitos em casa.

A Dr.^a Maria Elisa,

Presidente da ASA-CD, e idealizadora do projeto ASA SAÚDE, demonstra extrema preocupação com a saúde física e mental dos associados:

"Fico pensando como ajudar os nossos associados a passarem por esse momento tão complicado, por isso trabalhar a mobilidade e cognição sempre foi o nosso lema. A Ana Paula é excelente profissional e tem desempenhado um excelente papel."

ASA INGLÊS

Todas as quartas-feiras os alunos da ação ASA Inglês têm mantido a frequência e o compromisso com os encontros virtuais via *Google Meet* com o Professor João Vítor.

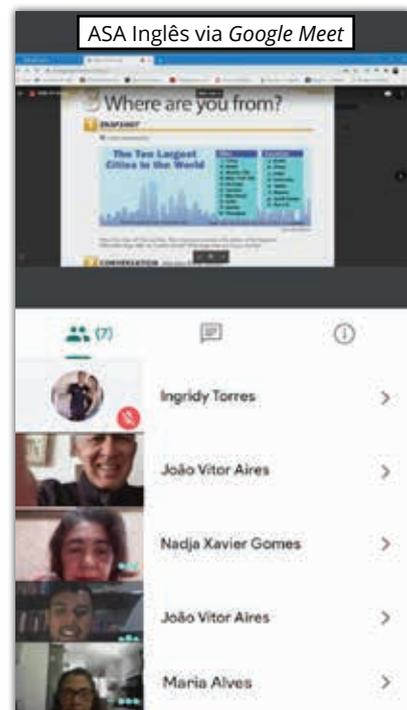
As aulas virtuais têm proporcionado aos alunos experiências de adaptação e conhecimento de novas tecnologias de aprendizagem importantes para o trabalho cognitivo.

O Professor João Vítor tem usado a abordagem comunicativa com os aparatos tecnológicos diversificados e as aulas têm sido bastante

proveitosas.

A Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, tem se mostrado bastante satisfeita com o andamento das aulas.

“Imaginei, inicialmente, que haveria um momento de estranhamento por parte dos associados, contudo, verifiquei que o desconhecido se mostrou um desafio instigante e um estímulo ao trabalho de desenvolvimento da cognição dos nossos associados. Eles estão bem empenhados”, concluiu.



ASA SOLIDÁRIA

Sindulfo Chaves recebendo a camisa do sorteio



Catarina doou e foi sorteada com produtos da Fascinatus



A Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, sorteou uma camiseta da viagem da ASA à Paraíba e um brinde da Fascinatus para as pessoas que contribuíram para a campanha ASA SOLIDÁRIA. Sorteados: Chaves e Catarina.

O funcionário Jhonata Santos realizou as entregas em nome da Presidente no Lar dos Velhinhos e nos pos-

tos de doação do Núcleo Bandeirante e outras instituições como a Catedral Rainha da Paz e viabilizadores de doações como o artista Marcelo José.

"Precisamos ajudar os nossos irmãos que estão em situação de risco proeminente, por conta da estação invernal concomitantemente com a pandemia do covid-19, que se alastra", disse a Presidente.



Catedral Militar Rainha da Paz



Doação para artistas carentes e pessoas vulneráveis

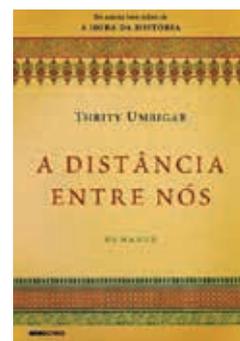
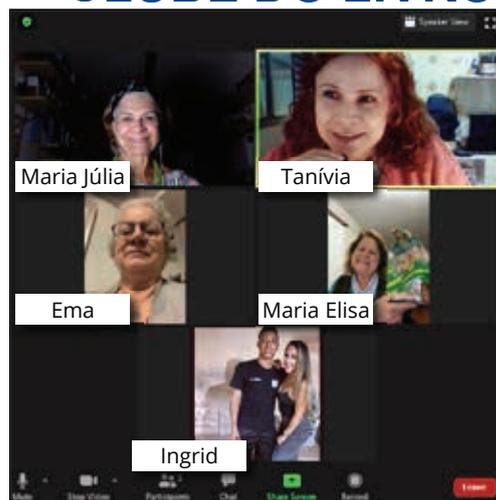


Jhonata realiza entrega de cobertores no Lar dos Velhinhos

CLUBE DO LIVRO

No dia 31 do mês de julho, realizou-se o encontro virtual do Clube do Livro que tratou da obra de Júlia Lopes de Almeida, *A Falência*.

“Foi muito bom interagir com amigas, tomando um lanche no conforto de casa e conversando sobre o livro. Deu para matar um ‘cadinho’ da saudade”, disse a Presidente.



A Distância entre nós, de Thrity Umregar, foi o livro escolhido para o próximo encontro, 28/8/2020, sexta-feira, às 17h.