



REVISTA VOZ ATIVA



Fundada em 5 de novembro de 1991

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

Ano 29, n.º 317

Brasília - DF

Outubro 2020

OUTUBRO ROSA



Maria Elisa



Conceição de Maria



Francisco da Silva Lopes



Gleide Menezes



Gracinira Lopes



Haliny Carneiro



Isabel Pereira



Lourdinete Honório



Luzia Kirjner



Maria Reinalda



Regina Stavalle



Sônia Silvestre

SORTEADA!



Maria Elisa realiza o sorteio em 29/10/2020

O mês de outubro é dedicado ao combate e prevenção ao câncer de mama. Em virtude disso, a Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, promoveu o concurso de fotografia com o tema “Outubro Rosa”. Participaram: Maria Elisa, Conceição de Maria, Francisco, Gleide, Gracinira, Haliny Carneiro, Isabel Pereira Lourdinete, Luzia, Reinalda, Regina e Sônia.

O sorteio foi realizado dia 29 de outubro e o ganhador foi Sônia Maria Silvestre de Carvalho.

“Devemos procurar prevenir problemas de saúde. Apesar da campanha fazer referência à saúde da mulher, o câncer de mama também acomete homens”, disse a Presidente.



Entrega do brinde

SUMÁRIO

Editorial, p. 2
ASA Prosa e Poesia, p. 3
A ASA vai até você, p. 4 - 7
Associados Candangos, p. 8 - 9
Fala, Associado, p. 10 - 11

ASA com Arte, p. 12 - 13
ASA Direito e Justiça, p. 14
Dica de Saúde, p. 15
Aniversariantes, p. 16- 17
ASA Mensagem, p. 18

Clube do Livro, p. 19
ASA Cursos, p. 19 -20
ASA Francês, p. 19
ASA Saúde, p. 20
ASA Inglês, p. 20

ASA Solidária, p. 21- 22
Medalha In Memoriam, p. 22
Eleições Sindilegis 2020, p. 23
ASA Classificados, p. 24

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

Waldeci 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

Haliny Cristiany Silva Carneiro

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, estamos na reta final deste ano, ano que jamais imaginamos passar, mas quero dizer a vocês que se chegamos até aqui há muitos motivos para comemorar. Temos que comemorar a vida, comemorar nossa família, nossos amigos, nossa saúde. É hora de exercer a gratidão, ser grato por tudo que temos e todas as graças alcançadas.

Como todo cuidado é pouco, neste mês comemoramos o outubro rosa que é uma campanha de conscientização que tem como objetivo principal alertar as mulheres e a sociedade sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama e mais recentemente sobre o câncer de colo do útero.

Como prevenir é uma coisa muito importante, foi criado um movimento internacional de conscientização para o controle do câncer de mama. O **Outubro Rosa** foi criado no início da década de 1990 pela **Fundação Susan G. Komen for the Cure**. A data é celebrada anualmente, com o objetivo de compartilhar informações e promover a conscientização sobre a doença; proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e contribuir para a redução da mortalidade.

De acordo com os dados recentes do Instituto Nacional de Câncer (INCA), a partir de 2018, estima-se que cerca de 59.700 novos casos de câncer de mama sejam diagnosticados no Brasil por ano. O número indica que a cada 100 mil mulheres, cerca de 56 desenvolvem a condição.

Os dados alarmantes posicionam a neoplasia como a segunda causa de câncer que mais acomete mulheres em todo o mundo. Diante da realidade, a melhor medida continua sendo a prevenção. Portanto, associadas, lembrem-se, que manter a rotina de exames periódicos e anuais é, mesmo neste momento, essencial para uma vida longa e saudável, o que mais queremos é voltar a estar no convívio dos nossos amigos e familiares.

Por fim, lembro a vocês, associados, que estamos bem perto de sair deste período. lembramo-nos que se chegamos até aqui Deus esteve conosco e somos mais que vencedores. Defendemos a ciência, os cientistas, os servidores públicos, o SUS. O Brasil tem um potencial enorme para ser a melhor nação do mundo.

Um beijo,

Maria Elisa

POESIA

Sem Retorno

Casimiro Pedro da Silva Neto

É tempo de busca
de uma nova vida,
de novos sonhos,
de emocionantes encontros...
às vezes, o retorno
a algum lugar passado
à procura de algo que perdemos.
Onde estamos?
de onde viemos?
para onde vamos?
que tempo e espaço são estes?
Que infinito - indecifrável -
existe além de nossos olhos
e imaginação???

Em que lugar do espaço
nos encontramos neste momento?
Como medir o tempo?
esse tempo que nos sufoca?
Meu Deus!!!
Perguntar... Perguntar...
Angústia de poeta
ou de todos os homens
na solidão deste universo???

Navegar é preciso!
Filosofar também é preciso!
mas amar é muito mais que preciso!



Casimiro Pedro da Silva Neto (*Vidigal, SP, 4/10/1951). Escritor, poeta, servidor aposentado da Câmara dos Deputados e associado da ASA-CD.

PROSA

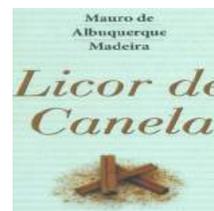
Licor de Canela

Mauro de Albuquerque Madeira, nasceu em Petrolina (PE), no dia 29 de setembro de 1939. Diplomou-se em Direito, Sociologia e Administração de Empresas. Veio para Brasília em 1986. Auditor Fiscal da Receita Federal, Consultor Legislativo da Câmara dos Deputados, aposentado e associado à ASA-CD.

Escritor, Mauro publicou várias obras. Bibliografia: **Letrados fidalgos e contratadores de tributos no Brasil Colonial**, 1993; **Extratos e pegadas**, 2007; **O quintal e o mar** 2017.

Licor de canela, 2012, traz crônicas do mundo sob a perspectiva da irreverência com relação a mitos, cinismos da política internacional, à natureza humana e questões ambientais.

Há também a visão lírica de netas e neto, a paixão do Cerrado, dos matos, do mar, lembranças da infância baiana, incursões de senso crítico da política, da religião e dos usos e costumes do cotidiano.



Mauro de Albuquerque Madeira (*Petrolina, PE, 29/9/1939). Escritor, poeta, servidor aposentado da Câmara dos Deputados e associado da ASA-CD.

A ASA VAI ATÉ VOCÊ VIRTUAL

Presidente da ASA-CD “visita” virtualmente os associados



Elio José

Jaqueline

No primeiro dia do mês de outubro, a Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, visitou virtualmente, juntamente com seu esposo, Cristóvão, e a funcionária Jaqueline, o associado, amigo de Câmara e aniversariante do dia **Elio José Nascentes**.

A Presidente, mesmo em seu momento de lazer, se dispôs a participar de uma conversa bem animada e juntos relembram dos tempos de Câmara com saudades.

A presidente foi só elogios ao amigo de longa data.

“Quem não lembra do Elio na Câmara? Ele sempre foi simpático, prestativo, além de excelente profissional. Foi uma alegria poder revê-lo”,



Maria Elisa e
Cristóvão



Lucília

Casimiro
Pedro

Dia 4 de outubro, visitaram ambas virtualmente, os associados e amigos de Câmara, **Casimiro Pedro da Silva Neto** e **Lucília Rodrigues da Silva**, aniversariante do dia.

A conversa foi bem animada. Muitos assuntos estiveram na pauta e a Presidente foi só elogios aos amigos.

“Casimiro, além de poeta com livros publicados, vem de uma família abençoada. Ele é irmão do querido Diretor da ASACD Waldelei. Já Lucília, uma querida sempre alegre e bem-humorada, gosto demais dela”, comentou.



Maria Elisa

Jaqueline



Elia Milhomem

No dia 6 de outubro foi a vez da associada, amiga e aniversariante do dia **Elia Milhomem de Oliveira** receber a visita virtual da Dr.^a Maria Elisa e, Jaqueline, para um abraço.

A conversa, 100% feminina, teve várias pautas pertinentes ao mundo das mulheres. “Elia é uma amiga muito querida, muito inteligente e educada, sempre participa das ações da ASA-CD. Que Deus abençoe sua vida”, concluiu.



Maria Elisa

Jaqueline

Dia 7/10, visitaram virtualmente, a associada amiga e aniversariante do dia **Olga de Melo**.

Olga é uma excelente decoradora.

A Presidente foi só elogios à amiga e ex-colega de Câmara dos Deputados. “Olga é uma mulher iluminada, sempre de bem com a vida, fiquei muito feliz de poder vê-la no dia do seu aniversário”, concluiu.



No dia 8/10, Dr.^a Maria Elisa e Jaqueline, visitaram, a associada, amiga e aniversariante do dia **Auta Batista**.

Auta contou que diante do cenário atual, tomando as devidas cautelas, aproveitou para juntar a sua família em Minas Gerais.

Assuntos femininos estiveram em pauta. “Auta é uma pessoa simples e de bom gosto, foi bom vê-la tão bem e feliz”. concluiu.



Dia 9/10, a Presidente da ASA-CD, visitou virtualmente, com a funcionária Jaqueline, o associado, amigo e aniversariante do dia **Valdir Roberto Carnaval**.

A Presidente, mesmo com todos os compromissos pessoais, não abriu mão do bate-papo virtual para felicitação do seu amigo de Câmara. Foi só elogios ao amigo e ex-colega de Câmara dos Deputados. “Valdir, além de amante da leitura, sempre foi muito educado e excelente profissional, fico feliz de vê-lo tão bem.”





No dia 11/10, a Presidente da ASA-CD, Dra .Maria Elisa, visitou virtualmente, junto com seu esposo, o associado Cristóvão Colombo, o também associado, querido amigo e aniversariante do dia **Rômulo Lima Câmara** e sua esposa, **Beth**.

A conversa foi bem animada e muitos assuntos dos tempos da Câmara estiveram em pauta. “Rômulo é querido por onde passa, ele sempre foi lembrado pelo excelente trabalho realizado na Câmara. Na diretoria da ASA-CD estamos fazendo um excelente trabalho”, conclui Mara Elisa.



No dia 15/10, a visita virtual, partilhada com a funcionária Jaqueline, foi aos associados e aniversariantes do dia **Jane Kaczan** e **Roberto Cavalcanti** .

Como sempre, a conversa foi bem animada e com muitas risadas. A Presidente enaltece os amigos que são engajados socialmente.

“Roberto participa de uma ONG e já foi recebido pela esposa do Presidente da República. Jane participa de ajuda comunitária aos mais necessitados. São seres humanos excelentes. “



No dia 19 de outubro, a Presidente Maria Elisa realizou, juntamente com seu esposo, Cristóvão, e a funcionária Jaqueline, uma visita virtual aos associados e aniversariantes **Túlio Zanina** e **Paulo Marques**.

Túlio Zanina comentou que advoga e montou uma empresa de exportação, Zanina Trading. Já Paulo Marques adora ficar em casa e cuidar de plantas.

A conversa foi bem agradável, lembrando os tempos de Câmara. Um bate-papo entre amigos que rendeu muitos elogios.

No dia 20/10, a Presidente Maria Elisa, e a funcionária Jaqueline, visitaram as associadas, amigas e aniversariantes do dia **Maria Reinalda da Silva e Vera Lúcia Chaves**.

A conversa foi descontraída e com muitas risadas, Maria Reinalda e Vera Lúcia são duas figuras.

“Maria Reinalda é uma pessoa iluminada, de sorriso fácil, além de ser uma artesã de mão cheia. Vera além de muito elegante e inteligente, é muito atenta ao que acontece no mundo”, disse.



No dia 23 de outubro, a Presidente da ASA-CD e Jaqueline fizeram mais uma visita, desta vez aos associados **Baiocchi, Enoque e Nilma**.

Amigos de longo tempo.

Resultou num bate-papo muito agradável, o reencontro desses amigos. A Presidente, sem embargo de seus compromissos pessoais, não deixa de levar aos colegas esse abraço virtual.



Em 28 de outubro, a visita virtual de Maria Elisa e Jaqueline foi aos associados e aniversariantes do dia **Iraci, Regina e Alaor**. Esse foi mais um bate papo com muitas risadas.

Iraci, invariavelmente alegre; Regina, boa de prosa; e Alaor, tímido porém sempre educado. Todos se divertiram. A final, a Presidente faz questão de transmitir carinho aos associados em um fraternal abraço.



ASSOCIADO CANDANGO



Sônia Maria Silvestre de Carvalho

Nascida no Rio de Janeiro, no Bairro da Tijuca, **Sônia Maria Silvestre de Carvalho** chegou a Brasília em 1960.

Estudou no CASEB e depois na Escola Normal de Brasília, se formando em 1973 como professora.

Casou-se com Nelson Geraldo de Carvalho em 1962. Nelson trabalhou na Câmara dos Deputados com Valério Magalhães.

Sônia ficou viúva em

1982, mas procura manter a alegria de viver. Gosta de bordar, jogar buraco com as amigas e viajar.

Aliás, como viajante assídua, Sônia amou conhecer Cancún (México).

A amável pensionista Sônia dá um conselho a todos, principalmente aos aposentados e pensionistas; “Pratique exercícios, viaje, curta sua família. Aproveite todas as delícias de uma vida saudável.”

Eleonora de Azeredo Vieira chegou a Brasília de mudança com sua família em 20 de junho de 1960. Seu pai, Murillo Benevides de Azeredo, era também funcionário da Câmara. Antes da mudança, esteve em Brasília com familiares e amigos para um primeiro contato com a “terra virgem a ser desbravada”. Diz que foi amor à primeira vista lembrando que à época à W3 não era totalmente asfaltada.

Em 1964, com 18 anos, foi aprovada no concurso para Auxiliar legislativo da Câmara dos Deputados em

segundo lugar. Foi lotada na Seção Histórico de Debates, onde fez grandes amizades, sendo que algumas perduram até hoje. No ano seguinte, prestou concurso público para Taquígrafa e, sucessivamente, sempre através de concursos, chegou à Revisão da Taquígrafia e depois à Supervisão.

Ao aposentar-se se dedicou ao estudo de línguas e formou-se em Direito. Frequentadora do Espaço Cultural Alexandre Innecco, integra também o Coral feminino do ECAI Lux Animæ.

“Adoro esta cidade”-



Eleonora de Azeredo Vieira

declara. “Entrei para a ASA-CD logo após sua criação e só tenho a agradecer o trabalho desenvolvido por suas diversas diretorias, sempre em prol dos associados, procurando uni-los através de várias atividades..”



Silvia Maria Toledo

Nascida no Rio de Janeiro, **Silvia Maria Toledo** chegou a Brasília em 1960 e ama a cidade. Formada em Letras/Inglês, entrou na Câmara dos Deputados através do concurso público para Assistente Legislativo em 1976.

Relata que trabalhou na Coordenação de Seleção e Treinamento, atual CEFOR, no Pró-Saúde, no Departamento Técnico, e aposentou-se no Departamento de Apoio

Parlamentar no ano de 2008.

Após aposentar-se, dedica-se à leitura, escutar músicas e gosta de passear com seus cachorros. Ama viajar, adora cidades praianas e por fim aconselha aos amigos aposentados: “Se aposentem com saúde e esqueçam as horas. Apenas vivam. Depois que eu me aposentei fiz isso, não usei relógio e vivo todos os momentos de minha aposentadoria.”

João Ribeiro da Silva Sobrinho nasceu em Balsas-MA, aos 14 anos foi para Floriano-PI, para fazer o ginásio. Iniciou o curso científico em São Luís, foi para Belo Horizonte, onde fez até a metade do terceiro ano científico. Devido a uma cirurgia na coluna, ficou em recuperação por um ano e meio, indo ao fim para o Rio de Janeiro, onde terminou o curso de Contabilidade. Chegou em 1961 a Brasília, onde cursou Administração de Empresas.

Em Brasília, fez três concursos: Banco da Amazônia, DTUI (Departamento de Telefones

Urbanos e Interurbanos) e Câmara dos Deputados, sendo aprovado nos três concursos. Começou no DTUI e optou pela Câmara, onde foi nomeado em junho de 1962. Na Casa trabalhou junto à Diretoria do Patrimônio, onde ficou até se aposentar. Ocupou a função de Chefe de Seção. Quando a Diretoria passou a Departamento, foram criadas duas Coordenações: Coordenação de Material e Coordenação de Patrimônio. Foi nomeado Diretor da Coordenação de Material, onde foi muito feliz. “Depois de aposentado viajei muito com a minha esposa. Fomos a vários países da Europa,



João Ribeiro da Silva Sobrinho

ao Egito, Israel, Estados Unidos, Canadá e alguns países da América do Sul. Já gostei muito de viajar, mas, atualmente, prefiro ficar em casa. Hoje, dedico-me a uma fazendinha que tenho no município de Alexânia-GO, além de fazer palavras cruzadas, ler e dormir”, diz.

FALA, ASSOCIADO



Manuel Fernandes de Oliveira

Manuel Fernandes de Oliveira nasceu na Bahia, na cidade de Uibaí. Ingressou na Câmara em 1979 como

Técnico Legislativo na função de auxiliar de enfermagem.

É casado há 32 anos com Maria de Fátima Ribeiro dos Santos, com quem teve 3 filhos. Aposentou-se há 8 anos e desde então dedica-se à prática de exercícios. Seu hobby é viajar e sua maior paixão é Maceió, local que visita com frequência. Manuel

diz que o bom de se aposentar é poder curtir a vida com paz e tranquilidade, e aconselha: “Se aposente bem e consciente desta nova fase, e se possível, se aposente cuidando da saúde, a melhor coisa que podemos fazer conosco é cuidar do corpo e da mente. E outro conselho é: curta sua família, este é o maior bem que temos.”

Valdir Carnaval morou em Brasília duas vezes. A primeira em 1975, saindo em 1977; a segunda em 1985, e desde então não saiu mais.

Nasceu na cidade do Rio de Janeiro, morou em Natal e em Recife, devido a transferências de seu pai, que era oficial do Exército. Formado em engenharia eletrônica com especialização em informática. Ingressou na Câmara em 15 de fevereiro de 1991. Na Câmara trabalhou apenas na Consultoria Legislativa, tendo se aposentado em maio de 1999. Gosta de dar aulas. Após 2003 passou a participar do CD Cidadania, uma ONG fundada por colegas da Câmara para ajudar instituições filantrópicas: asilos, creches, instituições de recuperação de viciados em drogas, entidades culturais da periferia etc, onde continua até hoje.

Gosta muito de viajar e costuma ir com mais frequência ao Rio, sua cidade natal, a Fortaleza e a Natal. Aprendeu a falar esperanto em 1997. Uma língua, disse ele de fácil comunicação, pois é segunda língua de todos e isso permite menos gírias, menos modismos, e mais cooperação nas conversas.

Tem um grupo de violão que viaja todos os anos e com ele já foi a Diamantina, Poços de Caldas, Pirenópolis, Goiás Velho e Conservatória.

Tem um grupo de amigos que se reúne há 32 anos e que se chama Turma do Gambá. Mas hoje com a pandemia, reúnem-se pelo WhatsApp com os músicos — todos amadores —, amigos frequentadores e eventuais “amigos dos amigos”. Os músicos postam vídeos em que eles tocam, comentam sobre as mú-



Valdir Roberto Carnaval

sicas, alguns pedem alguma música específica. Seu conselho é: “Faça tudo com calma, respeite seu tempo. Continuar saindo de casa todos os dias foi transição importante. Sim, começar a dar aulas também foi importante para não ficar sem ocupação. Por fim, manter-se atualizado em idiomas (esperanto, inglês e francês) tem me ajudado a manter o cérebro exercitado e a me comunicar nas viagens.”



Túlio Zanina Costa

Túlio Zanina Costa nasceu em Dueré/TO e chegou em Brasília em 1973. cursou Contabilidade e Direito. Ingressou na Câmara dos Deputados em setembro de 1989, através de concurso público. Trabalhou no Departamento de Material e Patrimônio, na Coordenação de Contabilidade e na Assessoria Jurídica do DEPES, aposentando-se em 2019. Depois de aposentado, resolveu montar uma empresa de representação comercial no ramo de exportação, Zanina Trading. Viajou bastante, conheceu o Brasil quase todo e viajou também para os Estados Unidos e México. Diz Túlio: “Amo estar com a família, ela é meu maior presente, por isso aconselho que dediquem tempo a quem vocês amam. E aos amigos que estão prestes a se aposentarem aconselho que se preparem, com antecedência, e busquem novas atividades.”

Paulo Antônio Marques Nasci em Rialma-GO, morei em Mutunópolis, Porangatu e Brasília, onde cheguei em 1969. Me formei em contabilidade e ingressei na Câmara dos Deputados em 12 de julho de 1974, trabalhei no Departamento de Pessoal, Finanças e Médico, me aposentando em 1998. Depois de me aposentar me

dediquei ao que mais gosto, a vida perto da natureza. Gosto muito de pescar e fui chacareiro plantador de açaí e melancia em Marabá-PA, hoje moro em Goiânia e sou motorista de um filho de 17 anos — risos — e cuidador de uma pequena chácara onde cultivo horta, um pequeno pomar e orquídeas. Meu



Paulo Antônio Marques

conselho para os amigos que vão se aposentar é: planejem bem o que fará depois de aposentado pra não se sentir inútil, aproveite o momento.

ASA COM ARTE



Desta vez, apresentamos em ASA COM ARTE a audição do Coral *LUX ANIMÆ*, do ECAI de Brasília, gravada em vídeo e publicada no [Youtube](#). O espetáculo foi gravado de maneira remota: cada coralista se apresenta de sua residência.

A música apresentada é *O Canto do Pagé*, de autoria de Heitor Villa-Lobos, sob a regência do Maestro Alexandre Innecco.

Participaram desta apresentação as seguintes colegas associadas da ASA-CD: nossa Vice-Presidente **Maria do Amparo**

Bezerra da Silva, Anileda de Barros Boani Pauluci, Cecília Yulico Matsunaga Yamaguti, Eleonora de Azeredo Vieira, Eliane Alphonsus de Oliveira, Eni Fernandes Nunes Pereira, Esmeralda Silveira Reis, Flávia Castelo Branco Coutinho, Lilian Ribeiro Innecco, Lúcia Pedroso de Moraes, Maria Júlia Rabello de Moura, Nilma Santos e Tereza Cristina Rezende de Aguiar Attuch.

Para assistir ao vídeo basta clicar no link <https://bit.ly/3jBiZh6>.



Roberto de Medeiros Guimarães

Um dos cantores eruditos da ASA-CD, **Roberto de Medeiros Guimarães**, abrilhantou o coral *Vox Animæ*, do ECAI de Brasília, que lançou seu segundo vídeo gravado e publicado no *Youtube* — [link](#) para o vídeo <http://>

encurtador.com.br/tuBS3, de maneira irreverente, criativa e totalmente inovadora e apresentado de forma remota — cada um em sua casa.

extensão de voz grave, doce e marcante. Compõe o coral como baixo, e exerce seu posto com disciplina, emoção e dedicação.

O associado fundador e ex-presidente da ASA-CD, Roberto é detentor de uma



Céres de Campos Charnaux Sertã

Desde a infância, sou fascinada pelas artes, quer no campo da poesia, da crônica, da leitura dos romances épicos, do desenho simplesmente, do teatro infantil e na fase adulta pelo teatro vivenciado pelos nossos grandes atores. Enfim, geminiana que sou, aprecio e analiso a multiplicidade que o mundo da Arte me oferece.

Trabalhei como funcionaria pública – concursada – por toda a minha vida. Nas horas vagas, fazia um desenho ou outro, sempre desenhando rostos e corpo humano. Como hobby, fiz muitos cartões de festas ou natalinos, enfeites e lembranças de casamentos, porque era uma forma de estar vivendo a arte.

No campo da pintura a óleo em tela, transito entre o estilo acadêmico e impressionista. Entrego-me ao clássico nas pinturas de rostos e corpo humano. Gosto de sentir a delicadeza da pintura na figura humana. Para mim, faz sentido. Já nas paisagens, prefiro o impressionismo porque a natureza parece que salta aos olhos de quem a vê em suas cores exuberantes. Por isso, minhas cores são fortes e vivas.

Hoje vivencio a minha arte – que desejo vê-la amadurecida – graças à aposentadoria pela qual labutei a vida inteira e me vejo recompensada pela qualidade das obras que construo com a minha dedicação e o meu amor e que, espero, sejam essas obras motivo de admiração de tantos quanto delas se aproximarem.



QUEM TEM DIREITO AO PASEP NA AÇÃO PROPOSTA PELO SINDILEGIS?

É do conhecimento de todos que o Sindilegis ingressou com ação civil coletiva, a qual recebeu o nº 1012563- 62.2019.4.01.3400, que tem como objetivo solicitar judicialmente a correção sobre o valor do Programa de Formação de Patrimônio do Servidor Público (PASEP). A ação vai contemplar os servidores da Câmara dos Deputados, do Senado Federal e do Tribunal de Contas da União (TCU) filiados ao sindicato.

O Sindilegis esclarece:

“Qual é a situação atual? O juiz que analisa a causa solicitou que todos os interessados na ação apresentem o extrato analítico da conta no PASEP, que pode ser requerido em qualquer agência do Banco do Brasil. A entidade trabalha com prazo de até 60 dias para a disponibilização do documento. Os advogados do Sindilegis irão despachar com o juiz para a definição dos

prazos de entrega dos extratos solicitados.

O documento deve ser digitalizado, salvo no formato PDF e encaminhado para o e-mail: consulegis@sindilegis.org.br, IMPRETERIVELMENTE ATÉ O DIA 15/11/2020. Os filiados que não conseguirem digitalizar o extrato podem procurar a Consultoria Jurídica na sede do sindicato localizada no SGAS 610, Conj. C, Módulo 70, Asa Sul – L2, para que seja feita a digitalização.

Atenção! Não serão aceitos extratos em microfilme.

Quem é alcançado pela ação:

Filiados do Sindilegis na data da propositura da ação (15/05/2019) que:

1 – Tenham ingressado no serviço público antes de 5 de outubro de 1988, seja ele submetido ao Regime Jurídico único ou contratado com base na CLT;

2 – A remuneração seja considerável (ao menos três salários mínimos quando do

ingresso do serviço público);

3 – Esteja cadastrado no PASEP, ao menos, desde 1983;

4 – Não tenha realizado a retirada anual dos rendimentos há menos de cinco anos;

5 – Aposentado há menos de cinco anos e que não tenha efetuado o saque total do saldo da conta PASEP em momento anterior à aposentadoria;

6 – Servidores ativos que não sacaram a integralidade dos saldos do PASEP há mais de cinco anos, em razão do prazo prescricional.

Em caso de dúvidas, os filiados podem entrar em contato com a Consultoria Jurídica do Sindilegis pelos telefones (61) 3214-7339/ 3214-7342/ 99964-9591.



Já no início de 2020 fomos surpreendidos com a chegada do novo Coronavírus, o agente que provoca a Covid-19, doença que afeta o sistema respiratório humano. Desde então, temos lidado com um turbilhão de sensações, que inclui o medo de adoecer, ou de ver algum ente querido adoecer, a preocupação ao sair de casa, a frustração de cancelar compromissos e a incerteza de quando tudo isso vai passar.

Mas não se sinta só nessa! Diante de tantos desafios, a cabeça realmente

entra em outra frequência, e isso está acontecendo com todo mundo. Diversos são os gatilhos que desencadeiam o estresse e os sintomas ansiosos ou depressivos. Estamos falando de uma realidade que ninguém esperava viver. E não se trata apenas da adaptação do trabalho para dentro de casa. Foi a nossa vida social a maior prejudicada.

Colocar o corpo em movimento é uma importante via para te manter em equilíbrio. Muito além de manter ou perder peso, as atividades físicas são aliadas da saúde e

do bem-estar.

O alongamento, além de melhorar a flexibilidade, pode ser uma atividade física prazerosa e relaxante. Os exercícios de alongamento e relaxamento podem ser realizados em casa, sem a necessidade de muito espaço, como no chão ou em pé. A Presidente da ASA-CD, Dr^a. Maria Elisa, implementou na sua primeira gestão o ASA SAÚDE. “Aqui na ASA-CD — lembra ela —, temos a fisioterapeuta Ana Paula, que nos auxilia com exercícios voltados para mobilidade e cognição.”

ANIVERSARIANTES DE NOVEMBRO

Aos aniversariantes, um forte abraço da Diretoria da ASA-CD

1 - Carla Bernadette de Oliveira, Elisabete Viveiros de Almeida, Ivonete Pimentel Sarmento, Marlúcia Batista Monteiro, Paulo Brill, Rosa Maria Vianna da Fonseca Saraiva, Scheila Mello Salgado de Carvalho.

2 - Cecília Silvia Guedes Alcoforado, Eliana Araújo de Aguiar, Maria Amália de Castro, Neide de Almeida Machado, Zilda Rodrigues da Costa.

3 - Darci Constantino, Dariu Batista de Castro, Ivani dos Santos, Jacy Arruda Pinto, José Lucena Bezerra, Luiz Feitosa dos Santos, Magda Rouede Bernardes, Maria de Fátima Aragão Sanford Barros, Mirna de Castela Carvalho Pessoa, Ronaldo Del Rio Copalo.

4 - Antonia de Maria de Lacerda, Antônia Jesus dos Santos, Lígia Cardoso Minervino, Lourdes Bomtempo de Mendonça, Luís Antônio Barbosa Bertolino, Sandra Mara Firmo Ribeiro, Zulmira Santa Pinto Mandarino.

5 - Amâncio Manoel Lopes, Christel Lilli Benda, Gilda Moscoso Rubino, Irene Laurinda da Conceição, Josefa Irani Gonçalves de Oliveira, Luiz Antônio Batista Machado, Manuelita Maria de Meneses, Myrthes de Souza, Odete Garcia Guerra, Ovília de Alencar Lino, Pedro Henrique da Silva, Sônia Lacerda Fleury.

6 - Carmen Ruth Bentes Leal, Sandra da Rocha Marmo de Oliveira.

7 - Elizabeth Garcia de Lima, Heloísa Helena Silva Ramos, Heyderne José Pereira Coelho.

8 - Constante Caetano Turchiello, Edson Carlos Mota, Enila Beatriz Esteves Gomes, Francly Lourdes Pereira Borges, Iolanda Rodrigues da Silva, Luís Alberto de Avelar da Silva.

9 - Hercy Mattos Baby, Luiz Fernando Garcia de Oliveira, Margarida Maria Queiroz Oliveira Cabral, Maria de Lourdes Barbosa, Miriam dos Santos Medeiros, Osvaldo Vaz Morgado.

10 - Alice Fonseca Teixeira de Oliveira, Antônio Bandeira de Assunção, Ernesto Luiz Martins de Assis, Janete Maria Trevisan de Oliveira, José Calazans Monteiro de Moura, Maria Neuza de Oliveira Martins, Rachel Ungierowicz, Rita de Cássia Tremendani dos Santos, Zilá Dias.

11 - Alba Castro da Matta, Hilton Roberto de Moura Silva, Uiara Almeida Roland.

12 - Ephigênia da Luz de Souza, Fátima Peixoto de Lima, Francisca Helena Nogueira de Sá Ramalho, Heráclito da Rocha Santos Maciel, Luiz Gonçalves de Jesus.

13 - Darcy Maria Gasparetto Camargo, Dinorah Fernandes Gioia Martins, Francisco Neto de Sousa, Pedro Paulo Guimarães Ramalho, Sílvia Regina Santana Carvalho, Valério da Silva.

14 - Alíria Rodrigues Corrêa, Armando Sampaio Lacerda,

Carlos Alberto Ramos, Estela Marisa Ferreira Rossi, Maria Eloá Moreira da Silva Martins Pereira, Marly Azevedo Ramos, Zita da Silva de Oliveira.

15 - Aurení Moutinho Medeiros, Carlos dos Santos Almeida, Dulce Laudelina Gomes da Silva, Edivaldo Gomes Arantes, Fernando Luiz Lopes Montenegro, Marly Glória do Nascimento Vale, Paulo Luiz Bastos Serejo.

16 - Ana Maria de Medeiros, Aristeu Gonçalves de Melo, Esmeralda Silveira e Reis, Francisco dos Santos Barros, João Pedro Silvério, Joaquim Vasconcellos Ferreira, Joel Mário da Silva, Manoel Araújo Fernandes, Maria das Graças Dias, Marinalva da Silva Porto.

17 - Ana Regina Lustosa de Oliveira, Anderson Braga Horta, Carlos Roberto Santos, Célia Maria Costa, Dalca Tardin Moreira, Margarida Barcki, Natalina Vitória Lago Ribeiro, Odon Ferreira Lima, Waldimir Canuto de Melo, Yvonne Paes de Carvalho.

18 - Eduardo Bassit Lameiro da Costa, Heitor Duprat de Brito Pereira, José Carlos Pereira, Maria Hermínia Vasconcelos Noleto, Miriam da Cunha Alves, Vilma Cezarina Vieira Bilibio Pasqua.

19 - Antônio Carlos Caldeira, Isabel Luiza de Freitas, Magnólia Maria de Figueiredo Vicente, Marcelo Ribeiro e Silva.

20 - Fernando Marques, Luzia

Cláudia Serafim Tres Loiola, Maria Alice de Podestá Navarro Mamede, Maria Leitão Martins, Maria Salomé Pereira da Silva.

21 - Marlene da Silva Torquato.

22 - José Olegário Teodoro.

23 - Carmen Sílvia Pires Costa, Graci Liberato Gonçalves, Henrique Deurípedes Froés, Marco José dos Santos.

24 - Anileda de Barros Boani Pauluci, Juracy Feitosa Rocha, Maria Neily Pinto de Vasconcelos, Nórís Martins de Faria.

25 - Edelmo Almeida Silveira, Hennialva Oliveira Brasileiro, Iracema Cândida Coelho

Marques, Valfredo Viegas do Valle.

26 - Maria Aparecida de Araújo, Mariza da Silva Mata, Raimundo Nonato dos Santos Júnior.

27 - Ademilton Ricardo da Silva, Amneres Santiago de Brito Pereira, Maria de Jesus Sousa Nogueira, Maria de Lourdes de Macedo Bantin, Maria Isabel José Macedo Silva, Tércio Moreira Miranda, Vicente Pereira dos Santos.

28 - Ana Gualterina de Alencar Araripe Carneiro, Cleunice dos Santos, Francisca de Assis Abreu da Rocha, Geisa Maria Bezerra de Medeiros, Maria Carolina Pereira Ferreira, Maria Isabel Cota Mendes

Neiva, Nilton Menezes, Rosália Maria do Rego Monteiro, Symphronio Renato de Almeida.

29 - Benedita José de Carvalho, Éden Peçanha de Souza, Eliane Alves de Matos, Francisco Itamar Machado, Gumercindo Valentim, Liulai Leite Lacerda, Miriam Teixeira Rodrigues, Rosi Meri Costa Rodrigues.

30 - Adão de Oliveira, Hilda de Sena Corrêa Wiederhecker, Maria da Consolação Costa Araújo Pereira, Miriam Campelo de Melo Amorim, Risoleta Couto Farias, Vera Regina Ferreira.

ANIVERSARIANTES DE DEZEMBRO

Aos aniversariantes, um forte abraço da Diretoria da ASA-CD

1 - João Rodrigues Amorim, Maria do Socorro Carvalho Barbosa, Marcus Vinicius Borges Gomes.

2 - Norma Vilma de Oliveira Facundo, Francisca Américo Rodrigues, Ozimar Peixoto da Silva.

3 - Lúcia Elena de Paiva, Wilma Cavalcanti Rizzo Filha.

4 - Raimundo Vasconcelos Aguiar, Mauro Diniz Brumana.

5 - Hugo de Aguiar Levy, Geraldo Martins Ferreira, Elizete Celeste Pinheiro, Manoel Soares da Silva, Cinthia Beatriz da Silva Dumont.

6 - Hécia Maria Antunes, Marina Villalva, Amaury Araújo de Castro, Rosa Marta Gonçalves Batista, Maria da Conceição Ferreira Cruz, Enny Martins Ramalho, Marialba de Lima Mesquita

7 - Saulo Pimentel, José Maria da Silva, Gladys Cerveira de Sena, Conceição José Macêdo, Heitor Matte.

8 - Maria Aparecida de Oliveira, Lucas Wellington Coelho, Ubiratan Bandeira,

9 - Pedro Rocha Lima Almeida, Reginaldo Felix de Souza, Augusto Mena Barreto Neto, José Alberto Gonçalves da Motta, Maria Lopes Saraiva Pereira.

10 - Lenir da Silva Lopes, José Aldemir Borges de Matos, Aloysio Niemeyer, Adão José Ferreira Barros, Dagoberto Jacomo Manzan, Antônio Carlos Costa Dias, Reginaldo Santos Ribeiro, Lúcia Beatriz Barros Grosner.

11 - José Osvaldo Passos, Maria José Dias Silveira, Helena Lima de Souza, Aziolea Terezinha Kffuri, Fernando César de Moreira

Mesquita, Inadi Lima Cesario da Silveira.

12 - Adalgisa Santiago de Aquino, Nilton Rodrigues Paixão Júnior, Maria das Graças Marinho Crema, Antônio Neris Corrêa, Nelson Maranhão Neto.

13 - Oliveiros Gomes Corrêa, Luzia Alice Rodrigues Povoá, Altair Noletto Martins, Elanita Maria Lima Corrêa, Ivaldo Pinto de Oliveira, Sebastião Valeriano, Maria Lusía Carvalho Leopoldo, Antônio Alves Guimarães.

14 - José Aires da Silva, Lúcia Costa, José Salomão Jacobina Aires, Clara Regina Machado, Clóvis Angelim de Araújo Lopes Júnior.

15 - Antônio Gomes da Silva, Paulo Ramos Pereira, Alcino Vieira da Conceição, Myrna Lopes Pereira, Luiz Alves Marinho.

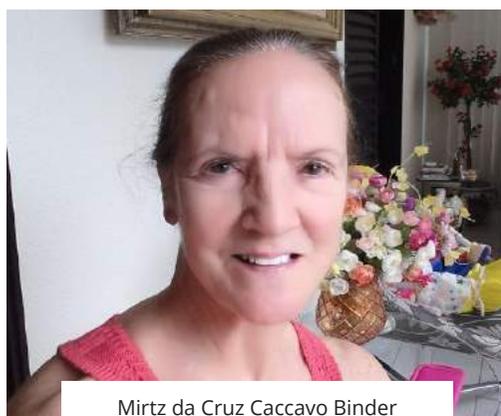
ASA MENSAGEM



Regina Coeli do
Nascimento Vale

A querida colega **Regina Coeli do Nascimento Vale**, logo após receber o vídeo em homenagem aos servidores público, enviou uma mensagem de texto, via *WhatsApp*, agradecendo à Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, pelo carinho:

“Você como sempre tão organizada, preciosa. Um anjo de longas e fortes asas. Parabéns também, Maria Elisa, pela data em homenagem ao servidor público, 28/10/20. Um forte abraço para você.”



Mirtz da Cruz Caccavo Binder
Esposa do Henry Binder

“Falar de nossa muito querida Elisa é como contemplar uma linda flor silvestre. Elisa é meiga, educada, gentil, inteligente e bastante verdadeira. Vai fazer 1 ano que nos conhecemos pessoalmente por ocasião do Natal, nos encontramos nas Lojas Leal do Sudoeste. Saí de casa cedo dizendo para meu querido Hy (marido de Mirtz) que lá iria comprar umas novas capas para nossos travesseiros. Assim o fiz, e ao entrar na Loja me deparei com uma gentil mulher que me olhou, mas que eu já a tinha olhado, pois achei muito interessante seu modo de vestir e de me abordar uma vez que parecia que já nos conhecíamos de longa data, porém naquele momento mágico estávamos nos falando pela primeira vez. Ela estava lá para gravar umas lindas toalhinhas brancas com a intenção de presentear os componentes e sócios da ASA-CD, uma vez que a associação completaria 28 anos.

Ao se despedir, com um sorriso largo e contagiante presenteou-me com uma das toalhinhas e assim nos apresentamos. Que mais dizer? Encontro de almas para toda a vida aqui na nossa capital. Uma mineira de olhos meigos e vivos e uma carioca também muito alegre e comunicativa. E assim, trocamos nossos telefones e demos início a uma grande amizade. Com carinho Mirtz”

CLUBE DO LIVRO

No dia 28 do mês de outubro, quarta-feira, realizou-se o encontro virtual do Clube do Livro que tratou da obra de *Negrinha*, de Monteiro Lobato.

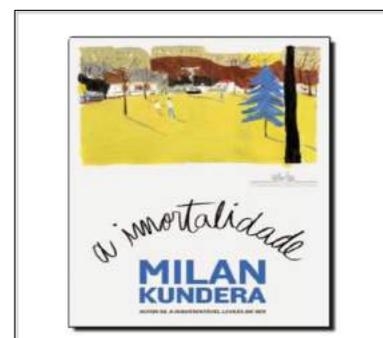


Clube do Livro virtual

“É uma das melhores obras de Monteiro Lobato. Nos leva à reflexão do porquê de ajudar as pessoas: se por caridade e bondade ou por livramento de consciência”,

disse a Presidente.

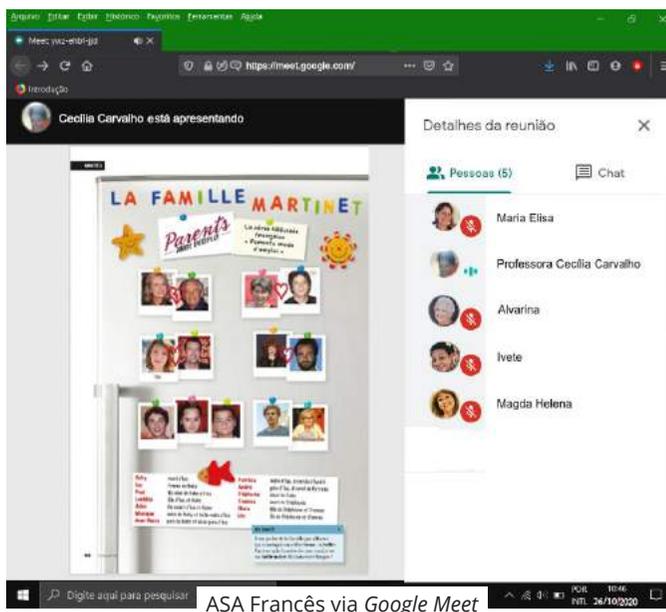
O próximo encontro do Clube do Livro acontecerá



no dia 26 de novembro, quinta-feira, a partir das 16h, de forma virtual para preservar a segurança de todos. A obra escolhida foi **A imortalidade**, autor Milan Kundera.

ASA CURSOS

ASA FRANCÊS



Às segundas-feiras, 10h, os associados da ASA-CD têm um encontro com a língua francesa pelo projeto ASA Francês.

A Presidente, Dr.^a Maria Elisa, viabilizou formas seguras de manter a atividade para os associados e, ainda, promover a inclusão digital e a socialização por este recurso.

“O desenvolvimento de tarefas para a cognição, como lidar com equipamentos tecnológicos, estudo de línguas e interação com outras pessoas, é importante para a boa saúde mental e física”, disse a Presidente.

ASA SAÚDE

Às terças-feiras, nos dedicamos à prática de atividade física com abordagem lúdica com a Professora de Educação Física e Fisioterapeuta Ana Paula, no projeto já consagrado, de autoria da Presidente, Dr.^a Maria Elisa.

As aulas são disponibilizadas no grupo via *WhatsApp* e buscam integrar práticas que parecem simples, mas que trabalham

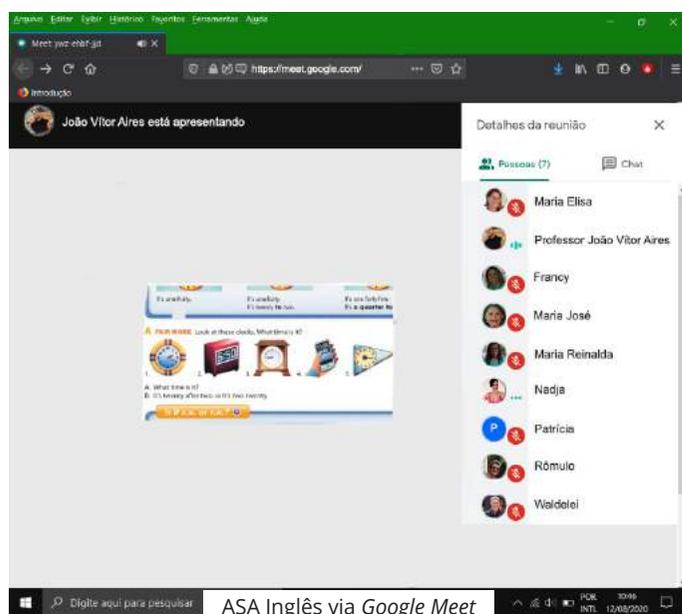
o equilíbrio e a coordenação motora do indivíduo, empregando considerável esforço cognitivo.

“As pessoas precisam se movimentar e, paralelamente a isso, ser estimuladas a consumir água com frequência. A falta de água pode vir a causar desidratação severa e prejudicar o bom funcionamento cerebral”, disse a Presidente.



Asa Saúde ministrada via *WhatsApp*

ASA INGLÊS



A Presidente da ASA-CD, Dr.^a Maria Elisa, juntamente com outros colegas do curso “ASA Inglês”, tem encontro marcado, todas as quartas-feiras, com o Professor João Vítor.

As aulas virtuais estão cada vez mais didáticas, animadas e com conteúdo interessante.

Vale ressaltar que as aulas on-line tem muitos aspectos positivos, sendo uma maneira atual de ensino que se encaixou muito no cenário atual, em que precisamos temporariamente manter o distanciamento social.

O objetivo dessas aulas, além do aprendizado da língua inglesa, visa estimular ao convívio social grandes aliados no que tange à melhoria da saúde cognitiva, sendo ainda uma ótima oportunidade de reencontrar os amigos.

“Cada vez mais fico entusiasmada com projetos como este na ASA”, disse a Presidente.



Maria Elisa realiza sorteio
para o ASA Solidária



Cecília Silva Guedes Alcoforado
Recebendo seu brinde

A Presidente da ASA-CD, Dr^a Maria Elisa, realizou o sorteio para os associados que fizeram doações em outubro para ASA Solidária. A sorteada foi a associada **Cecília Silvia Guedes Alcoforado**.

A Presidente agradeceu aos colegas as inúmeras contribuições para doação de cestas básicas para pessoas em condições de vulnerabilidade.

As organizações que receberam as doações das cestas básicas durante o mês foram: Igreja de Deus — Sudoeste, conduzida pela Pastora Nilza; Igreja Presbiteriana do Sol Nascente (DF), conduzida pelo Pastor Willin; e Instituto Reciclando o Som, que atua na Cidade Estrutural, em Brasília (DF), conduzido pela Rejane Pacheco.

“Podemos amenizar o sofrimento dos irmãos sujeitos a condições desfavoráveis. Devemos ser solidários e praticar a caridade”, disse a Presidente.



Igreja de Deus-Sudoeste,
conduzida pela Pastora Nilza



Igreja Presbiteriana do Sol Nascente,
conduzida pelo Pastor Willin



Instituto Reciclando o Som,
conduzido pela Rejane

Mensagens de agradecimento

Amados irmãos e amigos da Associação dos Servidores Aposentados e Pensionistas da Câmara dos Deputados. Nós não nos conhecemos, porém o amor nos une. Nossa gratidão será eterna pelo gesto tão humano e amoroso de vocês. Recebemos os cobertores e as cestas básicas com o coração palpitante de alegria pensando em cada rosto de nossos

irmãos carentes e tão sofridos ao chegar em suas mãos essas abençoadas contribuições. O muito obrigado de cada pessoa não cabe nas minhas palavras. Os olhos brilhantes de esperança misturada às lágrimas, são as palavras de agradecimento por tão nobre gestos de vocês. Eles diziam a cada entrega “que Deus abençoe”. Deixo aqui a minha oração de

gratidão: “Que Deus, nosso Pai, realize o desejo do coração de cada um, e as suas abundantes bênçãos sejam derramadas sobre os lares de vocês.” Muito obrigada por fazer pessoas sofridas se sentirem amadas. Beijo no coração de vocês. Pastora Nilza Siqueira Igreja de Deus no Brasil — Sudoeste.

Comunidade do Sol Nascente
recebendo doações



MEDALHA IN MEMORIAM

Para aqueles que trabalharam com muito afinho e dedicação na Câmara dos Deputados e que já não estão mais presentes aqui o nosso muito obrigado. Vocês sempre serão lembrados pelo que fizeram pelo serviço público e por esta Casa Legislativa.



ELEIÇÕES SINDILEGIS 2020

CHAPA 1 JUNTOS SOMOS MELHORES

ALISON SOUZA
PRESIDENTE

PAULO CEZAR
Vice – Presidente para a
Câmara dos Deputados

ANTÔNIO VANDIR
Vice – Presidente para o Senado

REGINALDO COUTINHO
Vice – Presidente para o TCU

ANDRÉ GALVÃO
Secretário Geral

ELDER AZEVEDO
Administrativo

EDUARDO LOPES
Financeiro

FÁBIO FERNANDEZ
JURÍDICO

OGIB TEIXEIRA
Diretor de Aposentados e Pensionistas

ELISA BRUNO
Comunicação

FÁTIMA MOSQUEIRA

Intrínstucional

EVALDO ARAÚJO

Integração Regional

PEDRO ENÉAS MASCARENHAS

Educação e Cultura

REGIS MACHADO

Social e Esportivo

PETRUS ELESBÃO

Benefícios

NARCISO MORI JÚNIOR

Comissionados

MAGDA HELENA

Assuntos Parlamentares

MAGNO MELO

Conselho Fiscal pela Câmara

LUIZ ANTÔNIO MONTEIRO

Conselho Fiscal pelo Senado

WILSON PAREDES

Conselho Fiscal pelo TCU



CHAPA 2 RENOVAR É PRECISO



WEDERSON OSMAR MOREIRA
PRESIDENTE

OSMAR DE OLIVEIRA AGUIAR

Vice – Presidente para a
câmara dos deputados

ELI MARIA VIEIRA
Diretor de Aposentados e
Pensionistas

ALCEU VIEIRA GOMES FILHO
Diretor Social e Esportivo

FRANKLIN CABRAL
Secretário Geral
CARLOS TAVARES
Diretor de Benefícios

MÁRCIO COSTA
Diretor Administrativo

ABIDERMAN SOUZA CARVALHO

Conselho Fiscal da Câmara dos
Deputados

CRISTOPHER VALENTE
Suplente Câmara dos
Deputados

ANTONIO RUBENS LUIZ DA SILVA
Suplente Câmara dos Deputados

GUILHERME AUGUSTO GUIMARÃES SILVA
Suplente Câmara dos
Deputados

ASA CLASSIFICADOS

ACESSÓRIOS, BELEZA E MODA

FACINATUS. Produtos para atender suas necessidades de cuidados pessoais produzidos especialmente para você. Maquiagens, hidratantes, tratamentos capilares e muitos mais para atender homens e mulheres. Tel.: (61) 99689-2116

HOPE LINGERIE BSB. Dispõe de produtos nas categorias: sensual, maternidade, modeladora, praia, pijama, dentre outras. Desconto para associados da ASA: ASA5%JUL2. Tel.: (61) 98240-2456. <https://lingeriebrasil.com.br>.

COMIDA, REFEIÇÕES E GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

DI CAJU. A castanha de caju é uma oleaginosa que é fonte de vitaminas E do complexo B. Também é fonte de minerais como zinco, potássio, manganês, ferro, cobre e selênio. Tel.: (61) 99807-1973.

DOCE BEIJO SOBREMESA NA TAÇA. Deliciosas sobremesas preparadas para encantar além do paladar, a visão. Excelentes opções de sabores e apresentações para adoçar a vida e trazer mais requinte e sofisticação à mesa. Tel.: (61) 98474-2006.

DOCE CERRADO CONFEITARIA ARTESANAL. Cardápio variado e com saborosas opções: pipocas gourmet, brownies no copo, brigadeiros gourmet, fondues, patês a choux, e muito mais. Instagram: @docecerradoo. Tel.: (61) 99623-3113.

QUITANDINHA CAFÉ. Deliciosos café da manhã e almoço! Todos os dias, comida quentinha e saborosa com aquele gostinho caseiro no conforto do seu lar. Tel.: (61) 99870-9001.

RIBAMAR QUITUTES. Deliciosos bufês temáticos, kit feijoada, kit marmitas e várias outras opções de cardápio para diversas ocasiões. Tel.: (61) 99230-9985

SORVETE AO QUADRADO. Sabores tradicionais e do cerrado feitos especialmente para você com apresentação original, no conforto e segurança do seu lar. Tel.: (61) 3297-6103.

DOG DO BARTÔ. Hot Dog de sabor incomparável em uma receita de cachorro quente simples, deliciosa e sem frescura! Localizado a CCSW 5, Bloco A, loja 50, Sudoeste, Brasília - DF. Tel.: (61) 3036-5100.

COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO

CLARIAR. Qualidade em impressão de pequenos e grandes formatos, cartões de visita, brindes personalizados, fachadas e painéis, panfletos, banners e muito mais. Tels.: (61) 3347-3313/ (61) 99922-1420. E-mail: atendimentoclariar@gmail.com.

CORREIOS AGF CRUZEIRO. A Agência dos Correios do Cruzeiro está preparada para atendê-lo respeitando todos os protocolos sanitários e profissionais no tratamento de sua correspondência. Tel.: (61) 3465-2411. E-mail:

cruzeironovo@gmail.com.

GRÁFICA QUERUBINS. Serviços gráficos diversos e de alta qualidade e melhor custo benefício. Calendários, livros, jornais, revistas e mais. Tel.: (61) 3347-3313. E-mail: <http://www.grafica-querubins.com.br>.

DIVERSÃO, LAZER E TURISMO

CONMIL TURISMO. Pacotes e viagens sob medida para você e para os que você ama, com muito conforto e segurança. (61) 98287-7523. E-mail: conmil.turismo@gmail.com.

CTC TERMAS CLUBE HOTEL. Localizado na região central de Caldas Novas (GO), o CTC Termas proporciona uma experiência inesquecível! Tel.: (64) 3453-1974. E-mail: reserva@hoteltct.com.br.

CULTURA TURISMO. Há mais de 16 anos e é composta por profissionais competentes e altamente qualificados, especialistas na elaboração e execução de roteiros de viagens. Tel.: (61) 33271864. E-mail: atendimento@culturanegocios.com.

FIVE TOUR TURISMO. Viagens e experiências incríveis ao seu alcance! Tel.: (61) 3344-5970/ (61) 99349-1153. Site: <http://fivetour.com.br>.

HOTEL GAIA-PORTO. Hotel Gaia-Porto, em Vila Nova de Gaia, Portugal. Gaia está repleta de adegas e várias atrações turísticas como a praia de Madalena. Tel.: (61) 98116-8577.

MINI-FAZENDINHA EDUCATIVA. A Mini Fazenda proporciona um pedacinho da realidade do campo aqui perto de você. Tel.: (61) 99977-1268/ (61) 98150-1709.

FINANÇA E NEGÓCIOS

BRASIL MÉTODO CORRETORA DE SEGUROS. Seguro automóvel, seguro condomínio, plano odontológico, seguro residencial, plano de saúde e seguro de vida. Tel.: (61) 3274-5212/ 0800-601-7286.

SICOOB. Trate do seu patrimônio e das suas finanças com quem reconhece o seu valor. Tel.: (61) 3225-2007. E-mail: sicooblegislativo@sicooblegislativo.coop.br.

IMÓVEL

ALUGUEL TEMPORADA CALDAS NOVAS - GO. Aluguel por temporada de apartamento em Caldas Novas (GO), no Condomínio Royal Park, 6 piscinas, localizado bem no Centro da Cidade. Tel.: (61) 98116-8577.

ALUGUEL VILA DO FREI PARATY - RJ. Aluguel de apartamentos no bairro da Jabaquara para temporada ou residência. Apartamentos lineares com 2 quartos, cozinha americana, área de serviço, garagem coberta, portão eletrônico e chuveirão. Opção de apartamentos sem mobília ou mobiliados. Localização: a 300 metros de distância da praia e a 5 minutos do Centro Histórico. Tel.: (24) 99817-5706.

VENDA DE FLAT CALDAS NOVAS

- GO. Condomínio Mont Blanc Residence, Caldas Novas (GO). Em andar alto, recém reformado e mobiliado. Parque aquático com piscina termal, sauna e academia. Localizado próximo ao Grande Hotel Golden Dolphin. Informações: Efigênia. (61) 98212-9697.

VENDE-SE ÁREA ESPECIAL - DF. Vende-se maravilhosa área para Escola de Educação Infantil e Fundamental e/ou Templo, com 2.000 m², no SHCES Q. 1109 Lote 1, Cruzeiro Novo, Brasília-DF, com um Edifício de 2 andares com 501 m² e outro com 200 m² e uma área coberta com 82m². Capacidade total de 280 alunos. A área poderá ser comercial. Preço: R\$ 5.000.000,00. Informações: Altair Noleto. Tel.: (61) 99964-4323.

INFORMÁTICA, ELETRÔNICA E TECNOLOGIA

INFOJET. Atualização, manutenção e reparos de seus equipamentos de informática e eletrônicos (celulares, computadores, impressoras e notebooks). Loja de suprimentos para seu escritório. Tel.: (61) 3382-7765.

SAÚDE E BEM-ESTAR

ANA PAULA RIBEIRO DA SILVA FISIOTERAPEUTA. Correção postural, alongamento, hidroterapia e drenagem linfática com segurança e obediência aos protocolos sanitários. Tel.: (61) 99555-9191.

CAMILLA FIGUEIREDO REIKI & THETAHEALER®. Reiki, Reiki com cristais e Theta Healer®. Equilíbrio melhora a qualidade de vida tanto física quanto mental. Tel.: (61) 98306-3946. Tel.: camillafandrade4@gmail.com.

ESPAÇO TERAPÊUTICO MÃOS DE ANJO. Drenagem linfática; massagem modeladora; massagem relaxante; liberação miofascial. Massagens terapêuticas: Ayurveda; Tui-ná; Shiatsu e muito mais. Tel.: (61) 99958-1207.

OCULARE OFTALMOLOGIA. Centro clínico especializado e atendimento humanizado agora traz a alternativa da teleconsulta. Exames oftalmológicos, ortóptica, oftalmopediatria e reabilitação visual. Tel.: (61) 3242-4222/ (61) 99604-5844.

VISÃO OFTALMOLOGIA. O Visão Hospital de Olhos inaugura mais um novo serviço na Unidade Asa Norte: Consultas emergenciais e de pronto atendimento. Tel.: (61) 3038-8001.