



REVISTA VOZ ATIVA



Fundada em 5 de novembro de 1991

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

Ano 31, n.º 335

Brasília - DF

Abril 2022

BRASÍLIA 62 ANOS



Maria Elisa



Antônia



Fernando



Francy



Gracinira



Heloisa e Lúcia



Ivete



Magnólia



Sorteio em 28/4/2022

Este mês Brasília faz 62 anos, seis décadas de muitas histórias e acontecimentos. Pensando nisso, a Presidente da ASA-CD, Maria

Elisa, solicitou que os associados enviassem suas fotos por Brasília, podendo ser com ipês, ruas, monumentos importantes. Valendo tudo.

O associado teria sua foto publicada na capa da Revista Voz Ativa e concorreria a um mimo. E a associada sorteada foi **Francy**.



Sorteada Francy

SUMÁRIO

Editorial, p. 2
ASA Prosa e Poesia, p. 3
A ASA Vai até Você, p. 4 - 5
Associados Candangos, p. 6 - 7
Fala, Associado, p. 8 - 9
ASA com Arte, p. 10 - 11

Dica de Brasília, p. 12
ASA Direito e Justiça, p. 12
ASA Dica de Saúde, p. 13
ASA Gourmet, p. 14
Dica de Casa, p. 15
ASA Cursos, p. 16 - 17 - 18

Homenageada do Mês, p. 18
ASA Solidária, p. 19
Clube do Livro, p. 20
Medalha In Memoriam, p. 20
Chapa Solidariedade é Eleita, p. 21
Hino da ASACD, p. 22

2ª Caminhada da ASACD, p. 22
Aniversariantes, p. 23
Fique por Dentro, p. 24
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

Enila Beatriz Esteves Gomes

Ivani dos Santos

Maria do Amparo Bezerra da Silva

Diretoria de Secretaria

Francy Lourdes Pereira Borges

Patrícia Moraes das Neves

Ângela da Cunha Barbosa

Diretoria Financeira

Rômulo Lima Câmara

Waldeci Casemiro da Silva

Luiz Antônio Batista Machado

Conselho Fiscal

Roberto de Medeiros Guimarães

José Gomes Ferreira

Agostinho Rocha Ferreira

Suplentes

Francisco das Chagas Sousa Filho

Magnólia Maria de Figueiredo Vicente

Adivany Maria Viterbo dos Santos

VOZ ATIVA

Jornalista Responsável

Manoel Damasceno (Mtb 0519/DF)

Colaboradores

Anderson Braga Horta

Diagramação

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Ingrid Torres Alves

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

Beatriz Nóbrega de Carvalho Pellicano

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Ingrid Torres Alves

Jaqueline Maria dos Santos

Maria Clarice Maia do Nascimento

Sara Silva Damasceno

Tanívia Pinheiro Timbó

E-mail para contato:

secretaria@asacd.org.br

Horário de atendimento: das 9 às 18h

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

Tiragem: 1829 exemplares

TELEFONES ÚTEIS

Ascade (61) 3226-4503/3322-0071

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) 3216-9817/3226-5213

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) 3216-9818/3216-9825

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 estejam bem e que já tenham gravado aquelas regrinhas que sempre falo, que são: beber no mínimo dois litros de água por dia, fazer exercícios no mínimo 3 vezes por semana, tomar sol até as 11 da manhã, e a partir de agora mais uma regra, passar cremes hidratantes no rosto e mãos, pele hidratada faz bem à saúde e à auto-estima.

Este mês, Brasília completa 62 anos. Cidade que serviu como lar para várias pessoas, de vários cantos do nosso amado Brasil, Brasília já é uma jovem senhora, que aos poucos vai se firmando como uma cidade pacata com ares de cidade grande.

Brasília tornou-se o destino de muitos servidores que vieram na construção da nova Capital, estão inclusos muitos servidores da Câmara dos Deputados. Os servidores mais antigos dizem que a transferência do Rio de Janeiro para Brasília foi difícil, visto que a nova Ca-

pital estava se estruturando, os recursos eram escassos e até o básico se tornar comum, demorou um pouco. Mas aos poucos, Brasília foi deixando de ser residência para tornar-se lar e é assim até hoje, há quem diga que não troca Brasília por nada.

Hoje Brasília, com suas nuances, é nossa paixão. Suas ruas arborizadas, seus ipês, suas tesourinhas. O espetáculo que é a Esplanada e, por fim, o Congresso Nacional, onde está a Câmara dos Deputados, prédio imponente, de arquitetura arrojada e futurista. Brasília é nosso bem maior e viva ela. Parabéns, Brasília!

Por fim, quero lembrar-lhes que já estamos perto do fim desse período caótico e sombrio que vivemos, mas ainda é necessário que nos cuidemos usando máscara e álcool em gel, a quarta dose para idosos está avançando, fiquemos atentos às idades que estão sendo chamadas para vacinação. Cuidem-se, estou com saudades.

POESIA

BRASÍLIA II

ANA MARIA LOPES NOGUEIRA BATISTA

São suas curvas
suas sombras
o assombro dos dias
o céu sem agonias

É seu sol
que jorra beleza
no nascer de cada dia
ou na noite que inicia
a dança do branco de suas formas que,
como um beijo,
se reveste e se veste
em azulejos

E nas pontas de seus monumentos, agulhas que
furam o céu e espelham o lago,
abro o braço agradecendo
- como filha -
esta graça divina,
Brasília .



Ana Maria Lopes Nogueira Batista, escritora, poeta e jornalista, aposentada da Câmara dos Deputados, e associada da ASA-CD.

PROSA

BRASÍLIA

PATRÍCIA MORAIS DAS NEVES

Brasília, capital preenchida com filhos de todos os lugares do Brasil e com suas culturas conectadas.

Contemplo Brasília, filha do cerrado, pelas suas árvores de características tortuosas e que renascem do fogo.

No inverno é iluminada por um pôr do sol extravagante e lindo que reflete as flores do Ipê. Somos todos daqui filhos de Brasília. A mistura de um Brasil diverso faz Brasília ser tão única e plural, de modo que encontra-se tudo em um único mesmo lugar.

Brasília é a Capital dos sonhos, pensada e idealizada para ser uma cidade grande com ares de cidade pacata, onde as crianças brincam embaixo dos pilotis com toda segurança e conforto. Brasília é força cultural, daqui saíram Legião Urbana, Capital Inicial e tantas outras.

Brasília é o centro do poder, é daqui que saem as decisões mais importantes e que impactam a vida da população brasileira, aqui é um local importante. Ser brasileiro é estar entre o eixo e a tesourinha, estar entre a Sul e a Norte.

Por fim, nestes 62 anos Brasília é nosso patrimônio, nosso bem, nossa riqueza. E que daqui a 62 anos, tenhamos mais um montão de coisas para falar, sobre ela.



Patrícia Moraes das Neves, escritora, psicóloga, pensionista da Câmara dos Deputados, e associada da ASA-CD.

A ASA VIRTUAL VAI ATÉ VOCÊ

A Presidente da ASA-CD, a Vice-Presidente Enila e a funcionária Jaqueline visitam virtualmente os associados aniversariantes do mês



Maria Elisa



Enila Beatriz



Jaqueline



José Machado dia 1, **Maria Fernandes** dia 3, **Maria Luiza** dia 4, **Paula Tannus** dia 5 e **Luiz Gonzaga Borba** dia 7.

José Machado chegou a Brasília em 1988, gosta de viajar e pescar. **Maria Fernandes** chegou em 1972, gosta de cuidar das plantas e viajar. **Maria Luiza** chegou em 2016, gosta de assistir TV filmes e séries. **Paula Tannus** nasceu em Brasília no ano de 1967, gosta de design no processo de criação de joias. **Luiz Gonzaga Borba** chegou em 1962, gosta de colecionar cédulas e moedas.

Dolores Maria dia 9, **Maria Ema** dia 10, **Dayse Cavalcante**, **Maria Nirce** e **Severina Bezerra** dia 11, **Josafa Cavalcante** dia 12.

Dolores chegou a Brasília em 1962, gosta de viajar, cozinhar, consturar, fazer artesanato e jogar conversa fora com os amigos. **Maria Ema** chegou em 1967, gosta de ler e cuidar de flores. **Dayse Cavalcante** chegou em 1975 e gosta de pintar. **Maria Nirce** chegou em Brasília aos 13 anos de idade e até hoje está na capital. **Severina Bezerra** chegou em 1983, gosta de estar entre amigos. **Josafa Cavalcante** chegou em 1961 e gosta de ler.



Sindulfo Chaves dia 12, **Eleazar Araújo** dia 15, **Yara de Sá** dia 18, **Márcia Maria** dia 19, **Antônio Jorge** e **Izabel Carneiro** dia 20.

Sindulfo chegou a Brasília em 1962, gosta de estar com a família, jogar futebol e viajar. **Eleazar Araújo** chegou em 1980, gosta de falar com Deus, tocar violão, cantar, compor, ler, assistir filmes e fazer caminhada. **Yara de Sá** também chegou em 1962 e gosta muito de passear. **Márcia Maria** chegou em 1974, gosta de estar com os netos e familiares. **Antônio Jorge** chegou em 1967, gosta de ajudar pessoas carentes. **Izabel Carneiro** chegou em 1963, gosta de ir à academia e cuidar dos netos.



Ivan Roque dia 12, **Carlos Pinto** e **Roberto Moreira** dia 20, **Maria das Graças Monteiro** dia 22, **Tereza Attuch** dia 23 e **Darcy Dias** dia 24.

Roberto Moreira chegou a Brasília em 1963, gosta de restaurar carros antigos, fotografia profissional, futebol e projetar instalações prediais. **Maria das Graças** chegou em 1973, gosta de viajar e fazer caminhada. **Carlos Pinto** chegou em 1962, gosta de assistir TV e estar com a família. **Darcy Dias** chegou em 1979 e gosta de ler bons livros. **Ivan Roque** chegou em 1961, gosta de estar reunido com a família. **Tereza Attuch** chegou em 1968, gosta da vida, adora estar com a família e amigos, e seguir aprendendo.



Ilidia dia 26, **Antônia Soares** e **Maria Marlene** dia 27, **Joaquim Miguel**, **Cícero Leonardo** e **Vilani Araújo** dia 28.

Ilidia chegou a Brasília em 1986, gosta de estar com a família, ler, assistir filmes e andar na praia. **Antônia Soares** chegou em 1980, gosta de dançar e viajar. **Maria Marlene** chegou em 1973, gosta de viajar e se dedicar a obras sociais. **Joaquim Miguel** chegou em 1976, gosta de viver no meio rural, curtir a família e amigos. **Cícero Leonardo** chegou em 1961, gosta de ler e acompanhar os noticiários do dia a dia. **Vilani Araújo** chegou em 1960, gosta de estar reunida com os amigos e familiares.

Ito Pedro dia 29, **Francisco Monte**, **Lourdinete** e **Luzia Cardoso** dia 30.

Ito Pedro chegou a Brasília em 1975, gosta de estar com a família. **Francisco Monte** chegou em 1974, gosta de estar reunido com amigos e familiares. **Lourdinete** chegou em 1960, gosta de viajar e estar com a família. **Luzia Cardoso** chegou em 1968, gosta de bordar, lê e passar com os netos.



ASSOCIADO CANDANGO

CONSTANTE CAETANO TURCHIELLO

Meu nome é **Constante Caetano Turchiello**, nasci em Jaguari-RS, militar, vim para Brasília em 1965 e em 1968 mudei-me para Sobradinho. Ingressei na Câmara dos Deputados e por anos dediquei-me ao serviço público com muito afinco.

Aposentei-me e me dediquei a minha maior paixão, o fute-

bol. Criei o time Jaguar que posteriormente tornou-se o Internacional. Católico fervoroso, sou colecionador de imagens de São Francisco, hobby que mantenho com muita dedicação. Sou lembrado pelos colegas da Câmara pela educação, cordialidade e empenho no serviço público.

A Associação está num momento muito



bom, pois hoje é visível a preocupação da Presidente, Diretores e Funcionários na reaproximação dos servidores que já estão aposentados.

ANTONIETA DE JESUS CARVALHO



Meu nome é **Antonieta de Jesus Carvalho**, nasci no Piauí, na cidade de Oeiras. Formei-me professora e vim a Brasília em 1964 para conhecer, aproveitei o ensejo e fiz concurso para a Secretaria

de Educação, fui aprovada e decidi ficar. Em 1975, fiz o concurso da Câmara dos Deputados, onde ingressei em 1977, como servidora efetiva.

Brasília ainda era jovem, muita coisa estava em construção, então tudo era muito mais difícil e complicado de se fazer, locomover-se era trabalhoso, mas foi uma época muito feliz, de que tenho muita saudade.

Trabalhei por muitos anos na Câmara dos Deputados, até aposen-

tar-me, depois de aposentada dediquei-me a cuidar de mim e da minha família, e viajei. Aconselho aos amigos aposentados que cuidem da saúde, mantenham os verdadeiros amigos e rezem sempre, Deus é nosso melhor amigo.

Por fim, a atual gestão da ASA-CD é ótima, a Presidente, Maria Elisa, tem feito um trabalho incrível de acolhimento e resgate dos associados aposentados, a ASA-CD está de parabéns.

Meu nome é **Miriam Teixeira Rodrigues**, sou viúva do José Rodrigues, servidor de carreira da Câmara dos Deputados. Nos mudamos para a Capital em 1964, Brasília àquela época era só barro, chuva e mato, penamos um pouco aqui. A Capital era uma cidade calma e tranquila, sinto saudades daquela época.

Sou formada em contabilidade e conheci o José no Rio de Janeiro, foi amor à primeira vista, e logo nos ca-

samos e mudamos para Brasília, pois ele já era servidor. Tivemos duas filhas, Izabel Cristina e Patrícia. Tenho uma família feliz e abençoada.

Adoro viajar, conheço Nova York, Panamá, Argentina, Uruguai. No Brasil conheço ele quase todo. Não tenho hobbies, mas gosto de ler e conversar com minhas amigas. Aconselho aos amigos aposentados que aproveitem a vida, que façam viagens e cuidem da saúde.

A atual gestão da



ASA-CD tem sido muito acolhedora, a Presidente é muito diversa, dinâmica e atuante. Ela tem aproximado os aposentados e pensionistas de uma forma esplêndida, só tenho elogios.

ANTÔNIO JORGE GONÇALVES DE OLIVEIRA



Meu nome é **Antônio Jorge Gonçalves de Oliveira**, cheguei em Brasília em 1967, sou carioca. Tenho nível superior e ingressei na Câmara dos Depu-

tados em 1974, através de concurso público.

Na Casa, trabalhei no Departamento de Material e Patrimônio e Coordenação de Edifício, aposentando-me em 1999. Depois de aposentado não parei, atualmente exerço o cargo de vice-presidente de um time de futebol profissional de Brasília.

Eu adoro viajar, sempre estou no Rio de

Janeiro, Campos ou Espírito Santo. Aos amigos aposentados aconselho que tenham uma ocupação, que busquem estar ativos trabalhando sua mobilidade e cognição.

Por fim, a atual gestão da ASA-CD tem sido muito acolhedora, a Diretoria tem demonstrado empenho em aproximar-se dos aposentados e pensionistas.

FALA, ASSOCIADO

MARIA NAZARÉ MONTEIRO

Meu nome é **Maria Nazaré Monteiro**, nasci em Floriano, PI, vim para Brasília em 1970, estudei Letras Português e ingressei na Câmara dos Deputados em 1989, como Técnica Legislativa.

Na Casa, trabalhei no DEPES, DEMED, aposentando-me em 2016. Depois de aposentada, dediquei-me a minha família, filhos e netos. Viajei pouco, mas conheço boa parte do Brasil. De

hobby eu costuro, mas é algo só para a família.

Aconselho aos amigos aposentados que cuidem da saúde, que busquem estar ativos e viagem, viajar é enriquecer a alma. Estar aposentado é um privilégio que precisa ser curtido com toda a nossa disposição e saúde.

A atual gestão da ASA-CD é muito boa, bem dinâmica e extremamente preocupada com a interação dos associa-



dos, tanto pensionistas quanto aposentados, a Presidente Maria Elisa é ótima, ela é bem interessada e comprometida. A Associação está com uma roupagem nova e diversificada.

SERGIO SOARES DE OLIVEIRA



Meu nome é **Sergio Soares de Oliveira**, nasci em Belém-PA, estudei Engenharia Elétrica na Universidade de Brasília, cheguei na Capital em abril de 1971 e ingressei na Câ-

mara dos Deputados em 1985 como Taquígrafo.

Na Casa, atuei somente na taquigrafia, aposentando-me em 2007. Depois de aposentado, dediquei-me a minha chácara, também viajava para o Rio de Janeiro e Espírito Santo. E seguindo a tradição de viajar eu conheço a América do Sul, América do Norte, Europa e, recentemente, Ásia.

Não tenho nenhum hobby, joguei vôlei

por um tempo, inicialmente como atacante, depois como levantador, hoje aprecio o esporte somente.

Aconselho aos amigos aposentados que viagem bastante, curtam os amigos e que cuidem da saúde. Por fim, a atual gestão da ASA-CD tem sido bem atuante no quesito resgate dos aposentados, adorava os PROSAS. A Presidente tem feito um trabalho primoroso, só tenho elogios.

Meu nome é **Magda Helena Tavares Chaves**, nasci em Goiânia e vim para Brasília em 1979, sou formada em Letras, com extensão em pedagogia e Direito pela UDF e ingressei na Câmara dos Deputados no mesmo ano que cheguei.

Na Casa, trabalhei em Lideranças e em Gabinetes de Parlamentares, aposentando-me em 2014. Depois de aposentada, dediquei-me a trabalhos voluntários para pessoas carentes, me envolvi em trabalhos comuni-

tários e no sindicalismo, sendo atuante na ASA-CD e Sindilegis.

Viajei muito pouco, mas conheci a Grécia, viagem que adorei fazer. E meu hobby é fazer trabalho voluntário e ser sindicalista, atividade que desempenho com muito amor. E o conselho que dou para os amigos aposentados é que se cuidem, busquem fazer atividades e cuidem da saúde.

A atual gestão da ASA-CD é extremamente dinâmica, a Maria Elisa é um exemplo,



ela é sempre ativa, ela põe as mangas de fora, faz e acontece. Hoje a Associação, além da atuação na manutenção dos direitos dos servidores, busca manter a mobilidade e cognição dos que fazem parte dela, só tenho elogios a ela.

DOLORES MARIA DE ANDRADE



Meu nome é **Dolores Maria de Andrade**, nasci em Minas Gerais. Minha família se mudou para Tocantins, onde vivi até nos mudarmos para Brasília, em 1972.

Sou formada em Estudo Sociais, com habilitação em História

e Geografia, ingressei na Câmara dos Deputados em 1980. Na Casa, atuei assessorando Deputados, CEFOR e Diretoria-Geral, aposentando-me em 2013.

Depois de aposentada, viajei, curti preguiça e sigo aproveitando bastante. Sou viajante assídua, conheço Itália, Alemanha, Espanha, Portugal, Peru, EUA, Canadá, Colômbia, Argentina e Chile, e boa parte do Brasil.

Aos amigos, aconse-

lho sempre estar fazendo alguma coisa, uma atividade, um hobby. Gosto de artesanato e costura. Procuro ir a shows e gosto muito de cozinhar. Aconselho, também, a não esperarem para se aposentar, uma vez que esse benefício é a melhor parte da vida.

Por fim, gosto e aprecio todo trabalho que a Associação vem fazendo, sinto que os associados estão sendo assistidos e resgatados, a Diretoria está de parabéns.

ASA COM ARTE

JOEL FARIA DE ABREU



Meu nome é **Joel Faria de Abreu**, nasci em Muzambinho, MG, vim para Brasília em 1968, e estudei matemática no CEUB, em 1973.

Fui professor no Colégio Estadual Professor Salatiel de Almeida de

Muzambinho; na Fundação Educacional do Distrito Federal – FEDF; no Centro de Ensino Unificado de Brasília – CEUB e no Colégio Militar de Brasília; por fim, ingressei na Câmara dos Deputados, onde me aposentei.

Depois de aposentado, escrevi obras literárias voltadas para a Matemática, uma delas foi o livro O Zangão que gosta de Matemática, que apresenta uma historinha de maneira lúdica e, como num passe de mágica,

nos remete ao mundo encantado da Matemática. A arte da escrita desperta, na expressão criativa da Literatura Infantil, a descoberta desse mundo.



PAULA TANNUS DUTRA JARDIM

Meu nome é **Paula Tannus Dutra Jardim**, nasci em Uberlândia, Minas Gerais, cheguei a Brasília em 1967, estudei Análise de Sistemas e Design Estratégico e ingressei na Câmara dos Deputados em 1989, como Técnico Legislativo.



Na Casa, atuei na Secretaria-Geral da Mesa, no CENIN, aposentando-me na Quarta-Secretaria, em 2021. Depois de aposentada, eu me permiti sentir o processo da aposentadoria, dediquei um tempo maior para atividade física e fui cuidando de tudo a minha volta com mais tempo e com calma.

O design entrou em minha vida em 2006, quando entrei no SEBRAE em um projeto onde mostrava os designers em Brasília, foi paixão e loucu-



ra à primeira vista, pois eu não tinha tanto conhecimento nessa área.

Desde então venho atuando nessa área, fiz cursos, montei meu ateliê aos poucos, participei de feiras, participei de eventos em São Paulo, sigo na busca pelo meu espaço.



Meu nome é **Dayse Cavalcante**, meus trabalhos denotam uma sensibilidade em retratar o cotidiano. As obras estão próximas do movimento social e artístico chamado Realismo.

O Realismo é a escola literária que analisa a realidade. Tem origem na França e, no Brasil, surge depois do Romantismo e antes do Simbolismo, compreendendo os anos 1881 a 1893 - o mesmo período em que o Naturalismo e o Parnasianismo também ocorreram.

Marcado pelo objetivismo, pela veracidade e pela denúncia social, o Realismo brasileiro tem início com

a obra de Machado de Assis “Memórias Póstumas de Brás Cubas”, publicada em 1881.



ROBERTO MOREIRA DA COSTA

Meu nome é **Roberto Moreira da Costa**, nasci no Rio de Janeiro, sou formado em Engenharia Eletrônica com mestrado em administração gerencial. Ingressei na Câmara em 1984, na Casa trabalhei somente no DETEC, aposentando-me em 2012.



Depois de aposentado continuo trabalhando com projetos da área das instalações prediais. Além disso, sou Presidente da Veteran Car Brasília – Clube de Carros Antigos de Brasília. A paixão por carros antigos, carros que foram sucesso me move, e por isso faço parte deste projeto tão especial.

Tudo o que é bonito e de boa qualidade não perde o encanto, e com carros não é diferente.



Esses artigos que trazem lembranças do passado atraem muitas pessoas e fazem com que sejam tratados como verdadeiras relíquias. Por isso na nossa Associação todo mundo que é apaixonado por carro antigo é bem-vindo.

DICAS DE BRASÍLIA

Outra dica do que fazer em Brasília é conhecer o Palácio do Itamaraty. O prédio é a sede do Ministério das Relações Exteriores e fica na Esplanada dos Ministérios.

O Palácio foi concebido com a função de apresentar o Brasil aos visitantes. Deste modo foi construído só com materiais nacionais e as obras de arte

que enfeitam seus salões também são de autoria apenas de artistas brasileiros. Incrível, não é?

Se você ficou interessado já pode agendar a sua visita guiada. As visitas são gratuitas e acontecem todos os dias às 9h, 11h, 14h, 15h e 17h.

Mas fique atento: embora as visitas aconteçam todos os dias o agendamento só acontece em



PALÁCIO DO ITAMARATY

dias úteis das 9h às 17h.

Ah, as visitas comportam grupos de 15 pessoas e são oferecidas em português, inglês e francês. Ótimo lugar para levar o amigo estrangeiro pra conhecer.

DIREITO E JUSTIÇA

AUXILIO-FUNERAL

LEI Nº 8.112, DE 11 DE DEZEMBRO DE 1190
SEÇÃO VIII

Art. 226. O auxílio-funeral é devido à família do servidor falecido na atividade ou aposentado, em valor equivalente a um mês da remuneração ou provento.

§ 1º No caso de acumulação legal de cargos, o auxílio será pago somente em razão do cargo de maior remuneração.

§ 2º (VETADO).

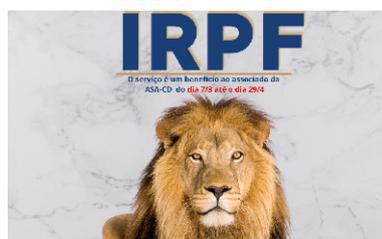
§ 3º O auxílio será pago no prazo de 48 (quarenta e oito) horas, por meio de procedimento

sumaríssimo, à pessoa da família que houver custeado o funeral.

Art. 227. Se o funeral for custeado por terceiro, este será indenizado, observado o disposto no artigo anterior.

Art. 228. Em caso de falecimento de servidor em serviço fora do local de trabalho, inclusive no exterior, as despesas de transporte do corpo correrão à conta de recursos da União, autarquia ou fundação pública...

IMPOSTO DE RENDA 2022



Quem deve declarar? Assim como qualquer outro contribuinte, quem tiver mais de 60 anos, caso se enquadre em alguma das regras de obrigatoriedade, tais como: receber rendimentos tributáveis acima de R\$ 28.559,70, receber rendimentos isentos acima de R\$ 40.000,00 mil no ano-calendário (2021) ou possuir bens e direitos superiores a R\$ 300 mil, é obrigado a declarar o Imposto de Renda. Se o aposentado tiver mais de 65 anos? Neste caso, o contribuinte tem que tomar cuidado na hora de declarar, principalmente, se possuir outra fonte de renda. Aposentados pela Previdência Social têm direito à isenção de imposto de renda sobre uma parcela da sua aposentadoria a partir do mês em que completam 65 anos.

A ASA-CD disponibilizará um contador para os associados declararem o Imposto de Renda, o período oficial de entrega do IRPF 2022 é do dia 3/3 a 31/5, na ASA-CD será do dia 7/3/22 a 31/5/22.

Você conhece a campanha
abril marrom?



No mês de prevenção e combate à cegueira, conhecido como Abril Marrom, as sociedades brasileiras de Retina e Vítreo (SBRV) e de Diabetes (SBD) se unem para mostrar à sociedade e educar as pessoas sobre doenças que podem acometer os olhos e ser detectadas preventivamente, para evitar perda irreversível da visão.

“Ou você pode reverter a condição e tratar, ou pode, detectando no estágio inicial, controlar para evitar que ela provoque dano”, disse o médico Fernando Malerbi, coordenador do Departamento de Saúde Ocular da Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD) e membro da comissão de Teleoftalmologia da Sociedade Brasileira de Retina e Vítreo (SBRV). O marrom foi escolhido por ser a cor da íris (parte mais visível e colorida dos olhos) da maioria dos brasileiros.

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o número de brasileiros com deficiência visual é de cerca de 6,5 milhões. Dados do Atlas Vision, publicado pela International Agency for Blindness Prevention (IABV) em 2020, indicavam que o Brasil tinha estimativa de 28,6 milhões de pes-

soas com perda de visão.

Para a Organização Mundial da Saúde (OMS), 80% das causas de deficiência visual podem ser prevenidas ou tratadas. O primeiro relatório mundial sobre visão, divulgado pela OMS em 2019, apontava que pelo menos 2,2 bilhões de pessoas têm deficiência visual ou cegueira, das quais pelo menos 1 bilhão são portadores de deficiência visual que poderia ter sido evitada ou que ainda não foi tratada.

De acordo com a publicação “As Condições da Saúde Ocular no Brasil 2019”, do Conselho Brasileiro de Oftalmologia (CBO), a cegueira atingia 1,577 milhão de brasileiros (0,75% da população), sendo que 74,8% dos casos teriam prevenção ou cura, o que significa que essas pessoas poderiam estar enxergando, se tivessem recebido tratamento apropriado a tempo.

Causas
Fernando Malerbi disse que as principais causas da cegueira em adultos são a catarata, o glaucoma, a degeneração macular relacionada à idade (DMRI) e o diabetes (ou edema macular diabético – EMD). A catarata é uma doença que, geralmente, vai provocar baixa acuidade visual progressiva. “A pessoa vai começar a ver a imagem mais embaçada, mais enevoada”. É uma doença cujo tratamento se faz por meio de cirurgia, e o paciente consegue recuperar a visão. Das quatro doenças mencionadas, a catarata é a que tem tratamento que mais assegura a regressão. As outras três têm características diversas e

necessitam prevenção.

Há vários tipos de glaucoma, doença que deve afetar 111,8 milhões de pessoas em 2040, segundo projeção da OMS. O tipo mais comum é o glaucoma crônico simples. “É uma doença silenciosa, não dá sintomas. Só fica perceptível quando é terminal. E, ao contrário da catarata, a perda que ele (glaucoma) provoca é irreversível”. Por isso, existe grande preocupação dos oftalmologistas e dos médicos em geral, em detectar inicialmente, quando a doença se instala. “Quando a gente detecta no início, consegue controlar. A doença não tem cura, mas é possível controlar com o uso de colírios para pressão ocular, de modo a evitar dano no nervo óptico, que pode causar a perda de visão”.

Malerbi destacou a importância da consulta periódica ao oftalmologista, a partir dos 40 anos, pelo menos uma vez ao ano, para detectar, além de alterações de refração, de grau e, eventualmente, a catarata, se há indício de glaucoma e, em pacientes mais idosos, sinais precoces da degeneração macular, para orientar o acompanhamento, a frequência de retorno ou o uso de compostos vitamínicos para retardar a progressão ou, no caso da doença ativa, o tratamento.

FONTE: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2022-04/abril-marrom-alerta-sobre-doencas-que-podem-levar-cegueira>

CHIMANGO



INGREDIENTES

- 2 a 3 ovos;
- 3 xícaras de polvilho;
- 1 xícara de flocão de milho;
- 200 ml de água;
- 100 ml de leite;
- 100 ml de óleo;
- 1 colher sopa rasa de sal;
- queijo a gosto.

MODO DE PREPARO

- Molhar com água o flocão e reservar.
- Ferver o leite, a água, o óleo e o sal e despejar sobre o polvilho.
- Amassar com uma colher até esfriar a massa.
- Colocar o flocão e misturar bem.
- Ir acrescentando os ovos e ver como a massa fica.
- Por derradeiro o queijo.
- Enrolar e colocar num tabuleiro forrado com papel alumínio untado ou untar a forma.
- Colocar para assar em forno pré-aquecido a 210 graus por 30 minutos.

MOUSSE DE GELATINA

INGREDIENTES

- 100 ml de água fervente
- 1 saquinho de gelatina
- 2 caixinhas de creme de leite

MODO DE PREPARO

- Adicione a gelatina em um recipiente e logo em seguida acrescente a água quente.
 - Dissolva a gelatina na água, até não sobrar resíduos.
 - Adicione as duas caixas de creme de leite e mexa até ficar consistente.
 - Logo após reserve na geladeira por pelo menos 3 horas e está pronto, já pode se servir e se deliciar.
- Hummmm, que sobremesa deliciosa!!!!



BACALHOADA DA BOA



INGREDIENTES

- 1 kg de bacalhau limpo e dessalgado
- 300g de batata
- 2 ovos cozidos
- 1 cebola grande (se tiver da roxa vai ficar lindo)
- 1 tomate
- 1/2 pimentão verde
- 1/2 pimentão vermelho
- 1/2 pimentão amarelo
- azeitonas pretas e verdes
- 3 dentes de alho
- muito azeite

MODO DE PREPARO

- Em uma panela refogue com azeite o alho, a cebola picada, as azeitonas, os pimentões e em seguida o bacalhau. Depois de refogado coloque as batatas, coloque um pouco d'água e deixe cozinhar.
 - Se preferir pode colocar numa marinex e cobrir com papel alumínio e colocar no forno.
 - Quando ficar pronto corte os ovos e coloque no bacalhau.
 - Servir com arroz e regar com muito azeite.
- Delícia, né?!

DICA DE CASA

A Presidente, preocupada em servir aos Associados, abriu um espaço de dicas de casa fáceis para o dia a dia

COMO TIRAR BARULHO DA PORTA COM DETERGENTE

Sabe aquele barulho que incomoda ao abrir e fechar sua porta? Podemos acabar com ele com apenas um único ingrediente. Adicione uma pequena quantidade na dobradiça de sua porta. Espalhe o sabão pela parte superior e inferior da porta.



COZIMENTO DE LEGUMES COM A CASCA!



O cozimento da abóbora e legumes com a casca é mais saudável e nutritivo. A abóbora como exemplo é um excelente legume para ser congelado até mesmo com a casca, caso desejar.

Muitas vitaminas estão na casca dos nossos legumes, então apenas corte a quantidade desejada, acrescente a uma vasilha e é só congelar.

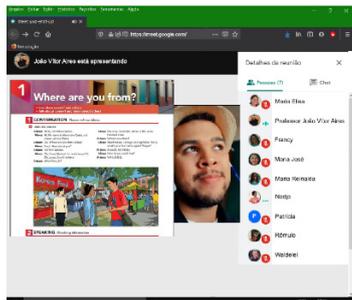
APARELHO PARA SECAR VERDURA

Aparelho para secar verdura, principalmente folhagem. Como por exemplo: alface, rúcula, couve, entre outros. Após usar o aparelho que auxilia na secagem de verduras, acrescente a uma vasilha para que possamos reservar e guardá-la, coloque um papel-toalha sob a verdura e agora é só colocar na geladeira.



ASA CURSOS

ASA INGLÊS



isso. 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.

Imagine então, se você aprender a língua mais falada do mundo de forma dinâmica, divertida e eficiente. A ASA tem tudo

Com o professor João você aprende se divertindo, revê os amigos e conhece outros tantos!!!

Turmas: às quartas

- 1- com bom conhecimento - das 10 às 11
- 2- com algum conhecimento - das 9 às 10
- 3- iniciantes: das 11 às 12

Informações pelo nosso WhatsApp (61)99111-2317.

MATRICULE-SE!

ALUNOS ASA INGLÊS



Maria Elisa



Augusto Mena



Goiano



Gracinira



Iraci



Juliana



Maria Graça



Nadja



Relva



Terezinha

ASA FRANCÊS



de essencial, é divertido e trabalha a memória e o cognitivo.

Faça parte da nossa turma, venha estudar conosco on-line, pelo celular ou computador, sem sair de casa.

O professor Carlos diz que o aprendizado de uma nova língua, além

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

Turmas: às segundas

- 1- com algum conhecimento: das 10 às 11
- 2- iniciantes das 11 às 12

Informações pelo nosso WhatsApp (61)99111-2317.

MATRICULE-SE!

ALUNOS ASA FRANCÊS



Maria Elisa



Adivany



Dione



Elio



Iraci



Juliana



Mirna

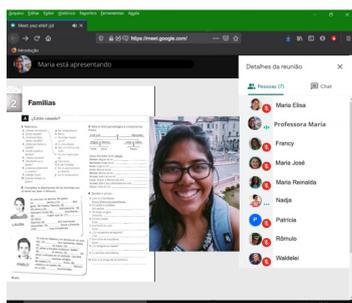


Rita



Terezinha

ASA ESPANHOL



O espanhol é importante para a cultura, negócios e política. A língua espanhola

ocupa uma posição determinante no cenário mundial e cada vez mais desperta o interesse de quem deseja aprender outras línguas.

Faça parte da nossa turma, venha estudar conosco on-line.

Turmas: às quintas

- 1 - iniciante - das 9 às 10
- 2 - com algum conhecimento - das 10 às 11

Informações pelo nosso WhatsApp (61)99111-2317.
MATRICULE-SE!

ALUNOS ASA ESPANHOL



Maria Elisa



Alice



Amparo



Ivete



Zeza

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, aumenta a sensação de bem-estar e aumenta a longevidade.

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. Em breve retornaremos às atividades presenciais.

Matricule-se pelo nosso
WhatsApp:(61)99111-2317.

MATRICULE-SE!

ALUNOS ASA SAÚDE



Maria Elisa



Cristóvão



Esmeralda



Francisco



Tereza Attuch

HOMENAGEM DO MÊS

MARIA VILANI ARAÚJO MOURA



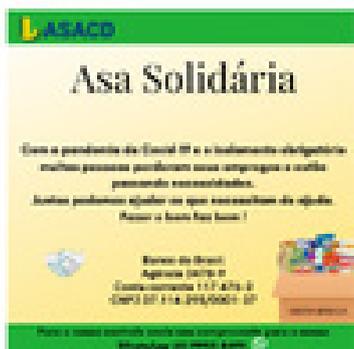
Este mês a homenagem ao associado mais antigo é para **Maria Vilani Araújo Moura**

ra, que completou 90 anos no último dia 28 de abril. Ela chegou a Brasília em 1960, vinda de Campos Sales, Ceará. Formou-se professora e ingressou na Câmara dos Deputados em 1983, aposentando-se em 1999. Mãe de oito filhos, avó de 24 netos e bisavó de 20 bisnetos, Maria Vilani é um exemplo a ser seguido como pessoa e profissional. Nós da Associação, Presidente, Diretores e Funcionários desejamos uma vida com muita saúde e autonomia.

ASA SOLIDÁRIA



SORTEIO REALIZADO NO DIA 28/4/2022



SORTEADA WANDA GODOI

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 e dignidade aos menos favorecidos.

Mais um mês consecutivo será realizada a doação de cestas básicas, graças a Deus e aos nossos associados e amigos,

mais um mês fazendo a alegria de muitas famílias.

A ASA agradece a todos que participaram desse momento de solidariedade. E lembrem-se: FAZER O BEM FAZ BEM!!!

Doe: Seu pouco é o muito de alguém.



Dickson - Igreja Rainha da Paz



Henrique da Liga do Bem



Níza, Igreja de Deus



Onesia - Banho do Bem



Elvira da ONG Futuro Esperança



João - Instituto IMAVI



Eliseu da Reciclando Sons



Alonso, Igreja Batista Sião



José, Instituto Doando Vidas - Estrutural



Rejane, Igreja Presbiteriana - Sol Nascente



Cristina, Igreja Santa Clara



Kerley, Igreja Majestade de Deus - Santa Maria

AGRADECIMENTO

IGREJA BATISTA SIÃO



Pastor Alonso

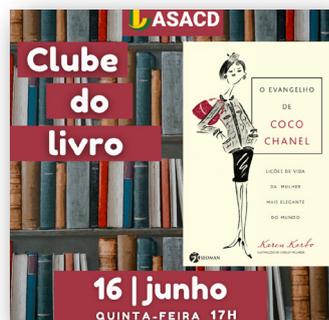
De fato, nesse momento de pandemia muitas famílias amargaram com o desemprego, e temos procurado na medida do possível atenuar esse momento na vida de muitas famílias.

E ficamos muito felizes em poder encontrar pessoas tão sensíveis à dor do próximo como a Presidente da Associação, Dr.^a Maria Elisa. Só Deus para recompensá-la.

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 19 do mês de março, realizou-se o encontro virtual do Clube do Livro, que tratou da obra Meu Avô é Uma Metáfora, de César Reis. Vê a palavra como célula viva a merecer a atenção e o concurso de todos os sentidos. Quer semear e soprar no leitor interesse por literatura, e sugere um modo diferente e saboroso de ler o que está e o que não está escri-

to. Participaram Maria Elisa, Alvarina Pereira, Elba Veloso e Francy Borges.

Nossa próxima edição do Clube do Livro foi marcada para o dia 16 de junho, a partir das 17h, de forma virtual, na plataforma Zoom.

A obra escolhida foi O Evangelho de Coco Chanel.

O Evangelho de Coco Chanel é um cativante olhar sobre o estilo, a

fama e o talento de um dos maiores ícones da moda. Dividindo a biografia de Chanel em capítulos temáticos que sutilmente ensinam lições de vida, com comentários divertidos e maravilhosas ilustrações de Chesley McLaren, Karen Karbo irá inspirar os leitores com uma história impressionante de reinvenção, confiança e determinação.

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.



Luiz Gomes Beguito
*Rio de Janeiro, RJ, 15/1/1934 -
†Brasília, DF, 11/10/2020



Fabiola Leite de Aquino Soares
*Brasília, DF, 28/6/1978 -
†Brasília, DF, 28/2/2022



Lucila Alves Quesado
*Aurora, CE, 18/5/1922 -
†Fortaleza, CE, 3/4/2022



Maria Elza Mauricea Vasconcelos Guerra
*Recife, PE, 26/4/1935 -
†Brasília, DF, 11/4/2022



Oliveiros Gomes Correa
*Cachoeira, BA, 13/12/1926 -
†Brasília, DF, 11/4/2022



Benício Mendes Teixeira
*Amarante, PI, 11/10/1936 -
†Amarante, PI, 18/4/2022



Geraldo Alexandrino Case
*Tauá, CE, 30/03/1948 -
†Fortaleza, CE, 20/4/2022



Luiz Vasconcelos
*Argirita, MG, 4/4/1929 -
†Brasília, DF, 21/4/2022



William Rodrigues da Silva
*Brasília, DF, 26/11/1976 -
†Brasília, DF, 26/4/2022

CHAPA SOLIDARIEDADE TOMA POSSE

No dia 1º de abril de 2022, sexta-feira, a Chapa SOLIDARIEDADE tomou posse na sede da ASA-CD. A Presidente, Maria Elisa, continua à frente na gestão 2022 a 2024, e as ações de valorização e manutenção da mobilidade e cognição dos aposentados e pensionistas continuarão.

Compõem a nova diretoria Maria Elisa Siqueira de Oliveira, Enila Beatriz Esteves Gomes, Ivani dos Santos, Maria do Amparo Bezerra da Silva, Francy Lourdes Pereira Borges, Patrícia Morais das Neves, Ângela da Cunha Barbosa, Rômulo Lima Câmara, Waldelei Cassemiro da Silva, Luiz Antônio Batista Machado, Roberto de Medeiros Guimarães, José Gomes Ferreira, Agostinho Rocha Ferreira, Francisco das Chagas Sousa Filho, Magnólia Maria de Fi-

gueiredo Vicente, Adivany Maria Viterbo dos Santos.

Durante a cerimônia a Presidente falou sobre a relevância da ASA-CD, de como a Associação é importante para os servidores aposentados e pensionistas e que está muito feliz em manter-se Presidente. “Agradeço a Deus por esta oportunidade. Manter-me à frente da ASA-CD é uma alegria, temos muito trabalho pela frente, mas com dedicação e comprometimento seguiremos nosso trabalho de excelência”, concluiu.

O Secretário da Mesa da Câmara dos Deputados, Ruthier de Sousa Silva, participou do evento e disse: “É uma honra poder estar aqui neste momento, a ASA-CD é uma importante extensão da Câmara dos Deputados. Os servidores aposentados são a memória viva do passado dessa Casa

Legislativa”, concluiu.

Após a assinatura do termo de posse da nova Diretoria, a Presidente presenteou a todos com o Hino da ASA, o cantor Marcelo José, acompanhando do associado Francisco das Chagas, deram os toques finais de melodia e cantaram para os presentes na cerimônia.

Por fim, a Presidente, não esquecendo dos colegas que compunham a Diretoria passada, presenteou e condecorou com um Diploma de Reconhecimento Pelos Serviços Prestados à ASA-CD, Alvarina Pereira, Conceição Macedo, Elba Machado, João Dantas, Luzia Kirjner e Vera Lúcia pelos serviços prestados à ASA enquanto diretores. Ao final do evento todos participaram de um lanche delicioso.



HINO DA ASACD

Letra: Maria Elisa Siqueira de Oliveira
Música: Francisco Sousa Filho

Hoje os amigos se encontram Para
juntos festejar Foram grandes
momentos Com muitas emoções

Hoje os amigos vão se encontrar E os
belos momentos passar, lembrando
grandes emoções Que a ASA vai
proporcionar

Viva a ASA ontem Viva a ASA hoje Viva a
ASA sempre Hoje e amanhã, viva a ASA
ontem... Viva a asa hoje Os aposentados
e pensionistas estão aqui para lhe
agradecer

Agora é hora amigos de comemorar
Muitos momentos trabalhados Com
atitudes mil Que elevam nossos
corações Com poemas e canções Nós
chegaremos lá Pra sempre com alegria
jubilar

Vamos juntos à ASA nos confraternizar
Gente alegre e disposta Sempre a
participar Com eficácia e disposição
Criando ASAS pra voar Celebrando quem
vier Toda hora que o amigo precisar

2ª CAMINHADA ASACD



No dia 28 de abril, quinta-feira, às 15h, no clube da ASCADE, ocorreu a 2ª CAMINHADA DA ASA-CD, evento voltado para saúde, mobilidade e cognição. Que contou com a orientação da personal Kerley, parceira da Associação. Esteve presente, também, o Presidente da ASCADE, Francisco Moraes, e a Psicanalista e especialista em florais Yolanda Alves.

O dia estava lindo e os associados da ASA-CD desfrutaram do momento com outros colegas pensionistas e

aposentados da Câmara dos Deputados. Alguns aspectos são importantes para a manutenção da saúde de qualquer pessoa, mas principalmente na população idosa, como uma alimentação adequada, convivência social e a prática regular de atividades físicas. A caminhada na terceira idade é a atividade física ideal, já que pode trazer vários benefícios ao corpo.

A caminhada na terceira idade é muito indicada por ser um exercício bastante prático, sem contraindicação e, além disso, sem custo algum. Outra

grande vantagem da atividade é que ela pode ser feita em qualquer lugar, seja nas ruas, clubes, na praia, nos parques, nas pistas de atletismo, etc.

Para a Presidente da ASA-CD, Maria Elisa, eventos como esse são de extrema importância para manutenção da saúde dos associados. “Sempre busco estar ativa, exercendo minha mobilidade e cognição. Com os associados não pode ser diferente, estou sempre pensando ações para trabalhar a mobilidade e cognição deles”, enfatizou.

ANIVERSARIANTES DE JUNHO

1 - Edilene Ferreira dos Santos, Irenice Leite, Jayme Antonio de Souza Junior. 2 - Alciria Galdino Caputo, Aulicidina Pereira Vasconcelos, Benedito Vitor Costa, Carlos Augusto de Campos Filho, Eraldo Bispo dos Santos, Iracema de Melo Bezerra. 3 - Divina Ferreira Paracampos, Flávio Freitas Faria, Ivonne Maria de Oliveira Ruiz, Joana D'Arc Rosa da Silveira Lima, José Antônio Neves Nascimento Silva. 4 - Alcina D'Avila Pereira, Sebastião Rodrigues Lima. 5 - Antônia Motta Castro Memória Ribeiro, Francisco Pinheiro Rocha, Ilda Guimarães Souto. 6 - Maria José da Silva, Regina Maria Zaniolo de Carvalho, Wilson Renato da Silva. 7 - Gicelda Monteiro Rodrigues, Isabel Cristina da Silva, Juarez Pires Silva Alves Bragança, Maria de Lourdes Rodrigues Azevedo, Paulo Roberto de Souza Dutra, Rosamaria Schertel, Vilma Pereira. 8 - Cecília Yulico Matsunaga Yamaguti, Maria Linda Morais de Magalhães, Mario Alves Batista. 9 - Francisca Leal Cid Loureiro, Ireni Rodrigues Tejo. 10 - Aida Fernandes da Silveira Caldas, Antônia Santiago Seixas, Suraia Abdulmassih Khoury, Tamar Bernardes Junqueira. 11 - Antônia Aunésia Sousa Ayres Moura. 12 - Adão Marcolino Borges, Antônia Maria Marques Sobrinho, Dércio Mendes Pereira, Elisa de França Silva, Gustavo de Arantes Pereira, João Paulo Cristalino Pereira, Maria Flocele Fernandes, Ninfa Gerep Zamboni. 13 - Antônio Motta dos Santos, Carmen Lidia Ramos Leite, David Antônio Pereira da Silva. 14 - Selma Dangelo Ferreira. 15 - Ana Maria Moura da Silva, Maria Auxiliadora Magalhães Andrade, Maria do Socorro Brito, Neusa Terezinha Rodrigues Vargas. 16 - Adivany Maria Viterbo dos Santos, Alexandre Dias Brasil de Araujo, Antônio Macedo de França Filho, Artur Henriques de Vasconcelos, Dilzete Paula Reis Silva, Lindalva Paula Vieira, Mario Loureiro Ferreira, Sheila Gomes dos Santos. 17 - Adailton Gomes Pereira, Reinaldo Peixoto Pereira, Ruth Bernadino de Carvalho, Tereza Cristina de Miranda Ramos, Vili Santo Andersen, Vladimir Meireles de Almeida. 18 - Alceu Vieira Gomes Filho, Ana Lêda Melão, Ângela Vieira de Oliveira, Hebe de Paula Barros Loschi, Itelvina Alves da Costa, José Maria Valdetaro Vianna, Jurandi Leite da Silva, Maria Aparecida Araújo de Moura das Neves, Suely Pereira dos Santos Sena. 19 - Maria Bernardo Ramos Madeira, Roberto de Medeiros Guimarães Filho, Severino Gomes de Almeida, Vera Lúcia Santa Fé Santos. 20 - Ângelo Gonçalo Rodrigues, Antônio Borges de Sousa, Francisco da Silva Lopes Filho, Sueli de Souza. 21 - Elenir Domingues de Araújo Ferreira, José Pereira Caputo, Luiz Gonzaga Malveira, Narcisa Clementina Rocha, Raimundo de Souza Coelho, Silvia Maria Pinto Gonzalez, Wilma Francisca de Sousa. 22 - Cora Marfiza Castello Parucker, Diva Soares Oliveira, Edvaldo Gomes, Eunice Gonçalves Pereira, Luis Antônio Violin, Maria Paula de Oliveira Porto, Marlina de Sousa, Paulo Martins Robinson. 23 - Joracy Teixeira Emery, Maria Bernadete de Almeida Fontenele. 24 - Aldemir Luna Sousa, Izabel Batista Silva, Jane Mary Jorge Maluf, João Batista Gruginski, João Batista Nogueira da Silva, João Ferreira de Lima, João Luiz Prates Belaguarda, João Rodrigues de Cerqueira, Maria de Lourdes Brito de Melo. 25 - Ana Lúcia de Miranda Ramos, Graci Martins Costa, Joel Vianna, José Joardvan Camelo de Freitas, Laci de Souza Gomes Corrêa. 26 - Mabir Santos, Regina Stella Studart Quintas. 27 - Benedicto Geraldo Cavalcante de Vasconcellos, Deocacine Lucas Rodrigues dos Santos, João Alencar Dantas, Maria da Cruz Marques, Maria Lúcia de Figueiredo Goldszal. 28 - Terezinha Goreti Rodrigues dos Santos. 29 - Irani Otilio dos Santos, Maria Alice Machado, Pedro Gomes de Oliveira, Pedro Hayrtom Custodio Ramos. 30 - Francisco Dutra Filho, Magda Abicht, Maria Aparecida Campos, Norberto Coutinho, Omar dos Santos Rodrigues, Piera Paola Gagnor, Vina Rodrigues Pratini.

FIQUE POR DENTRO

LIGUE E MARQUE SEU HORÁRIO

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO

Atendimento individual às suas necessidades e objetivos pessoais e profissionais.

COMUNICAÇÃO E RELACIONAMENTO INTERPESSOIS PARA O DESENVOLVIMENTO DA TERAPIA

Atendimento especializado em casos de: ansiedade, depressão, transtornos de personalidade, dependência química, síndrome do pânico, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade, transtorno de estresse pós-traumático, transtorno obsessivo-compulsivo, transtorno de personalidade borderline e transtorno de identidade de gênero.

Para mais informações: <https://www.instagram.com/psicologia.asa>

LIGUE E MARQUE SEU HORÁRIO

PERSONAL TRAINER

KERLEY
(61) 88214-1478

VEM AI

ASACD
(61) 99951-8499

LIVE ARTESANATO
COM ELVIRA

EM BREVE

VEM AI

ASACD

1º ENCONTRO DE ESCRITORES DA ASA-CD
MAIO DE 2022

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES
(61) 99951-8499

ASA CLASSIFICADOS

DESTAQUES

CAIRES

100% CASEIRO

RICETOS-CASSIROS CAIRES
(61) 99924-2757

BORGES PATISSERIE

(61) 99606-2211

DOG DO BARTÔ

(61) 3036-5100

RIBAMAR QUITUTES

(61) 99230-9985

SORVETE AO QUADRADO

(61) 3297-6103

QUAL CHEESECAKE?

(61) 998742807

ACESSÓRIOS, BELEZA E MODA

FACINATUS

(61) 99689-2116

HOPELINGERIE BSB

(61) 98240-2456

COMIDA, REFEIÇÕES E GÊNERO ALIMENTÍCIOS

DiCaju

(61) 99807-1973

DOCE BEIJO

(61) 9674-2066

DOCE CERRADO

(61) 99623-3113

Doce Surpresa CESTAS ESPECIAIS

(61) 99952-2720

QUITANDINHA CAFÉ

(61) 99870-9001

SPICE FOOD
(61) 99690-4022

TORTA DE LIMÃO NO POTE
(61) 99231-1331

COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO

Correios

CORREIOS AGF CRUZEIRO
(61) 3361-1352

Guarubins
GRÁFICA E EDITORA

(61) 3465-2411

DIVERSÃO, LAZER E TURISMO

Conmil turismo

CONMIL TURISMO
(61) 98287-7523

CTC CALDAS TERMAS CLUBE HOTEL

(64) 3453-1974

Cultura turismo

(61) 33271864

FIVE TOUR
LIVING JOURNAL

(61) 99349-1153

HOTEL GAIA-PORTO

(61) 98116-8577

MINI-FAZENDINHA EDUCATIVA

(61) 99977-1268

WONDER TRAVEL

(61) 98191-8871

FINANÇAS E NEGÓCIOS

BrasilMétodo

Corretora de Seguros

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

#FIQUE EMCASA DELIVERY E TO GO INFOJET

INFOJET
(61) 3382-7765

MUDANÇA

Mudanças

(61) 981789919

SAÚDE E BEM-ESTAR

Ana Paula Ribeiro da Silva
Fisioterapeuta

ANA PAULA FISIOTERAPEUTA
(61) 99555-9191

CAMILLA FIGUEIREDO
REIKI COM CRISTAIS THETAHEALER

CAMILLA FIGUEIREDO
(61) 98306-3946

EMERGÊNCIA DOS PÉS

EMERGÊNCIA DOS PÉS CARLOS
(61) 99585-5661

CLAF
Clínica da Família

GINECOLOGISTA CARMEN R FIGUEIREDO
(61) 3346-1979

HUMANIDADE CUIDADOS

(61) 98122-6959

Mãos de Anjo

MÃOS DE ANJO
(61) 99958-1207

OCULARE
OPTALMOLOGIA

OCULARE OPTALMOLOGIA
(61) 99604-5844

OLIMPO

(61) 3325-0160

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO

PSICOLOGA PATRÍCIA MORAIS
(61) 8128-0324

VISÃO
HOSPITAL DE OLHOS

VISÃO OPTALMOLOGIA
(61) 3038-8001