



# REVISTA VOZ ATIVA



Fundada em 5 de novembro de 1991

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

Ano 31, n.º 324

Brasília - DF

Maio 2021

## MÊS DAS MÃES



Maria Elisa



Ana Regina



Caroline



Célia



Dione



dlvína



Enila



Fernando

SORTEADA



Gleide



Isabel



Marly Glória



Meg



Raquel



Silvana



Tanívia



Yara



Maria Elisa realizou o sorteio no dia 30/5/2021

- Este mês celebramos o dia das mães, esta data que nos lembra do amor mais puro e verdadeiro que recebemos na vida. E para celebrar esta data tão importante, a Presidente da ASA-CD,

Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa, convidou as associadas e funcionários a mandarem fotos com seus filhos e mostrarem o amor de mãe. A foto sorteada foi do funcionário da ASA-CD Fernando, que receberá um mimo de nossa Associação.



Fernando Holanda sorteado

## SUMÁRIO

Editorial, p. 2  
ASA Prosa e Poesia, p. 3  
AASA vai até você, p. 4 - 6  
Associados Candangos, p. 6 - 8  
Fala, Associado, p. 9 - 10

ASA com Arte, p. 11 - 12  
ASA Direito e Justiça, p. 13  
ASA dica de saúde, p. 13  
ASA gourmet, p. 14 - 15  
Homenagem, p. 15

ASA Cursos, p. 16 - 17  
Fique por Dentro, p. 17  
ASA Solidária, p. 18  
Agradecimento, p. 18  
Clube do Livro, p. 19

Medalha In Memoriam, p. 19  
PROA 2021, p. 20  
Finanças para maiores de 50, p. 20  
Aniversariantes, p. 21  
ASA Classificados, p. 22

## 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

Ingrid Torres Alves

Tanívia Pinheiro Timbó (CRB1-DF 2.129)

Impressão

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

E-mail: [querubins@graficaquerubins.com.br](mailto: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 Cameiro

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](mailto:secretaria@asacd.org.br)

Horário de atendimento: das 9 às 18h

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

Tiragem: 1960 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 associados, como estão? Espero que bem e cumprindo aquelas três regrinhas que sempre falo: beber dois litros de água por dia, fazer exercícios físicos se possível diariamente e alimentação saudável com menos carboidratos e açúcares, pois temos que cuidar sempre da nossa mobilidade e cognição. Com estes hábitos potencializamos nossa qualidade de vida. Este mês celebramos o mês das mães, data que nos faz lembrar do amor mais puro que pode existir.

Ser mãe é viver inundada de amor e culpa. Sim, nós mães sempre carregamos a culpa do que poderia ter sido feito da melhor forma. Infelizmente, quando as mulheres se tornam mães os filhos não vêm com um manual de instrução. E por consequência cometemos erros, eu sempre digo aos meus filhos: “Se eu errei algum dia com vocês foi tentando acertar.” E sigo nessa máxima, sempre entregarei aos meus filhos o melhor que eu puder ser, e isso vem da força feminina.

Quando assumi na Câmara mediante concurso público vi que na Casa havia

grandes mulheres que exerciam o ofício do serviço público com excelência. Servidoras às quais tenho muito respeito e admiração. Servidoras que não esmoreceram diante das dificuldades de trabalharem num local onde a presença era majoritariamente masculina e ainda o é. A desigualdade entre homens e mulheres ainda é grande e precisa ser combatida.

A força feminina está em nós mulheres, está na nossa jornada tripla: ser mãe, dona de casa e trabalhadora. Está na nossa garra e delicadeza, está nos nossos gestos com a nossa família, amigos e colegas de serviço, ser mulher é ter essa força.

Por fim, deixo meu abraço a todas as minhas amigas e colegas servidoras da Câmara e saibam que vocês são motivo de orgulho para mim.

Lembro a todos que ainda estamos na pandemia e que o uso de máscara e álcool em gel ainda são necessários, e que as vacinas já chegaram e aos poucos estaremos todos imunizados, e mais próximos de podermos nos reunir. Um grande beijo.

## POESIA

### AS MÃES NÃO MORREM

Sandra Regina de Sousa Régis

Mãe que te deseja  
Te recebe te enseja  
Mãe que gera cria e recria  
Dia e noite noite dia

Mãe anjo visível  
Mãe que gera cria guia  
Do Filho o riso ou seu sono  
Para ela tudo é alegria

As mães não morrem  
tampouco vão embora  
Sempre perto do seu rebento  
E sente-se você chora

As mães não morrem  
Ausentam-se para o filho crescer  
Sua paz prosperidade  
A faz feliz de viver

As mães não vão embora  
Estão presentes se você ri  
E sentem-se você chora  
Te ver feliz para ela é a glória



Sandra Regina de Sousa Régis (\*. 22/12/1954 .\*) Escritora, poeta, servidora aposentada da Câmara dos Deputados e associada da ASA-CD.

## PROSA

### MINHA MÃE É DE MAIS!

Dione Marlene de Souza Melo

Minha mãe sempre me incentivou a estudar muito para fazer concursos públicos. Ainda pequena, eu ia trabalhar com ela quando eu precisava ir ao Demed, e adorava descer correndo aquela rampa com os famosos azulejos azuis de Athos Bulcão. Depois, de volta ao Departamento de Pessoal, onde ela trabalhava, eu apreciava a linda vista lá de cima, no Anexo I. No final do expediente, descíamos aquela rampa linda da Câmara, com o lagozinho ainda cheio de cisnes àquela época. Como era bom! E minha mãe dizia que se eu quisesse, eu também poderia trabalhar naquele lugar um dia, bastava continuar estudando.

Os anos iam se passando e ela sempre repetindo que, se eu me esforçasse, se eu estudasse pra valer, eu conseguiria passar num concurso da Câmara um dia.

Esse dia chegou em 1996, quando, depois de muitos concursos, de muitas tentativas, fui aprovada no concurso público e finalmente tomei posse como Taquígrafa da CD.

Uma conquista e tanto! E agradeço à minha mãe por plantar essa sementinha e regá-la por anos a fio, sempre me motivando, me levantando a cada derrota, sempre acreditando em mim, sempre pensando positivo e dizendo que um dia eu ia conseguir. Lembro que às vezes ela ficava do lado de fora de onde eu estava fazendo prova, rezando. Quando eu saía, lá estava minha mãe, com um grande sorriso no rosto e braços sempre abertos para me apoiar.

Obrigada, mãe, por ter me apoiado, me ajudado a conseguir material para estudar, por pagar o curso de taquigrafia para mim, por ter acreditado em mim. O trabalho na Câmara me proporcionou tanto bem! Pude comprar minha casa, pude proporcionar uma boa educação aos meus filhos e hoje, já aposentada, posso desfrutar bons momentos ao lado da minha mãe e da minha família.

Pra terminar, preciso dizer que minha mãe também incentivou o estudo dos meus irmãos, e eles 3 também são servidores públicos, como nós duas.

E ela continua me estimulando! Este ano ela me chamou para estudar francês no curso da ASACD. E eu topei! Está muito bom! Estamos adorando!

Além disso, ela estuda inglês, também no curso da ASACD, faz um curso de Logosofia, caminha todo dia, aula de Pilates 2 vezes por semana... é muito mais!

Minha mãe é demais!  
Minha homenagem à minha querida mãe,  
Teresinha Resende!!



Dione Marlene de Souza Melo (\* 18/12/1950 \*) Escritora, poeta, servidora aposentada da Câmara dos Deputados e associada da ASA-CD.

# A ASA VAI ATÉ VOCÊ VIRTUAL

Presidente da ASA-CD e as funcionária Haliny, Ingrid e Jaqueline “visitam” virtualmente os associados



A Presidente da ASA-CD parabenizou os aniversariantes **Eurico Benjamin**, do dia 3, **Inez Rocha**, **Márcia Melo**, **Nádia Lúcia** e **Alvimar Salazar**, do dia 5.

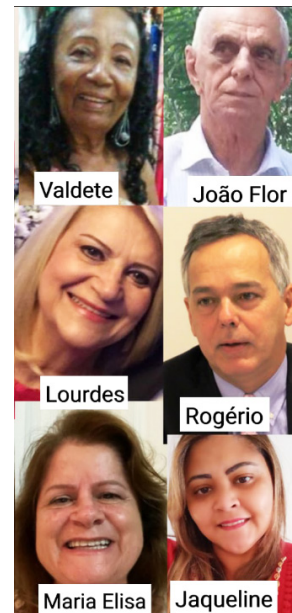
Sr. Eurico ficou feliz pela ligação e disse: “nesse momento de pandemia é muito importante esse tipo de atitude da Presidente para descontrair e rever os colegas”. Inez e Márcia ficaram emocionadas pelo carinho e atenção. Por fim Nádia e Alvimar agradeceram por serem lembrados nesta data tão especial, estamos isolados.

A Presidente Maria Elisa, ao parabenizá-los com carinho, agradeceu a boa acolhida de todos.

A Presidente da ASA-CD parabenizou os aniversariantes **João da Silva Flor**, do dia 10, **Rogério Ventura**, 11, **Valdete Rocha**, 13 e **Lourdes Melo**, 14.

Sr. João, sempre alegre, nos contou histórias e trajetórias de sua vida, ficou feliz pela ligação e elogiou a Presidente. Lembrou que são amigos há muito tempo desde quando ele ainda era motorista. Rogério e a Presidente lembraram a época em que trabalhavam juntos. Valdete e Lourdes ficaram felizes e emocionadas com a ligação e agradeceram a visita virtual.

A Presidente fez questão de frisar que cada um desempenhava uma função, que todos se respeitavam, que a amizade continua após a aposentadoria e a ASA-CD faz parte de tudo isso.



Em uma conversa alegre e emocionante a Presidente transmitiu seu carinho e parabenizou as aniversariantes do dia 15, **Isaura Garcia** e **Lisbete Vidal**.

Isaura demonstrou muita empolgação ao lembrar que a Presidente foi no ano passado até sua casa com a querida colega Eli. Lisbete, também uma pessoa encantadora, esbanjou felicidade ao receber o carinho da Presidente.

A Presidente desejou saúde e longevidade às queridas aniversariantes, que agradeceram todo o carinho. A saudade de encontrar os colegas é grande, mas a torcida e a fé que tudo vai passar é ainda maior.





Em um bate-papo cheio de boas risadas, a Presidente parabenizou os colegas aniversariantes do dia 20, **Cornélia** e **Mário**.

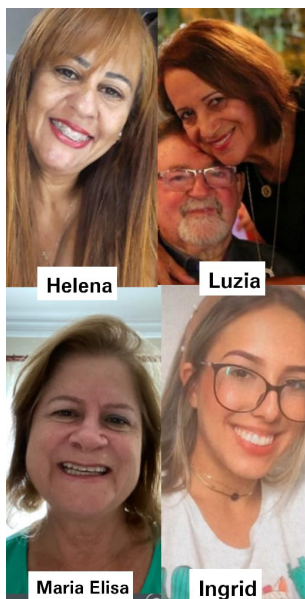
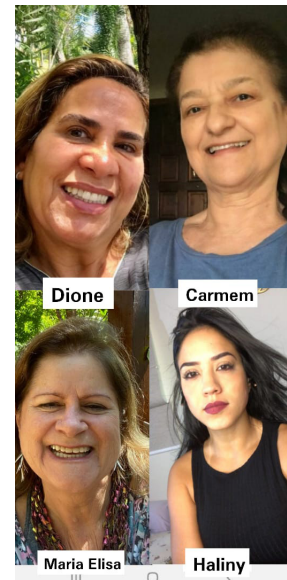
Cornélia agradeceu o carinho e disse que ela e Maria Elisa viveram os tempos áureos da Câmara. A Presidente lembrou da brilhante trajetória da Cornélia assessorando deputados. Cornélia disse que usa seu tempo livre para aproveitar com os netos e jogar buraco com os familiares. Mário Dráusio, por sua vez, um guerreiro que venceu a covid-19 recentemente, falou da sua gratidão a Deus pela oportunidade de ter-se curado mesmo diante da trajetória difícil enfrentada no combate ao vírus no hospital.

A Presidente desejou felicidade e longevidade aos aniversariantes.

A Presidente parabenizou as aniversariantes **Carmen Silvia**, do dia 21, e **Dione Maria**, do dia 24.

Carmem reside atualmente em Curitiba e está feliz, pois já tomou as duas doses da vacina contra a covid-19. A aniversariante é uma artista de mãos cheias e nos mostrou algumas de suas lindas pinturas. Dione sentiu-se prestigiada e agradeceu o carinho da Presidente. Parabenizou, ainda, a Presidente e seus funcionários pelos serviços realizados em nome da Associação.

Maria Elisa manifestou-lhe a sua alegria pela recepção virtual



Na chamada virtual do dia 26, tivemos a presença das aniversariantes, **Luzia** e **Helena**.

Luzia, Diretora de Secretaria da ASA-CD, um encanto de pessoa, também trocou dicas com a Presidente sobre viagens e disse: “Guarapari é uma ótima opção, depois da pandemia.”. A Presidente disse que ama Guarapari, praia dos mineiros... Helena relatou que se reinventou na pandemia e aprendeu a fazer bolos até para casamento, além de artesanato e pinturas em gesso e MDF. A conversa foi muito divertida com dicas de receitas para a Presidente.

Tudo tem seu lado bom, até o isolamento social nos faz reinventar e reviver de forma diferente.

A Presidente Maria Elisa parabenizou o aniversariante do dia 31, **Claudio Lima**.

O associado recebeu-a na visita virtual com imensa alegria e emoção. “Amei a ligação”, disse Claudio. O aniversariante ficou emocionado e lisonjeado com a lembrança dos colegas, agradecendo com emoção a participação do colega e esposo da Presidente, Cristóvão.

Maria Elisa agradeceu o carinho e disse ser sempre um prazer revê-lo.



## ASSOCIADO CANDANGO

### ALDEMAR DA SILVA MOURA

Me chamo **Alde-  
mar da Silva Moura**, cheguei a Brasília com minha esposa Nely de Carvalho Moura, infelizmente faleceu com 7 anos de Brasília, e também o filho Luis Pompeu. Aqui em Brasília tive outros filhos: José Maurício, Antonio Carlos, Kátia Maria, Ana Carla e Sandra Augusta.

Chegamos a Brasília voando em um Boeing da Panair do Brasil. Éramos nove pessoas, sendo que uma filha, Fátima Maria, a mais velha, ficou no Rio de Janeiro. Sou oriundo da Secretaria Administrativa do Palácio Tiraden-

tes, no Rio de Janeiro.

Nasci à Rua Senador Nabuco, 360, mas num barraco no final do terreno de minha avó Teresa de Siqueira Moura. Ingressei na Câmara dos Deputados ainda no Palácio Tiradentes, em 27 de setembro de 1959, e fui trabalhar na portaria.

Depois que a transferência de funcionários para Brasília foi temporariamente finalizada, fui trabalhar na limpeza de todo o Palácio Tiradentes, em especial o quinto andar, onde ficava toda a Secretaria Administrativa, chefiada pelo Dr. Sylvio Viana Frei-



re. Aposentei em 1995.

Depois de aposentado fui curtir a minha vida, viajei por algumas cidades do Goiás e de avião fui a Fortaleza. Deixo meu elogio à atual gestão da ASA-CD, em especial à Presidente Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa, que desempenha um papel de acolhimento, resgate e memória.

## EURICO BENJAMIM MESQUITA JUNIOR



Me chamo **Eurico Benjamim Mesquita Júnior**, nasci em Belo Horizonte, e cheguei a Brasília em 1959. Es-

tudei Arquitetura e Urbanismo e ingressei na Câmara dos Deputados em agosto de 1966.

Pela Casa, atuei na Segurança Legislativa e Coordenação de Arquitetura e Engenharia, aposentando-me anos mais tarde. Depois de aposentado viajei muito, conheço países da Europa, África do Sul, Japão e quase todos os

países das Américas.

Por fim, deixo como conselho aos colegas que façam um pé de meia. A Câmara é um lugar muito bom de se trabalhar, fui muito feliz enquanto estive na ativa. E deixo o elogio à atual gestão da ASA-CD, que está sendo bastante atuante e agregadora.

## JOSÉ DA SILVA VARÃO FILHO

Me chamo **José da Silva Varão Filho**, nasci em Carolina-MA e cheguei a Brasília em 1969, estudei contabilidade e ingressei na Câmara dos Deputados em 1974. Na Casa trabalhei sempre na área de transportes, aposentando-me em 1999.

Depois de aposentado, aproveitei para estar com minha família, pois sempre fui muito caseiro. Viajei com a família toda para o Nordeste. Gosto muito de Fortaleza e sempre tenho ido

por conta do meu filho, que mora lá. Não tenho hobbies específicos, mas gosto muito da natureza, então sempre estou mexendo com plantas, jardins. Quando mais novo dancei muito, mas com a idade não tenho feito tanto.

Sempre encarei a aposentadoria como um privilégio, é um momento de encarar a vida com mais tranquilidade e entender que chegou a hora do descanso, sem deixar de se movimentar.

Por fim, deixo meu



abraço carinhoso à atual gestão da ASA-CD, pois sinto que estamos bem amparados, a Presidente tem feito um papel muito importante de acolhimento e resgate dos servidores antigos.

FRANCISCO MORENO MOHEDANO



Meu nome é **Francisco Moreno Mohedano**, natural da Espanha, tendo chegado ao Brasil em 1956, morando em São Paulo e Campinas e chegado à Cidade Livre em janeiro de 1960 para auxiliar na revendedora Jeep Willys até a inauguração da Capital, acabei ficando aqui até hoje.

Trabalhei em numerosas profissões e após revalidar meu 1º e 2º graus, estudei e me graduei em Administração em 1979 na Católica. Após a graduação fui Chefe do Serviço de Administração do Hospital de Base, Assessor Administrativo da UDF, Oficial de Justiça-Avaliador no TJDFT e, finalmente,

ingressei na Câmara através do Concurso de Técnico de Material e Patrimônio em 1987. Trabalhei na Coordenação de Material do DEMAP, na Seção de Compras, como Encarregado do Almoxarifado do Transporte até novembro de 1990, quando fui nomeado Diretor da Coordenação de Patrimônio, onde fiquei até minha aposentadoria em 1997.

Após a aposentadoria segui uma rotina bastante comum, fui cuidar de uma chácara até cansar de bancar churrasco e cerveja para genros e amigos nos fins de semana e fui ajudar a criar netos e curtir um pouco a preguiça que me tinha sido negada nos últimos quarenta e tantos anos.

Viajar? Bom, embora um tanto constrangido, devo reconhecer que nesse quesito fui um tanto agraciado, por causa de que meus pais e duas irmãs voltaram para Espanha em 69, sendo que uma delas casou e foi morar na Itália. E, ainda, andei tocando um negócio de exportação de artesanato com a da Espanha, meu vai e vem foi intenso, além de algumas viagens a Paris, Londres e Centro Europa; no

total atravessei o Atlântico mais de 35 vezes. Estados Unidos nunca foi minha praia, mas passei quinze dias em Nova Iorque e adorei, e América do Sul conheço praticamente toda, especialmente a querida Argentina dos hermanitos.

Meu passatempo eu diria que é o inconformismo com a triste realidade sócio-política do país que eu conheci como a terra do futuro, das oportunidades e da esperança, por isso que eu dedico meu tempo livre da rotina familiar a ler e escrever sobre análises e causas dos nossos problemas.

Meu conselho aos garotos perto da aposentadoria, mormente, diante dos rotineiros “avisos de falecimento”, é otimismo e reflexão sobre como melhor usar o novo tempo livre para melhorar a vida para nossos descendentes.

Quanto à ASA-CD, eu acompanhei e contribuí para sua fundação pelo amigo Jolimar, e, mesmo não sendo muito sociável e participante, só tenho elogios e satisfação para a condução e gestão interessada e dedicada da Dr.ª Maria Elisa, sem esquecer da profícua administração do meu amigo Roberto.

CLARI MARY NERY BORGES

Me chamo **Clari Mary Nery Borges**, nasci em Goiânia e cheguei a Brasília em 1963. Sou formada em Geografia e ingressei na Câmara dos Deputados em 1983. Na Casa, trabalhei na Correspondência, no anexo IV, e Departamento de Pessoal, aposentando-me em 2013.

Depois de aposen-

tada, viajei, dediquei-me à família, a aproveitar a vida. Quando nos aposentamos temos que aproveitar esse momento, pois a aposentadoria é um direito e temos que saber usufruir.

Por fim, deixo meu abraço à atual gestão da ASA-CD, que está realizando um excelente trabalho junto



aos servidores aposentados da Câmara, e um beijo à Presidente, Maria Elisa.



# FALA, ASSOCIADO

## FRANCISCO MONTE ARAGÃO



Me chamo **Francisco Monte Aragão**. Nasci em Campo Maior, 88 km de Teresina, cresci em Teresina e fiquei lá até 14 de janeiro de 1974. Cheguei a Brasília no mesmo ano, dia 15 de janeiro. Estudei

Administração e ingressei na Câmara em 1978.

Na Casa, trabalhei no DECOM, DEMED e Coordenação de Habitação, aposentando-me em 2012. Aposentado, fui cuidar melhor da chácara, mas não fui morar lá. Gosto muito de viajar. Fui à República Dominicana em 2012. Já fui à Paraíba, Rio Grande do Norte, Rio de Janeiro e Pernambuco, isso depois de aposentado

Acho que demorei um pouco para me aposentar, mas não deveria. Estou gostando muito, principal-

mente porque me preparei financeiramente para essa nova empreitada. Não darei conselhos, porque a decisão de se aposentar é muito pessoal. Cada pessoa tem uma característica. E nessa hora de se aposentar, vale a pena não se deixar levar por várias opiniões, que deixam mais dúvidas do que esclarecimentos.

Por fim, deixo meu elogio à atual gestão da ASA-CD: prossiga nessa linha, que vai muito bem. Um abraço forte à Presidente, Maria Elisa.

## OSWALDO DE OLIVEIRA TEÓFILO

Me chamo **Oswaldo de Oliveira Teófilo**, nasci em Fortaleza-CE, em abril de 1938 e ali permaneci até setembro de 1956, quando minha família mudou para o Rio de Janeiro, então Capital Federal. Residi no Rio por 35 anos até a mudança para Brasília, com interregno de três anos 1984 a 1987 vividos em São Paulo capital e cheguei a Brasília em 1991.

Formei-me em Direito em 1989. Iniciei o curso em 1958 na Faculdade de Direito do Catete, da então Universidade do Distrito Federal, atual UERJ. Interrompi-o antes da conclusão do primeiro ano, por motivos pessoais. Terminei-o na Universidade Gama Filho. Ingressei na Câmara em 15/2/1991, na função de Assessor Legislativo (hoje Consultor Legislativo), após aprovação em concurso público prestado ao longo do ano de 1990.

Aposentei-me na Consultoria Legislativa em agosto de 2000. Em seguida, até 2005, trabalhei como advogado no Distrito Federal, integrando escritório constituído por colegas da Câmara. Em janeiro de 2006 retornei à

ativa na Câmara dos Deputados, exercendo até abril de 2008, na Assessoria Técnica da Diretoria Geral, a função de assessor jurídico. Aposentei-me em definitivo em 2008, prestes a atingir o limite de 70 anos de idade. Depois de aposentado voltei a exercer a advocacia, agora de forma avulsa, não ligado a escritório como antes estivera. No final de 2012 concluí as últimas ações judiciais de que me incumbira.

Viagens. Eis aí algo a que me dediquei com muito prazer desde o início da vida adulta. Principalmente depois de me mudar para Brasília, em 1991, fiz questão de viajar com a família em todas as oportunidades. Primeiro de carro, sempre na companhia de minha mulher e de meus filhos, percorri boa parte do território nacional, nas regiões Centro-Oeste, Sudeste, Nordeste e Sul. Depois também de avião, para atingir os lugares mais distantes. Após a aposentadoria pude viajar mais amiúde, e aí, além de frequentes temporadas em recantos turísticos nacionais, fui também ao Exterior - duas vezes à Argenti-



na e quatro à Europa Ocidental.

Hobbies: ao longo de toda a vida me dediquei ao desenho e à pintura a óleo e aquarela. Ultimamente se reduziu um pouco o tempo que a isso venho dedicando. Outra atividade permanente, desde a infância e sempre muito prazerosa: a leitura. Aos que pretendem aposentar-se só posso sugerir o que sempre pratiquei: atividades que proporcionem bem-estar, satisfação e realização pessoal. Acho muito criativa e realizadora a atual gestão da ASA-CD. Meus parabéns cordiais à Presidenta Maria Elisa.



Me chamo **Nádía Lúcia das Neves Raposo**, nasci no Rio de Janeiro e cheguei a Brasília em 1975. Estudei Letras e História. Fiz especialização na Câmara em Processo Legislativo, ingressando na Casa em 1993. Trabalhei somente no Departamen-

#### NÁDIA LÚCIA DAS NEVES RAPOSO

to de Comissões – DECOM, aposentando-me em 2018.

Depois de aposentada viajei por alguns estados brasileiros e pude ir à Europa, EUA e por alguns países da América Latina, estudei e agora estou em casa, esperando tomar vacina e a pandemia acabar. Adoro música, ler, viajar, assistir filmes. Há alguns anos também faço caminhadas (já subi o Pico da Bandeira e fiz um dos caminhos para Santiago de Compostela). Ainda tenho vontade de aprender algum trabalho manual, mas não sou muito boa nisso.

Aconselho aos amigos

que irão aposentar-se é que precisamos nos preparar para essa nova etapa da vida. Pensar que a vida agora somos nós que teremos que administrar, e repensar a vida, nos projetos que abandonamos quando novos e nos priorizar.

Não conhecia a ASA até me aposentar. Ainda não pude participar ativamente das atividades por conta desse período de pandemia. Espero participar mais no futuro. O que vi, gostei, em particular gostei muito do carinho como somos tratados. Agradeço o acolhimento, principalmente da Maria Elisa, que se mostra sempre atenciosa e presente.

#### INEZ ROCHA MENDLOVITZ

Eu me chamo **Inez Rocha Mendlovitz**, e nasci e me criei em Belo Horizonte, onde fiz meus estudos na Escola de Tradutores e Intérpretes e na Universidade Católica de Minas Gerais, curso superior de Letras. Antes de aprender a ler na minha língua materna, já folheava os livros em francês de meu avô, na tentativa de entender alguma coisa. Daí o meu fascínio pelo idioma de Voltaire. Frequentei a Alliance Française, onde concluí o curso.

Fiz nível superior de Língua e Literatura Francesas. Mais tarde, na França, fiz uma Pós-graduação no Centre International d'Études Pédagogiques, Université de France. Em 1974 me mudei para Brasília, acompanhando meu esposo que veio com a missão de participar da fundação da Escola Fazendária (ESAF).

Logo que aqui cheguei, fui convidada a trabalhar na Embaixada do Reino do Marrocos, como tradutora e intérprete. Aprovada em concurso público, lecionei francês, no CIL, da antiga

Fundação Educacional do DF. Em 1980, ingressei na Câmara dos Deputados, por meio do concurso para Técnico em Pesquisa Legislativa e trabalhei na Biblioteca, no CEDI.

Em 1987, prestei concurso para o cargo de Assessor Legislativo, Área de Redação Parlamentar, aprovada em primeiro lugar. Aposentei-me como Consultora Legislativa, em 1998. Guardo boas recordações e duradouras amizades conquistadas na Câmara dos Deputados. Aposentar significa viver o ócio remunerado. Esse é o risco de quem se entrega ao dolce far niente.

Tão logo me vi livre das amarras do ponto, me dediquei à leitura de bons livros, a idas ao cinema e, sobretudo, viajar pelo Brasil e pelo mundo afora. Já passei por todos os continentes, menos o Ártico e Antártico. Visitei tantos países tradicionais como os mais exóticos. No Brasil, igualmente já percorri quase todos os Estados.

Praticava exercícios físicos no Iate Clube, além de Pilates e caminhadas. A pandemia trouxe uma nova visão



do mundo, uma nova maneira de viver. Os cuidados com higiene e distanciamento social, no entanto, não me impediram de caminhar pela minha quadra, apreciar a rica vegetação do cerrado, os ipês floridos e o verde gramado onde as crianças se divertem, encontrar os vizinhos e velhos amigos (com distanciamento social) e meus filhos e netos. Essa é a vida de uma aposentada vacinada.

Para finalizar, o que nos falta agora é poder participar dos memoráveis e deliciosos encontros na ASA, proporcionados pela nossa incansável e simpática presidente Maria Elisa.

## NADJA XAVIER

Meu nome é **Nadja Xavier**, uma apaixonada pelo tango. O tango é um gênero de dança e música tradicional da Argentina. É considerado um importante símbolo cultural desse país e apresenta enorme carga emocional e dramática. A dança é feita em pares e para realizá-la é necessário habilidade e expressividade. Isso porque as coreografias possuem certo grau de complexidade e transmitem sensualidade, paixão e tristeza. Além disso, para que uma apresen-

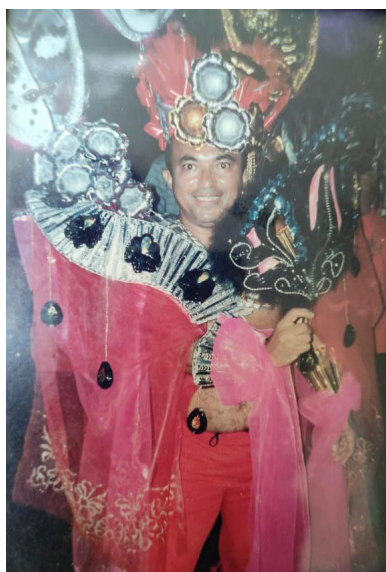
tação seja bem-sucedida, o casal deve ter entrosamento e conexão. Em 2009, o estilo foi elevado à categoria de Patrimônio Oral e Imaterial da Humanidade pela UNESCO.

Pratico esta dança tão bonita e envolvente. Eu comecei o gosto pela dança desde a minha adolescência, mas só consegui me aprimorar e dedicar-me inteiramente depois que me aposentei. Adoro dançar, me faz muito bem, fiz grandes amizades no ciclo da



dança, viagens proveitosas e tento aprimorar minha qualidade de vida. Através desta atividade maravilhosa, que faz bem para o corpo e para o psicológico também.

## FRANCISCO DA SILVA LOPES FILHO



Nascido em Parnaíba-PI, **Francisco da Silva Lopes Filho** chegou a Brasília em

1973, estudou Letras e Administração. Ingressou na Câmara em 1985 como assistente legislativo. Trabalhou na DEMAP, depois trabalhou na Constituinte, em 1988, e se aposentou como Secretário de Comissão em 2009.

Sempre teve a arte em suas veias, ele diz. “Fiz Teatro infantil em Porto Alegre patrocinado pelo Banco

Central, essa experiência serviu como fundamentos de Recursos Humanos para entrosamento de nós funcionários. Chegando aqui de volta entrei na Câmara, como Secretário de Comissão, tinha dedicação exclusiva de madrugada, finais de semana etc. Cantei no Coral da Câmara, e em outros corais. Sou apaixonado pelo teatro.”

**JOSIMIRA RIBEIRO ALVES**

Me chamo **Josimira Ribeiro Alves**, nasci em Teresina-PI, cheguei em Brasília em 1963, estudei direito e ingressei na Câmara dos Deputados em

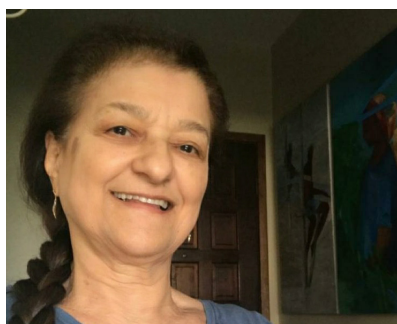


1979, anos mais tarde aposentei-me. Fui Secretária na ASA-CD, por 15 anos. Depois de aposentada, dediquei-me à pintura de tela em óleo. A pintura a óleo é uma técnica artística, que se utiliza de tintas a óleo, aplicadas com pincéis, espátulas, ou outros meios, sobre telas de tecido, superfícies de madeira ou outros materiais.



Recebendo menção honrosa em uma exposição promovida pela Marinha.

**CARMEN SILVA**



Me chamo **Carmen Silva**, sou servidora aposentada da Câmara dos Deputados e uma artista de mão cheia. A pintura em óleo é o tipo de pintura na

qual os pigmentos de cor são aglutinados por tipos específicos de óleo que, ao oxidar, passam também a protegê-los. Ela se caracteriza pela maior possibilidade de mistura e sobreposição de cores, por ser transparente (velaturas). Por não secar rapidamente, também possibilita maior fusão entre as camadas de tinta. Sua origem é indefinida, mas seu uso torna-se popular por toda a Europa durante o sé-

culo XV, primeiro sendo utilizada na pintura de retábulos de madeira e depois em tela, papel e na pintura mural. Até então, os artistas trabalhavam principalmente com a têmpera, na pintura de cavalete.



**ROSITA MONTEIRO**

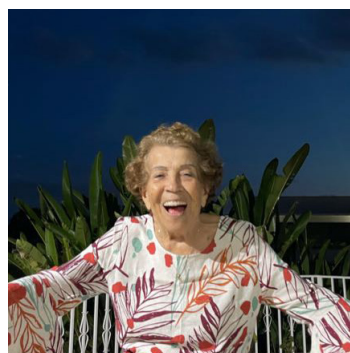
A associada **Rosita Monteiro** adora orquídeas e os buquês que são feitos dessas flores. Diz ela: “O fato é que ao olharmos uma orquídea já observamos que há algo de especial e fantástico em sua forma. Para decoração é um elemento mais que especial e dá um toque



de beleza e harmonia seja qual for a combinação.”

O fato é que a orquídea é flor exuberante e bela, dando requinte especial onde for colocada. Por ser uma flor especial, também exige cuidados especiais, principalmente com relação à sua aparência.

As combinações que podem ser feitas com orquídeas são enormes, vista a variedade de cores que possuem. O diferencial se dá em cada detalhe escolhido, em cada local onde são colocadas



e como essa combinação pode ser feita. Elas caem bem em casamentos, festas de 15 anos, formaturas ou em eventos simples. O que as torna tão especiais é o seu charme e delicadeza, dando leveza ao ambiente e harmonizando a ocasião em questão.

## Banco do Brasil fechará a agência 4884-4, que era na Câmara dos Deputados

Segundo informações obtidas pela Presidente da ASA-CD, Dr<sup>a</sup> Maria Elisa, junto ao Banco do Brasil, os pagamentos das aposentadorias e salários continuarão sendo feitos sem qualquer interrupção por 6 meses. Assim, não fiquemos preocupados e sim antenados para ver se tudo está acontecendo de forma correta.

Ao todo, o Banco do Brasil irá desativar 361 unidades, entre elas 112 agências, 7 escritórios e 242 postos de atendimento, e está inclusa a agência 4884-4, até 3 anos atrás lotada no Anexo I da Câmara dos Deputados, que será extinta, migrando as contas para outra agência com número diferente.

O Banco do Brasil fará todo o processo de migra-

ção automaticamente, portanto, não é necessário ir até uma agência. Os números da nova agência e conta estarão disponíveis a partir da data de migração.

Em geral, todos os serviços que o cliente possui com a sua agência atual vão permanecer inalterados, como por exemplo: cheques e cartões podem continuar sendo utilizados normalmente; débitos automáticos e outros lançamentos serão transferidos automaticamente; senhas não serão mudadas, etc.

Por outro lado a Administração da Câmara dos Deputados ainda não definiu como ficará sabendo dessa mudança; por isso a Presidente da ASA-CD entrou em contato com a Diretoria-Geral solicitando que



entrasse em contato com o gerente da agência 4884-4, pedindo que o banco mesmo encaminhasse as alterações, de forma a tranquilizar os servidores aposentados e os que estão na ativa. Aguardemos pois as intruções.

Desejando falar com o Banco do Brasil é só ligar para o número 4003-3001 e colocar seu CPF que vão direcionar você para falar com o seu gerente de conta, isso no horário comercial. Existe também o atendimento 24 horas pelo número 4004-0001 para informações gerais. Você pode ligar do seu celular mesmo.

## DICA DE SAÚDE



Do nascer ao envelhecer acontecem várias transformações no nosso corpo, nossa mente e, claro, nos nossos dentes.

Muita gente ainda cultiva a falsa ideia de que quando ficar idoso perderá os dentes, como se isso fosse um processo natural.

De acordo com o dentista Cláudio de Sá Rêgo Fortes, desde que cuidados com muito afeto, os nossos dentes podem durar a vida inteira.

“É possível ter um sorriso saudável ao praticar uma boa higiene bucal, com escovação e fio dental diariamente e com a redução do consumo do açúcar.”

### OS PROBLEMAS MAIS COMUNS

Apesar de todo cuidado, existem problemas bucais que são bem comuns nessa fase da vida

e que você precisa conhecê-los.

“É comum a ocorrência de doença periodontal, que afeta gengiva e ossos que suportam o dente, cárie e lesões bucais pela má adaptação das próteses”, explica.

As próteses dentárias, porém, acabam se tornando mais frequentes na vida dos idosos.

Popularmente conhecida como dentadura, esse utensílio está longe de ser algo assustador e, na verdade, é a solução para aqueles que não deram a devida atenção aos cuidados bucais e, infelizmente, perderam um ou mais dentes.

### GERAR SALIVA PODE SALVAR SEU SORRISO

As pessoas mais velhas se queixam de sentir a boca seca com frequência.

Beber muita água ou mascar chiclete pode ajudar a combater os sintomas, mas se não for tratado, o problema pode prejudicar seus dentes.

### CUIDE BEM DA SUA GENGIVA

Infelizmente, a gengivite é um

problema que afeta pessoas de todas as idades, mas para aquelas que já passaram de 40 anos ela pode se tornar agravante por conta de vários fatores como a má alimentação, higiene bucal inadequada, doenças sistêmicas, estresse, fumo e alguns medicamentos que podem influenciar estes problemas.

### A SENSIBILIDADE PODE AUMENTAR COM A IDADE

Nessa fase é comum seus dentes ficarem mais sensíveis.

Com o passar do tempo a gengiva vai se deslocando para cima fazendo com que a raiz dos nossos dentes, que não possuem a proteção do esmalte, fiquem expostas.

Se o problema persistir, é melhor consultar o dentista, já que esta sensibilidade pode indicar a existência de cáries ou dente fraturado.

### ESCOVAR, SEMPRE!

Usando ou não a prótese dentária, é muito importante realizar uma boa escovação todos os dias após as refeições. O uso de fio dental e de enxaguante bucal vale para todo mundo, incluindo quem faz uso de prótese removível.

# ASA GOURMET

A Presidente, preocupada em distrair os Associados, abriu um espaço de culinária com comidinhas fáceis de fazer

## Costelinha de Porco



### INGREDIENTES

- Sal e pimenta a gosto.
- 1 cebola cortada em pedaços;
- 2 dentes de alho picados;
- 3 colheres de sopa de óleo;
- Suco de limão;
- 1 kg de costelinha de porco;

### MODO DE PREPARO

- Tempere as costelinhas com suco de limão, sal e pimenta.
- Em uma panela grande aqueça o óleo e doure o alho e a cebola.
- Coloque as costelinhas e frite-as, até dourarem bem.
- Mexa de vez em quando para não grudar.
- Cozinhe até a carne ficar macia.
- Coloque um pouco de água para que o dourado da panela se desgrude e cole nas costelinhas, assim ficarão com uma linda cor.

## Caldo Verde

### MODO DE PREPARO

### INGREDIENTES

- 1 kg de mandiocas descascadas e cortadas
- 2 litros de água
- 1 cebolas e alho picados
- 1 maço de couve
- Sal, pimenta-do-reino e salsa ou coentro picados, a gosto
- 100 g de calabresa cortada em cubinhos

- Cozinhe a mandioca com uma pitada de sal.
- Antes de esfriar amasse a mandioca com o auxílio de um garfo, mas guarde o caldo, pois você irá utilizar. Reserve.
- Coloque a calabresa para fritar com um fio de azeite ou óleo.
- Quando ela estiver quase frita coloque a cebola e o alho para dourar.
- Coloque a mandioca e um pouco do caldo até ferver, mexendo de vez em quando para não grudar e colocando o caldo necessário.
- Quando estiver quase pronto coloque a couve só o tempo de ela murchar.
- Coloque o cheiro verde ao servir e pronto.



## Filé Mignon ao vinho tinto

### INGREDIENTES

- 1 kg de filé mignon cortado em bifés;
- tempero a gosto (sal, cebola, alho triturados ou tempero completo, molho shoyu opcional);
- vinho tinto.

### MODO DE PREPARO

- Misturar os ingredientes com a carne e reservar;
  - Aquecer uma frigideira com um pingo de vinho;
  - colocar os bifés e dar uma ligeira esfregada na frigideira.
- Está pronto e gostoso!  
Humm!

Pode ser o vinho mais barato que vai bem mas o chic vai ficar melhor ainda rs.



## Quibe Assado

### INGREDIENTES

- 500 gramas de carne moída
- 125 gramas de trigo para quibe (metade de uma embalagem de 250 gramas)
- cebola e alho a gosto (cortado ou já desidratado)
- folhas de hortelã
- pimenta-do-reino a gosto
- sal a gosto

### MODO DE PREPARO

- colocar num recipiente a carne moída, os temperos e a hortelã e amassar bem
- fazer bolinhos do tamanho que você desejar (ocos ou compactos)
- colocar numa assadeira untada com óleo ou margarina
- forno a 180 ou 200 graus
- uma delícia para um tira-gosto ou para um almoço com uma boa salada verde com cenoura



# HOMENAGEM AOS MAIS IDOSOS DO MÊS

## JADER CARRIJO

**Jader Carrijo** nasceu no município de Amanhece-MG e constituiu sua família no município de Uberlândia-MG, casando-se com Maria do Carmo Carrijo (in memoriam) e tendo com ela seis filhos.

Desde pequeno aprendeu com seu pai o ofício de carpinteiro, de onde brotaria sua futura e amada profissão.

Com a promessa de uma vida melhor, veio para Brasília em janeiro de 1960, e se

deparou com uma cidade que, assim como seu futuro, ainda tinha muito a ser construído.

Sabendo da necessidade de carpinteiros na Câmara dos Deputados, não desperdiçou a oportunidade, tendo sido contratado com todo o seu talento e profissionalismo, saindo de lá somente aposentado.

A Presidente lembra dele com muito carinho e respeito e disse: homem responsável, educado e trabalhador.

Jader Carrijo é mo-



rador do Guará e acaba de completar 95 anos.



# ASA CURSOS

## ASA INGLÊS



Imagine você aprender a língua mais falada do mundo de forma dinâmica, divertida e eficiente. O projeto de ensino da língua in-

glesa da ASA foi feito com esse objetivo. Aprender de uma vez por todas uma forma simples de falar o inglês. Não perca tempo. Let's speak English!

Faça sua matrícula e venha estudar conosco no conforto da sua casa, pelo celular ou computador, com muita segurança.

Você aprende se divertindo, revê os amigos e conhece outros tantos!!!

TURMAS:

1 - Quartas - às 9h - ASA ENGLISH STARTER 1 - iniciantes

2 - Quartas - às 10h - ASA ENGLISH STARTER 2 - (turma em andamento e para pessoas que possuem algum conhecimento, podendo fazer teste de nivelamento)

Matricule-se pelo nosso WhatsApp (61)99951-8499.

**AINDA TEMOS VAGAS!**

O curso de inglês oferecido por nossa Associação é maravilhoso!

Além da aprendizagem, também é uma ótima oportunidade para estarmos juntos,

ainda que por meio virtual.

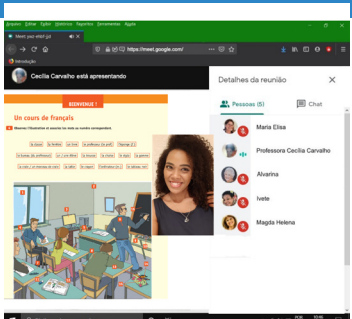
Estar “perto” de pessoas queridas, aprender uma nova língua e utilizar ferramentas tecnológicas é oportunidade de ouro nesse tempo de



Eglacir Sena

pandemia. Gratidão!

## ASA FRANCÊS



Queridos associados, é com muito prazer que os convido para integrarem a nossa turma de francês; o aprendizado de

uma nova língua, além de essencial, é divertido e trabalha a memória e o cognitivo.

Bisous et à tout à l'heure!

Faça parte da nossa turma, venha estudar conosco on-line pelo celular ou computador sem sair de casa e com todo o cuidado necessário.

Você aprende se divertindo, revê os amigos e conhece outros tantos!!!

TURMA:

Segundas - às 10h - ASA FRANCÊS - DRAPEAU 1 (iniciantes)

Matricule-se pelo nosso Whatsapp (61) 99951-8499.

**AINDA TEMOS VAGAS!**

Comecei no curso há duas semanas e estou gostando bastante. A professora Cecília é muito atenciosa e a turma muito simpática.

É bom ter esse contato

mesmo que virtual, neste momento que estamos vivendo.

A iniciativa da ASACD foi excelente. Parabéns à Presidente Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa,



Juliana

nossa colega de turma.



# ASA SAÚDE



A ASA-CD dispõe de uma profissional altamente

qualificada. A Ana Paula trabalha com foco na segurança e qualidade assistencial, priorizando o cuidado e o bem-estar do associado. A prática de atividades físicas melhora a qualidade do sono e o desempenho cognitivo, reduz o stress e aumenta a sensação de bem-estar.

Faça parte da nossa turma e pratique os seus exercícios onde desejar, a qualquer hora e lugar. Exercícios disponíveis todas as terças através do Whatsapp.

Matricule-se pelo nosso Whatsapp:(61) 99951-8499.

**AINDA TEMOS VAGAS!**

O ASA - SAÚDE veio com a ideia de dar mobilidade, longevidade e cognição. Outrora, nós atuávamos presencialmente na ASA, porém, com a pandemia resolvemos fazer mediante gra-

vação. Assim, nossa fisioterapeuta, sempre muito atenta a tudo, faz e grava os exercícios em uma série de vários exercícios e coloca no grupo. Para nós, está sendo muito frutífero, assisto toda a semana,



Maria Elisa

faço os exercícios e acredito que está cada dia melhor.

## FIQUE POR DENTRO

### JÁ ESTAMOS AGENDANDO

**ATENDIMENTO PSICOLÓGICO**  
 Patricia Marala das Neves  
 CRP 04/12339

- Atendimento individual  
**10 vagas**

Os 04 primeiros associados a ligarem ganharão o atendimento **gratuito**

Atendimento com prep social de R\$ 35,00 (trinta e cinco reais).

**CONDIÇÕES E MATERIAIS NECESSÁRIAS PARA PARTICIPAR DA TERAPIA**

- Equipamentos necessários tais como: aparelho eletrônico (Notebook / Computador / Tablet / smartphones);
- Rede Wi-Fi / Internet;
- Câmera nos aparelhos citados acima/Webcam;
- Áudio e som;
- Estar em ambiente reservado e com ausência de barulho.

Para mais informações  
 Ingrid: (61) 99951-8499

### AULA EXTRA

**ASACD**

**AULA EXTRA FINANÇAS PARA MAIORES DE 50**

**FACILITADORA**  
 • PRICILA LUANA TOPOLSKI  
 Planejadora financeira

**DATA**  
 2 de junho  
 19 HORÁRIOS  
 • 16h as 18h

Inscrições pelo nosso whatsapp (61)99951-8499

### VEM AI

**ASACD**

**ASACD + VIVAVIDABRINDANDO =**

DESCONTOS DE ATÉ 60% EM CURSOS E DEGUSTAÇÕES GUIADAS ONLINE

@asacd  
 @vivaavidabrindando

**ASACD**

**OFICINA Literária**  
 Prosa e Poesia

# ASA SOLIDÁRIA



Maria Elisa realizou o sorteio do ASA SOLIDÁRIA no dia 30/5/2021



Reinalda sorteada



Marcos do Instituto Doando Vida



Pastor William da Igreja Presbiteriana-Sol Nascente



Alonso da Igreja Batista Sião



Cristina da paróquia Santa Clara e São Francisco de Assis do Jardim botânico



Elvira da ONG Futuro e Esperança



Pastora Nilza da Igreja de Deus do Sudoeste



Magda entrega aos moradores de rua



Kerley da Igreja Majestade de Deus Santa Maria



Denise do Instituto Liga do Bem



Salatiel do Instituto Reciclando Sons

A Asa Solidária teve início no mês de abril de 2020 com a chegada da covid-19 e em consequência do isolamento social e demissões. Desde então a Presidente tem solicitado a ajuda dos associados e amigos para concretizar este sonho de levar alimento, cobertores e dignidade aos menos favorecidos.

Mais um mês consecutivo será realizada a doação de cestas básicas e com a chegada do frio

será realizada também a entrega de cobertores. Graças a Deus e aos nossos associados e amigos batemos novo recorde de cestas com o total de 92 e 30 cobertores. Mais um mês fazendo a alegria de muitas famílias.

A ASA agradece a todos que participaram desse momento de solidariedade, em especial ao Alison, Presidente do Sindilegis, e ao Petrus, que fizeram a doação



Marcelo entregando as cestas do Sindilegis para a ASACD

de 25 cestas, que com toda a certeza farão a diferença na vida de muita gente. E lembrem-se: fazer o bem faz bem!

## AGRADECIMENTOS

Presidente, Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa, da Associação dos Servidores Aposentados da Câmara dos Deputados - ASACD

Venho, em nome da Paróquia Santa Clara e São Francisco de Assis, no Jardim Botânico, agradecer a essa Associação, por meio da Senhora Presidente, pelas doações valiosas recebidas. To-

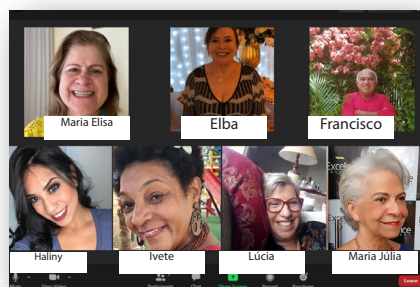
das elas serão revertidas para as famílias carentes da nossa comunidade paroquial que tem aumentando neste período difícil o qual passamos.

Rogo a Deus, por intercessão de Santa Clara e São Francisco, muitas bênçãos sobre a senhora, todos os associados e amigos bem como a seus familiares, por tal



iniciativa. Que o Senhor Jesus Cristo vos retribua por este gesto de caridade e solidariedade. Pe. André Pereira Lima, Pároco

## CLUBE DO LIVRO



Venha você também participar do nosso Clube do Livro, para maiores informações entre em contato conosco no WhatsApp (61)99451-5807 📞



Livro escolhido

No dia 15 do mês de abril, realizou-se o encontro virtual do Clube do Livro que tratou da obra O Morro dos Ventos Uivantes, de Emily Bronte.

É a história do órfão Heathcliff e de seus irmãos de criação, Catherine e Hindley. Mal-

tratado e humilhado por Hindley, e apaixonado por Catherine, que se casa com o nobre Edgar, Heathcliff desaparece e retorna rico, anos depois, em busca de vingança.

Para que os associados tenham mais tempo para ler, a próxima edição do Clube do Livro

foi marcada para o dia 17 de junho, a partir das 17h, de forma virtual para preservar a segurança de todos. O encontro virtual será através da plataforma Zoom.

A obra escolhida foi O Jogo das Contas de Vidro, um romance de Herman Hesse.

## MEDALHA IN MEMORIAM

Nossa homenagem àqueles que trabalharam com muito afinho e dedicação na Câmara dos Deputados e que já não estão presentes aqui, e o nosso muito obrigado.

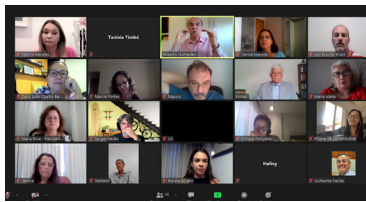
Homenagem da ASA-CD a vocês pelo apoio, carinho, respeito e por terem feito parte da família ASA-CD.

Vocês sempre serão

lembrados pelo que fizeram em prol do serviço público, do cidadão brasileiro e da Câmara dos Deputados, engrandecendo a classe do Servidor Público.



## PROA 2021



Segunda-feira, 17 de maio, aconteceu, via Zoom, o PROA - Programa de Preparação para a Aposentadoria da Câmara dos Deputados. O bate-papo foi preparado para todos os servidores da Casa, em especial os que estão mais perto de atingir os requisitos para aposentadoria.

Participaram do evento a Presidente, Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa, Conceição José Macedo, Primeiro Vice-Presidente, Roberto Guimarães, Presidente do Conselho Fiscal, Waldelei Casseiro, Primeiro Suplente, Haliny Carneiro, Coordenadora, e a funcionária Tanívia Timbó.

Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa apresentou as ações da Associação que são: ASA Saúde, ASA Idiomas (inglês e francês), ASA Vai até Você, virtual, a Revista Voz Ativa, Recadastramento na ASA-CD, o PROSA, dentre outros.

Falou, também, sobre a luta da ASA-CD juntamente

com o Sindilegis, MOSAP e FONACATE e outras instituições, em defesa dos servidores públicos, aposentados e ativos nesse momento político tão difícil. Falou também das defesas que a ASA-CD têm feito junto ao TCU e Justiça Federal.

Roberto Medeiros falou com emoção sobre sua trajetória na Câmara. Do trabalho da ASA-CD na Justiça Federal em São Paulo, na ação da URV, quem deixar só sua presença, na qualidade de Presidente, foi decisiva para conclusão do processo. Roberto disse que a Associação é um ambiente acolhedor onde os aposentados vão e se sentem acolhidos.

Waldelei Casseiro lembrou do Recadastramento anual que é realizado na ASA-CD, proporcionando mais comodidade e encontros entre os colegas, bem como da transferência para a Câmara dia Deputados de pagamentos dos aposentados e pensionistas que antes eram feitos pelo INSS e Ministério da Fazenda na década de 90.

Conceição Macêdo reiterou que a ASA-CD é uma referência quando se precisa prestar alguma ajuda ao

aposentado. Várias pessoas a procuram para pedir auxílio em diversos casos delicados.

Dentre os servidores que participaram do curso, Sérgio Falcão, Idenise e Denise reconheceram a importância da ASACD na luta pelos Direitos dos Aposentados. Idenise e Denise destacaram e elogiaram o trabalho desenvolvido pela Presidente.

Por fim, a Presidente agradeceu a oportunidade de participar do PROA, reiterando que a ASACD estará sempre aberta ao diálogo com a Câmara dos Deputados em prol dos servidores aposentados e pensionistas. Lembrou, também, que a Associação é um espaço para todos: efetivos, aposentados e pensionistas e agradeceu a toda a administração da Câmara pela acolhida de sempre.

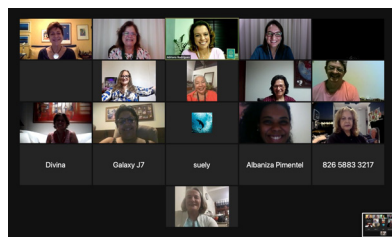
A Coordenadora do PROA, Patrícia, enalteceu e reconheceu o trabalho da ASA-CD e parabenizou a Presidente e Diretoria pelo excelente trabalho desenvolvido que acolhe, defende e dignifica o servidor aposentado e pensionista da Câmara dos Deputados.

## FINANÇAS PARA MAIORES DE 50



O curso foi ministrado por Adriana Rodrigues, psicóloga (especialista em psicologia do dinheiro) e também servidora da Câmara dos Deputados, e Pricila Topolski, Planejadora Financeira e Familiar.

Ao longo de 4 semanas, todas às quintas-feiras, das 16 às 18 horas, a ASA-CD promoveu o CURSO DE FINANÇAS PARA MAIORES DE 50 ANOS, e foi um sucesso. Este curso teve a finalidade de mostrar aos associados como lidarem melhor com suas finanças. O curso teve início no dia 22 de abril e encerrou-se no dia 13 de maio. O lema do curso é: “Planejar com vistas a con-

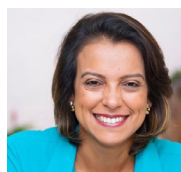


quistar nossos objetivos e termos uma vida feliz e tranquila”. Todo ministrado de forma virtual através da plataforma Zoom.

Adriana e Pricila debateram, de forma fácil e clara, como melhorar a relação com o dinheiro.

Adriana disse: “O curso abrangeu, além do planejamento financeiro, a forma como lidamos com as nossas finanças e como isso influencia no nosso dia a dia. Foi incrível poder fazer esta troca com os amigos e associados da ASA-CD.” Agradeceu a Presidente pelo convite e oportunidade.

Pricila também se mostrou muito satisfeita: “Aprender a gerir o nosso dinheiro para termos



ADRIANA RODRIGUES  
Psicologia do dinheiro



PRICILA LUANA TOPOLSKI  
Planejadora financeira

qualidade de vida, essa é a proposta do curso e estou feliz com o resultado que obtivemos com os associados da ASA-CD.”

A Presidente Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa deixou claro que o objetivo do curso é ensinar a todos a aprender a lidar com o dinheiro e que o curso deu a ela uma nova perspectiva sobre como gerir dinheiro. “Estou muito satisfeita com o resultado do curso.”

Os associados que participaram gostaram tanto do curso que solicitaram a continuidade do curso. A Presidente disse que verificará com as facilitadoras, mas ao que tudo indica haverá uma segunda rodada.

## ANIVERSARIANTES DE JULHO

16 - Antônio Maria de Moreira Mesquita, Hilda Soares Braga, José Maciel dos Santos Filho, Maria do Socorro de Freitas, Valdofredo Rosa de Oliveira  
17 - Deuselene Pereira de Oliveira  
18 - Ariadne Dantas de Paula, Eliza Penha de Lima Gieseler, Iris Werneck Marques, Maria das Dores Barcellos, Maria dos Santos Souza Silva, Neusa Regina Lucena Galvão, Regina Loureiro Stavale, Zilda Neves de Carvalho, Zita Silvestre Fernandes  
19 - Francisco Vicente da Rocha Pinto, Irene Bittencourt da Silva, Irismar Pires Vieira, Marcia de Andrade Pereira, Paulo Roberto dos Santos, Ronaldo Gomes de Souza  
20 - Ângela da Cunha Barbosa, Aureliano Rodrigues de Souza, Gildete Desidério Rocha, Irma Rodrigues Chaves, Maria Augusta Gouvêa Dutra  
21 - Aparecida Corrêa Porto, Delzuite Macedo Avelar, Maria das Graças Vasconcelos Maranhão, Odelita Caldas Ferreira, Rosângela Beatriz Haag Dourado

22 - Clóvis Lemes Gonçalves, Goiano Braga Horta, Lúcia Maria Guimarães Lossio  
23 - Argentino de Paulo Valeriano, Erika Veronica de Souza, Hozana Souza Leite, Joselito de Oliveira Silva, Jozete Marcelina Diniz Miranda, Leda Beatriz de Souza Guedes, Leorlando Lira de Almeida, Maria Hilda Pinheiro Souza, Neusa Maria Machado de Carvalho, Rosa Nhuch Boianovsky  
24 - Flávia Castello Branco Coutinho, Jaçira Faria e Silva, Maria Ângela Cortes Marinho, Maria Cristina Leite Machado Ramos, Vera Lúcia Otilio dos Santos  
25 - Ana Beatriz Mendes Cleto, Eurico Perez Garcia, Lúcia Pedroso de Moraes, Luiz Claudio Rabello Petteña, Maria Lúcia Dias Paiva  
26 - Ana Celina Gomes Moreira, Anna Lúcia Brandão Colares Nogueira, Denise Teixeira, José Humberto Porto, Marli Lima Gomes  
27 - Fátima Eunice Paixão Aruda, Fernando da Silva, José Cassimiro da Silva, Maria Al-

disa Anselmo, Maria da Glória Soares, Maria de Jesus Bezerra, Roberto de Medeiros Guimarães, Sandra Santos Reis  
28 - Evaldo Pinheiro da Luz, Ivana Amaral Campos Ribeiro, José Alonso Souto, Maria de Jesus Matos Moreno, Mario Honório Teixeira Filho  
29 - Gercino da Silva Filho, José Valdo Bastos, Rejane Dias Ferreira Ribeiro, Rita Delfina de Medina Figueiredo  
30 - Euclides Neres de Santana, Eugenia Maria Mendes de Souza, Inacio Sobrinho Leal, João Cyrino Filho, Joares Antônio Caovilla, Maria de Fátima da Silva Palmeira Ribeiro, Odelphia Lima Chaves, Sônia Regina Pinto da Silva, Valéria Carneiro Albuquerque Rodrigues de Almeida  
31 - Amância Batista Magalhães, Domingos Amorim de Carvalho, Ilvani de Gusmão Lucas Gonçalves da Silva, Laércio Paulo de Souza, Maria Augusta Silveira Leonardo, Nabor Tapajos Caldas, Nilo Alberto Barroso, Paulo Volnei Bernardi Xavier

## 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, Lidia Lopes da Nobrega de Lacerda, Maria da Glória Russo da Silva Lopes Cançado  
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 Varão Filho, Manoel José Damasceno, Maria Aurenivia de Arruda, Moacir Pires de Moraes, Uilza Maria Guerra  
6 - Lúcia Santos Tomelin, Maria de Nazaré Vieira de Sousa de Carvalho, Maria Verônica Bezerra Gomes da Silva, Nalu Guimarães de Oliveira, Patrícia Moraes 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 Mendonça Filho, Luiz Berto Filho  
8 - Cecília Rodrigues Torres, José de Lima Silva, Maria do Carmo de Mendonça Fajardo, Osmar Soares, Quintino Sidrone da Silva, 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 - 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 Maestra-

li, Terezinha Veras Conforte  
12 - Fátima Maria de Freitas Mosqueira, Horácio Marques, José das Dores Fernandes, Osmário Luciano Martins, Teresinha Lucas Evangelista Pereira dos Santos  
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 Castelo 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

# ASA CLASSIFICADOS

ACESSÓRIOS, BELEZA E MODA



FACINATUS  
(61)99689-2116



HOPELINGERIE BSB  
(61)98240-2456

COMIDA, REFEIÇÕES E GÊNEROS ALIMENTÍCIOS



BORGES PATISSERIE  
(61) 99606-2211



TORTA DE LIMÃO NO POTE  
(61) 99231-1331



DI CAJU  
(61) 99807-1973



DOCE BEIJO  
(61) 98474-2006



DOCE CERRADO  
(61) 99623-3113



QUITANDINHA CAFÉ  
(61) 99870-9001



RIBAMAR QUITUTES (61)  
99230-9985



SORVETE AO QUADRADO  
(61) 3297-6103



DOG DO BARTÔ  
(61) 3036-5100

COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO



CORREIOS AGF CRUZEIRO  
(61) 3465-2411



GRÁFICA QUERUBINS  
(61) 3347-3313

DIVERSÃO, LAZER E TURISMO



CONMIL TURISMO  
(61) 98287-7523



CTC TERMAS CLUBE HOTEL  
(64) 3453-1974



CULTURA TURISMO  
(61) 33271864



FIVE TOUR TURISMO  
(61) 99349-1153



HOTEL GAIA-PORTO  
(61) 98116-8577



MINI-FAZENDINHA EDUCATIVA  
(61) 99977-1268



WONDER TRAVEL  
(61) 98191-8871

FINANÇA E NEGÓCIOS



BRASIL MÉTODO  
(61) 3274-5212



SICOOB  
(61) 3225-2007

IMÓVEL



ALUGUEL TEMPORADA  
CALDAS NOVAS - GO  
(61) 98116-8577



ALUGUEL VILA DO FREI  
PARATY - RJ  
(24) 99817-5706



VENDA DE CHALÉ CALDAS NOVAS-GO  
(61) 8114-2763



VENDA DE FLAT CALDAS NOVAS-GO  
(61) 98212-9697



VENDE-SE ÁREA ESPECIAL - DF  
(61) 99964-4323

INFORMÁTICA, ELETRÔNICA E TECNOLOGIA



INFOJET  
(61) 3382-7765

MUDANÇA



MUDANÇAS  
(61) 981789919

SAÚDE E BEM-ESTAR



ANA PAULA FISIOTERAPEUTA  
(61) 99555-9191



CAMILLA FIGUEIREDO  
(61) 98306-3946



EMERGÊNCIA DOS PÉS  
CARLOS  
(61) 99585-5661



GINECOLOGISTA  
CARMEN R FIGUEIREDO  
(61)3346-1979



HUMANIDADE CUIDADOS  
(61)98122-6959



MÃOS DE ANJO  
(61) 99958-1207



OCULARE OFTALMOLOGIA  
(61) 99604-5844



OLIMPO  
(61) 3325-0160



PSICÓLOGA  
PATRICIA MORAIS  
61 8128-0324



VISÃO OFTALMOLOGIA  
(61) 3038-8001