



REVISTA

# VOZ ATIVA

Fundada em 5 de novembro de 1991

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

Ano 31, n.º 360

Brasília - DF

Abril 2024

## ABRIL



Dia 19 de abril o Espaço Aroeira foi palco de uma experiência única que encantou os associados da ASA-CD, aposentados e pensionistas. O evento “Prosa no Espaço Aroeira”, que começou ao meio-dia, ofereceu aos integrantes uma tarde memorável de gastronomia e artesanato.

Localizado no Setor de Habitação Individual Norte, Área Especial 3, Loja 2, Polo Verde - Lago Norte, propriedade de Ito Pellicano, o espaço foi perfeitamente preparado para receber todos os convidados com conforto e estilo. Os associados

foram aconselhados a vestir roupas e calçados confortáveis e a não esquecer o boné e o repelente, garantindo assim que pudessem aproveitar ao máximo a programação sem contratempos.

Durante o evento, os filiados tiveram a oportunidade de explorar encantadoras lojas de artesanato, jardinagem e flores, e saborearam as delícias no menu de almoço especialmente escolhido pela presidente Maria Elisa no restaurante Cozinha da Terra, da Chef Josi. Além disso, a Presidente da ASA-CD, Maria Elisa, fez questão de agregar ainda mais va-

lor ao encontro com um sorteio especial de mimos para os associados presentes, um gesto que reforçou o sentido de comunidade e pertencimento entre os participantes.

A “Prosa no Espaço Aroeira” não foi apenas um evento, mas uma celebração da cultura local, que fortaleceu laços, encantou os sentidos e deixou memórias duradouras para todos que tiveram a oportunidade de participar. Agradecimentos especiais à organização e a todos que contribuíram para tornar este dia verdadeiramente especial.

“Fechamento Autorizado. Pode ser aberto pelos Correios “

## SUMÁRIO

Editorial, p. 2

A ASA Vai até Você, p. 3 - 4

Homenageado, p. 4

Associado Candango, p. 5 - 6

Fala, Associado, p. 7 - 8

ASA com Arte, p. 9 - 10

ASA Dica de Saúde, p. 11

Direito e Justiça, p. 12

Dica de Viagem, p. 13

Vem AI, p. 13

Posse, p. 14

PROA, p. 15

Fotos do Prosa, p. 16

ASA Cursos, p. 17

Asa Gourmet, p. 18

Dica de Casa, p. 18

Ações da ASA-CD, p. 19 - 20

Copa Legis, p. 20

ASA Solidária, p. 21

Medalha In Memoriam, p. 21

Aniversariantes, p. 22

## EXPEDIENTE

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS  
E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

ASA-CD

### Presidência

Maria Elisa Siqueira de Oliveira

### Vice-Presidência

Maria do Amparo Bezerra da Silva

Abeguar Machado Massera

Enila Beatriz Esteves Gomes

### Diretoria de Secretaria

Francy Lourdes Pereira Borges

Ângela da Cunha Barbosa

José Vieira Alves

### Diretoria Financeira

Rômulo Lima Câmara

Waldelei Cassemiro da Silva

Luiz Antônio Batista Machado

### Conselho Fiscal

Roberto de Medeiros Guimarães

José Gomes Ferreira

Heyderme José Pereira Coelho

### Suplentes

Francisco das Chagas Sousa Filho

Magnólia Maria de Figueiredo Vicente

Ivani dos Santos

VOZ ATIVA

### Jornalista Responsável

Manoel Damasceno (Mtb 0519/DF)

### Colaboradores

Paulo Luiz Bastos Serejo

### Diagramação

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Ingrid Torres Alves

### 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

Beatriz Nóbrega de Carvalho Pellicano

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Clécia Cristina dos Santos do Nascimento

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

Horário de atendimento: das 9 às 18h

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

Tiragem: 1810 exemplares

## TELEFONES ÚTEIS

Ascade (61) 3226-4503/3322-0071

Câmara dos Deputados (61) 3216-0000

Central do Idoso (61) 3103-7609/3103-7612

Centro de Informática/CD (61) 3216-3636

Consulegis (61) 3214-7342

Coordenação Inativos e Pensionistas (61) 3216-7251

Med Life UTI Móvel (61) 3573-7172

Clubs (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

No dia 21 de abril Brasília completou 64 anos de história e de significado para o Brasil. Esta cidade, que se ergueu no coração do País, projetada por Oscar Niemeyer e Lucio Costa, tornou-se um símbolo de modernidade, progresso e integração nacional. Ao celebrar mais um aniversário da capital federal, é importante não apenas refletir sobre suas conquistas, mas também reconhecer o papel fundamental dos servidores públicos, especialmente aqueles que dedicaram anos de trabalho à Câmara dos Deputados. Os servidores aposentados da Câmara dos Deputados são parte essencial da história da instituição e de Brasília. Que contribuíram para o desenvolvimento e o funcionamento do Legislativo brasileiro ao longo de décadas, ajudando a moldar as políticas e os rumos do País. Seja nos setores administrativos, de assessoramento parlamentar, ou em outras áreas, cada um deixou sua marca e seu legado. A trajetória desses servidores se entrelaça com a própria história de Brasília. Muitos chegaram à capital nos anos 60, durante a construção da cidade, testemunhando seu crescimento e sua transformação ao longo dos anos. Seus esforços foram fundamentais para consolidar a infraestrutura e os serviços necessários para

o funcionamento da capital e de suas instituições. Hoje, ao celebrarmos os 64 anos de Brasília, é importante reconhecermos o valor e a contribuição desses servidores aposentados. Suas histórias e experiências são parte integrante da memória coletiva da nação. Além de homenagear os servidores aposentados, é fundamental destacar a importância de preservar e valorizar a história e a cultura de Brasília. Esta cidade única, com sua arquitetura inovadora, seus espaços verdes e sua diversidade cultural, merece ser cuidada e apreciada por todas as gerações. Neste aniversário de Brasília convidamos todos a celebrar não apenas suas conquistas urbanísticas e políticas, mas também o trabalho e o legado daqueles que ajudaram a construir e a fortalecer a capital federal. Que possamos honrar o passado, valorizar o presente e construir juntos um futuro ainda mais promissor para Brasília e para o Brasil. Que os servidores aposentados da Câmara dos Deputados, assim como todos os brasilienses, possam continuar a ser parte ativa dessa história, inspirando novas gerações a contribuir para o progresso e o desenvolvimento de nossa capital e de nosso país. Parabéns, Brasília, pelos seus 64 anos de história e de grandeza!

# A ASA VIRTUAL VAI ATÉ VOCÊ

A Presidente da ASA-CD, a 1ª Vice-Presidente, Enila, a 2ª Vice-Presidente, e a funcionária Jaqueline visitam virtualmente os associados aniversariantes do mês



Maria Elisa



Enila Beatriz



Jaqueline



Gracinira



Teresinha



Carlos



Luiz Bernardo



Paula Tannus



Ema Maria

**Gracinira Lopes da Silva e Teresinha Aparecida Resende** dia 1, **Carlos Eduardo Félix de Menezes e Luiz Bernardo Guimarães Torres** dia 3, **Paula Tannus Dutra Jardim** dia 5, **Ema Maria Melo Rabelo Silva** dia 10.

**Gracinira** chegou em Brasília em 1972, gosta de viajar e de estar reunida com amigos e familiares; **Teresinha** chegou em 1962, gosta muito de viajar e curtir seus familiares; **Carlos Eduardo** chegou em 1972 gosta de viajar e atualmente trabalha em sua empresa; **Luiz Bernardo** chegou em 1960, atualmente seu *hobby* é impressão em 3D, faz para presentear familiares, amigos e quem visita a residência; **Paula Tannus** chegou em 1967, gosta de *designer* e fabricar joias; **Maria Ema** chegou em 1967, gosta de passar o tempo jogando quebra-cabeça e de ler bons livros.

**Sindulfo Chaves Filho** dia 12, **Izabel Carneiro Ribeiro Barros, Joaquim Fonseca Melo e Roberto Moreira da Costa** dia 20, **Sebastião Augusto Machado** dia 21, **Ogib Teixeira de Carvalho Filho** dia 22.

**Sindulfo** chegou em Brasília em 1962, gosta de praticar esporte e de estar com a família e amigos; **Izabel Carneiro** chegou em 1963, gosta de viajar e de estar com a família; **Joaquim Fonseca** chegou em 1968, gosta de viajar e pescar; **Roberto Moreira** chegou em 1963, gosta de viajar e colecionar carros; **Sebastião Augusto** chegou em 1966 e gosta de viajar; **Ogib Teixeira** chegou em 1960, gosta de viajar.



Sindulfo



Isabel Barros



Joaquim



Roberto Costa



Sebastião



Ogib Teixeira



**Venita Francisco Soares** dia 22, **Tereza Cristina Rezende de Aguiar Attuch** dia 23, **Maria José da Silva Santos** e **Selvíria Afonso Galvão** dia 25, **Claudionor Rocha** e **Ilídia da Ascensão Garrido Martins Juras** dia 26.

**Venita Soares** chegou em Brasília em 1964, gosta de cuidar da roça e viajar; **Tereza Attuch** chegou em 1968 gosta de viajar, aprender e praticar curso de língua estrangeira e canto; **Maria José** chegou em 1971, gosta de viajar e de estar com seus familiares e amigos; **Selvíria Galvão** chegou em 1970, gosta de viajar; **Ilídia Martins** chegou em 1986, gosta de estar com seus netos, viajar, ir a praia e estudar; **Claudionor** chegou em 1991, gosta de leitura, rock, ciclismo e jardinagem.

**Amélia Maria das Graças Sousa Nascimento, José Rui Carneiro e Maria Marlene Brito da Silva** dia 27, **Cícero Leonardo Nogueira Sobrinho, Maria Vilani Araújo Moura** dia 28, **Ito Pedro de Carvalho** dia 29.

**Amélia** chegou em Brasília em 1980, gosta de ler e viajar; **José Rui** chegou em 1963, gosta de viajar e estar com a família; **Maria Marlene** chegou em 1973, gosta de viajar principalmente pelo Brasil em missões missionárias; **Cícero Leonardo** chegou em 1961, gosta de estar reunido com seus familiares; **Vilani Araújo** chegou em 1960, gosta de viajar e de estar com amigos e familiares; **Ito Pedro** chegou em 1975, gosta de estar reunido com seus familiares.



## HOMENAGEM

MARGARIDA MARIA BEVILACQUA DE LISBOA VAZ

Este mês rendemos homenagem a **Margarida Maria Bevilacqua de Lisboa Vaz**, que completou 91 anos. Ingressou na Câmara dos Deputados em 1980, vinda do Rio de Janeiro, com formação em pedagogia. Atuou exclusivamente no CEDI e participou da consti-

tuínte, aposentando-se em 1990. Sua trajetória foi marcada pela dedicação à educação e pela presença em momentos históricos como a Constituinte. Seu legado inspirou gerações na eferescência da vida parlamentar. Nós, da Associação, representados pela Presidente, diretores e



funcionários, desejamos saúde e vida ativa para esta doce e gentil filiada.

# ASSOCIADO CANDANGO

CLAUDIO RAMOS AGUIRRA



Meu nome é **Claudio Ramos Aguirra** e nasci em 1965 em Curitiba-PR. Sou formado em Gastronomia com Pós-Graduação em Gastronomia Funcional e Gastronomia e Negócios em Alimentação.

Iniciei minha carreira na Câmara dos Deputados

em 1981, no CEDI, e posteriormente trabalhei na Presidência da Casa com os Deputados Flávio Marçilio e Ulysses Guimarães, além de atuar na SGM, CENIN, Assessoria Internacional da Presidência e Comissões de Fiscalização e Controle; Meio Ambiente; Esporte e Turismo.

Em 2015 me aposentei e decidi investir em novos aprendizados. Fiz algumas viagens e cursos de aperfeiçoamento em panificação artesanal e pizzaiolo. Além disso, adoro viajar, principalmente de carro, e já estive em diversos países como EUA, México, República Dominicana, Chile e

Argentina. Também viajo bastante pelo Brasil.

Meus *hobbies* são variados e incluem a gastronomia, música, viagens, leitura e cuidados com a minha pequena horta. Aposentar-se foi uma ótima escolha para mim, e por isso meu conselho para todos é: aposentem-se sem demora e aproveitem essa nova etapa da vida, que é extremamente prazerosa.

Por fim, quero parabenizar a equipe da ASA-CD e destacar a nossa Presidente, que é sensacional e sempre ativa, buscando o bem-estar dos associados.

MARIA DE JESUS BEZERRA

Meu nome é **Maria de Jesus Bezerra**, nasci na pequena cidade de Mirador-MA, e me mudei para Brasília em 1965. Cursei Estatística na Universidade de Brasília (UnB), e foi na capital federal que construí minha carreira e minha vida. Em junho de 1987 tive a oportunidade de ingressar na Câmara dos Deputados, onde trabalhei no DEMAP e no Centro de Informática.

Essas experiências foram enriquecedoras e contribuíram significativamente para o meu desenvolvimento profissional. Em 2007 decidi me aposentar e desde então tenho dedicado meu

tempo a explorar novos horizontes e a aproveitar cada momento da vida.

Após a aposentadoria embarquei em várias viagens, explorando destinos na Europa, América do Norte, Ásia, e também pelo Brasil. Essas viagens não só expandiram minha visão de mundo, mas também me proporcionaram momentos inesquecíveis. Além das viagens, mantenho um estilo de vida saudável e ativo, praticando atividades físicas regularmente e pedalando com meu triciclo, o que me permite desfrutar da natureza e manter a forma.

A vida ao lado do meu marido, Carlos Alberto,



tem sido uma fonte de alegria e companheirismo. Juntos, aproveitamos os prazeres simples do dia a dia e valorizamos cada novo amanhecer.

Quanto à gestão da ASA-CD, é um sistema participativo que valoriza a contribuição de todos.



Meu nome é **Luiz Bernardo Guimarães Torres**. Cheguei a Brasília em 1960, quando tinha apenas 6 anos de idade. Nasci em São Gonçalo-RJ, mas cresci em Brasília.

Ingressei na Câmara em diferentes momentos. Primeiramente, trabalhei pela Confederal

como mensageiro, de março de 1973 até julho de 1975. Em 1976 prestei concurso público na CD para Agente de Portaria e tomei posse em 4 de novembro de 1976.

Trabalhei em diversos departamentos, incluindo o DEPES, CAP, DEMED.

Me aposentei em abril de 2011 e desde então tenho me dedicado a diversas atividades. Atualmente meu principal *hobby* é a impressão em 3D.

Gosto muito de viajar e já visitei várias cidades pelo Brasil, Viajo com frequência, princi-

palmente para o Estado do Tocantins, onde minha esposa tem parentes em várias cidades, como Palmas, Araguatins (Fazenda Conto de Areia), Tocantinópolis e Guaraí.

Para aqueles amigos que estão prestes a se aposentar sempre aconselho a se prepararem financeiramente e a não dependerem exclusivamente de gratificações, horas extras, e afins. É importante colocar as finanças em dia e se planejar para desfrutar da aposentadoria com tranquilidade.

## JOAQUIM FONSECA MELO

Me chamo **Joaquim Fonseca Melo**, nasci em Buritis-MG e mudei para Brasília em 1968. Em 1978 entrei para a Câmara dos Deputados por meio de concurso público.

Durante minha trajetória na Casa trabalhei nos setores de Transportes e no Gabinete do Presidente, e me aposentei em 2011.

Após aposentar-me descobri um mundo de possibilidades que antes não tinha tempo para explorar. Viajar tornou-se uma das minhas maiores paixões. No Brasil, percorri praticamente todos os estados,

desde as praias paradisíacas do Nordeste até as paisagens deslumbrantes do Sul. Além disso, também tive a oportunidade de explorar nossos países vizinhos. Encantei-me com Buenos Aires, Uruguai e Paraguai, lugares lindos e maravilhosos. Além das viagens, dediquei parte do meu tempo à minha chácara em Buritis. A pesca também se tornou uma atividade frequente, onde posso relaxar e desfrutar da tranquilidade do ambiente. Para os amigos aposentados sempre enfatizo a importância de aproveitar essa fase da vida ao máximo. A aposentadoria não deve ser



vista como o fim de uma jornada, mas sim como o início de uma nova etapa.

Sobre a gestão da ASA-CD, tenho apenas elogios a fazer. Maria Elisa é uma líder excepcional, sempre preocupada com o bem-estar de todos os colaboradores e com o bom funcionamento da instituição.

Meu nome é **Márcia Maria Amorim dos Santos Alves Andrade**, nasci na cidade de Sataba-AL. Em 1979 iniciei minha carreira na Câmara dos Deputados.

Na Casa, atuei na CAP do Anexo 4 e, depois, na Primeira e Segunda Secretaria. Depois de um tempo decidi deixar Brasília para explorar outros lugares. Morei na

Bahia por um tempo e depois voltei para a capital. Também conheci João Pessoa, Alagoas, Porto Alegre, Portugal, Espanha, Paris e outros lugares fascinantes.

Quando me perguntam se sinto falta do meu trabalho na Câmara dos Deputados eu respondo que sim, mas foi um ciclo encerrado com muita gratidão. Depois de tantos anos trabalhando



duro, era hora de me aposentar e aproveitar a vida maravilhosa que construí para mim mesma.

A atual gestão da ASA-CD é maravilhosa, me sinto muito acolhida e respeitada.

## MARLENE FERNANDES DIAS



Meu nome é **Marlene Fernandes Dias**, nascida no Maranhão-MA e residente em Brasília desde 1980. No ano seguinte à minha mudança iniciei minha carreira na Câmara dos Deputados, através de concurso público. Sou bacharel em Direito pela UDF, porém nunca exerci a profissão.

Durante minha trajetória na Câmara trabalhei em várias lideranças, no CAENGE e no DEFIN, aposentando-me em 2011. Mesmo após a aposentadoria mantive um estilo de vida ativo, continuando a praticar exercícios físicos e dedicando-me a viagens, tendo conhecido lugares como Alasca, Suécia, Paris, Espanha, Portugal, Omã, Egito, Estados Unidos, entre outros. Acredito firmemente que as experiências vividas são nossos maiores tesouros.

Aos meus colegas aposentados recomendo que aproveitem a vida ao máximo: viajem, cultivem amizades, cuidem da saúde

física e mental, e consultem regularmente um médico. É essencial manter a mente em sintonia com o corpo, pois é com a nossa saúde que conquistamos alegrias e experiências.

Quanto à atual gestão da ASA-CD, considero-a excelente, dinâmica e proativa. Maria Elisa, a presidente, é extremamente capacitada e tem implementado diversas iniciativas em benefício dos associados, o que é louvável, são diversas ações que nos possibilitam trabalhar nossa mobilidade e cognição.



Meu nome é **Zilda Rodrigues da Costa** e sou natural de Poços-GO. Cheguei a Brasília em 1970 e iniciei minha trajetória na Câmara dos Deputados em 1974, local pelo qual dedicou muito apreço e carinho. Câmara dos Deputados é como se fosse a minha segunda casa.

Durante minha minha

vida profissional, desempenhei funções na CAP e na Administração dos Edifícios, até minha aposentadoria em 1997. Posteriormente, abri uma lanchonete, mas após um tempo decidi encerrar essa atividade e focar em outras áreas. Atualmente dedico-me ao cuidado da minha casa e ao cultivo de minhas plantas. Além disso, pratico musculação e faço caminhadas.

Embora minhas viagens tenham sido relativamente poucas, costumo visitar minha fazenda, localizada em minha cidade natal. Embora não me envolva em trabalhos artesanais, tenho grande apreço pela jardinagem.

Para meus colegas aposentados aconselho que não fiquem parados e mantenham o cuidado com o corpo, além de manter uma alimentação saudável, pois sem a nossa saúde não temos com o desfrutar em sua totalidade dos benesses que a vida nos dá.

A atual gestão da ASA-CD é extremamente atenciosa. A Presidente, Elisa, demonstra grande preocupação com os aposentados e pensionistas, sempre propondo iniciativas que nos incentivem a sair de casa e nos mantenham ativos.

## OTÁVIO DE OLIVEIRA JÚNIOR

Me chamo **Otávio de Oliveira Júnior**, natural de São Lourenço-MG, e mudei para Brasília em 1975. Sou formado em Jornalismo e ingressei na Câmara dos Deputados em 1977, através de concurso público. Na Casa trabalhei exclusivamente nas Lideranças do PFL e PP até me aposentar em 2011. Desde então me dedico ao meu negócio de açaí. Minha jornada na Câmara dos Deputados foi marcada por anos de dedicação ao Serviço Público. Ingressei no cenário político em 1977, período em que o Brasil vivia tempos desafiadores. Ao longo dos anos vi muitas mudanças e participei de debates e proje-

tos importantes para o país. Após minha aposentadoria decidi empreender no ramo do açaí, uma fruta que sempre apreciei e vi como potencial de negócio. A loja se tornou não apenas um empreendimento, mas também um ponto de encontro para a comunidade local.

Sou um viajante assíduo, especialmente ao Rio de Janeiro, onde passo os *réveillons* por ter família lá. Também já visitei a Argentina, embora minhas atividades principais estejam concentradas na minha loja de açaí. Minhas viagens frequentes ao Rio de Janeiro são uma parte importante da minha vida. Lá encontro familiares e amigos, além



de aproveitar as praias e a cultura vibrante da cidade.

Aos amigos que também chegaram à aposentadoria sempre recomendo que aproveitem cada momento. Quanto à gestão atual da ASA-CD, estou muito satisfeito com o comprometimento com os associados. Maria Elisa, minha amiga de longa data, está à frente da entidade com excelência.

NINFA GEREP

Meu nome é **Ninfa Gerep** e cheguei a Brasília em 1965, ansiosa por começar minha carreira como servidora na Câmara dos Deputados. Além de dedicar-me ao serviço público, sou uma escritora renomada, e tive a oportunidade de publicar meu livro intitulado “Sinais Proféticos em Israel”.

O livro narra a história do povo judeu desde os tempos antigos com



Abraão até as profecias de restauração. Destaca os momentos de exílio, sofrimento e adversidade enfrentados pelo povo judeu, mas também compartilha histórias de intervenções sobrenaturais e superação. Mostra a resiliência dos judeus diante dos desafios, convidando os leitores para uma jornada fascinante através das páginas que detalhadamente descrevem essas histórias que moldaram a nação judaica ao longo dos séculos.

Para mim, “Sinais Proféticos em Israel” é uma obra monumental, na qual compartilho meu conhecimento e minha paixão pela história judaica. É um privilégio trazer à tona os



detalhes fascinantes dessa jornada e compartilhar as perspectivas que descobri ao longo do caminho. Espero que, ao ler minhas palavras, você encontre inspiração e uma compreensão mais profunda dos desafios e triunfos que moldaram o povo judeu.

ISABEL CRISTINA DA SILVA



Me chamo **Isabel Cristina da Silva** e nasci em Botafogo-RJ. Sou formada em Letras Português/Inglês. Em 1980 me mudei para Brasília, onde moro atualmente.

Sou pensionista. Meu marido, Fernando da Silva, era servidor efetivo da Câmara dos Deputados

e trabalhava na Administração da Casa, atuando como assessor parlamentar de Deputados. Infelizmente, ele faleceu em 2000, o que foi um período muito difícil para mim.

Em 2016 decidi retornar para a chácara da família, que estava arrendada. Ao perceber o potencial daquela terra decidi empreender e comecei a produzir alimentos orgânicos, sem o uso de agrotóxicos ou insumos químicos.

Cultivo hortaliças, verduras, maracujá pérola do cerrado, pitaya, banana, entre outras frutas e legumes. Distribuo esses produtos para

pequenos agricultores, feiras e também para consumidores finais por meio de venda de cestas.

Minha ação social é um legado que desejo deixar para as próximas gerações, contribuindo para um mundo mais saudável e sustentável.

“Recanto do Vale” Cuidando da sua saúde, frutas e verduras orgânicas direto do produtor para a sua mesa.





Meu nome é **Joel Faria de Abreu** e sou natural de Muzambinho-MG. No ano de 1968 decidi iniciar uma nova jornada em Brasília. Foi em 1973 que ingressei no renomado Centro de Ensino Unificado de Brasília (CEUB) para aprimorar meus conhecimentos em Matemática.

Tive a honra de lecionar no Colégio Estadual Pro-

fessor Salatiel de Almeida, localizado em minha cidade natal, Muzambinho. Além disso, fiz parte do corpo docente da Fundação Educacional do Distrito Federal (FEDF) Secretaria de Educação e do Colégio Militar de Brasília. Obtive a oportunidade de ingressar na ilustre Câmara dos Deputados, onde servi com dedicação até a aposentadoria.

Após o encerramento de minha carreira como servidor público decidi direcionar minha energia criativa para a escrita, com enfoque especial na Matemática. Durante esse período tive a alegria de produzir diversas obras literárias que buscavam despertar o fascínio e

o encanto pelos números. Uma dessas obras foi o livro intitulado “O Zangão que gosta de Matemática”.

Nessa obra, por meio de uma envolvente e lúdica historinha, conduzo os leitores a uma jornada mágica pelo mundo maravilhoso da Matemática. Através da arte da escrita, a expressão criativa presente na Literatura Infantil ganha vida, permitindo que as crianças descubram o prazer de desbravar esse universo repleto de possibilidades e desafios.



## ALVARINA PEREIRA

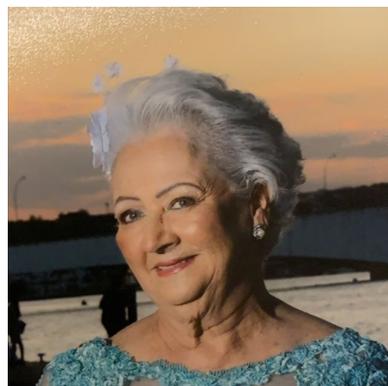
Meu nome é **Alvarina Pereira**. Cursei Psicologia no CEUB e prestei concurso para a Câmara dos Deputados. Fui aprovada e tomei posse. Fui lotada no Centro de Documentação e Informação (CEDI), onde fui designada para continuar um trabalho na CAP. Depois, atuei no Departamento de Comissões, na Comissão de Defesa

Nacional e na Comissão de Relações Exteriores. Também assumi a Secretaria da Primeira Vice-Presidência.

Logo após se iniciou a Constituinte, quando trabalhei como nunca havia trabalhado, mas me orgulho de ter participado integralmente. Anos mais tarde, aposentei-me.

Depois de aposentada dediquei-me a cuidar de mim e da minha família, e busquei aprender coisas novas. Descobri o ponto-cruz, pelo qual sou encantada. O ponto-cruz, ou ponto de cruz, é uma forma popular de bordado em fios contados na qual os pontos têm formato de “X”.

Contamos as linhas da



trama do tecido que deve ter a trama uniforme (como o tecido de linho) em cada direção, de modo que os pontos fiquem de tamanho e aparência uniformes. Essa forma de ponto-cruz é também chamada “ponto-cruz contado”, a fim de distingui-la de outras formas de ponto-cruz.





À medida que envelhecemos é essencial cuidar da nossa saúde de forma abrangente, considerando as necessidades específicas de cada fase da vida. Entre os profissionais de saúde que desempenham um papel crucial na promoção do bem-estar dos idosos, o endocrinologista se destaca. Nesta matéria, falaremos sobre a importância dos idosos frequentarem o endocrinologista e como essa prática pode contribuir significativamente para uma vida saudável com longevidade.

**Por que os Idosos Devem Procurar um Endocrinologista:**

*1. As doenças crônicas:* Muitos idosos lidam com condições endócrinas crônicas, como diabetes, doenças da tireoide e osteoporose. O acompanha-

mento regular com um endocrinologista pode auxiliar na gestão eficaz dessas condições, ajudando a evitar complicações e melhorar a qualidade de vida.

*2. Avaliação da função hormonal:* Com o envelhecimento, o corpo passa por mudanças hormonais significativas, o que pode afetar diversos aspectos da saúde, incluindo o metabolismo, a função da tireoide e a densidade óssea. Um endocrinologista pode realizar uma avaliação abrangente da função hormonal e recomendar intervenções adequadas, se necessário.

*3. Prevenção de Complicações:* A detecção precoce de problemas endócrinos é fundamental para prevenir complicações graves. Por exemplo, no caso do diabetes, o controle adequado dos níveis de glicose no sangue pode ajudar a evitar complicações cardiovasculares, neuropatias, danos nos rins e também a cegueira.

*4. Orientação sobre estilo de vida saudável:* Além do tratamento de condi-

ções médicas específicas, os endocrinologistas também oferecem orientações sobre estilo de vida saudável, incluindo dieta equilibrada, exercícios físicos e estratégias para gerenciar o estresse, sugerindo a orientação de um nutricionista. Essas medidas são essenciais para promover o envelhecimento saudável e prevenir doenças relacionadas à idade. A saúde dos idosos requer uma abordagem multidisciplinar e personalizada, e a consulta regular a um endocrinologista desempenha um papel fundamental nesse processo. Ao buscar atenção especializada, os idosos podem receber o diagnóstico precoce e o tratamento adequado para condições endócrinas, além de receber orientações para promover um envelhecimento saudável e ativo. Investir na saúde hormonal é investir em qualidade de vida e bem-estar com longevidade.

PRESIDENTE DA ASA-CD PARTICIPA DE REUNIÃO DA FRENTE PARLAMENTAR EM DEFESA DOS APOSENTADOS E PENSIONISTAS



VOCÊ PODE ASSISTIR AO EVENTO ATRAVÉS DO SEGUINTE LINK: [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=0ZG5V8ECE8&T=37145](https://www.youtube.com/watch?v=0ZG5V8ECE8&T=37145).

Em uma demonstração de compromisso e dedicação aos direitos dos aposentados e pensionistas, a Sra. Maria Elisa, presidente da Associação dos Servidores Aposentados e Pensionistas da Câmara dos Deputados (ASACD), participou ativamente compondo a mesa da Reunião da Frente Parlamentar em Defesa dos Aposentados e Pensionistas, realizada dia, 17 de abril de 2024, no Auditório Freitas Nobre.

A reunião contou com a presença de diversas autoridades e representantes de entidades de classe, sob a presidência o Deputado Federal Cléber Verde e figuras notáveis como Eduardo Moreira, Marlene Cambraia do SindiReceita, Mauro Silva, presidente do Unafisco Nacional, entre outros.

Este encontro teve como principal objetivo discutir e promover avanços nas políticas e

medidas que visam a melhorar a qualidade de vida dos aposentados e pensionistas em todo o país. Durante a reunião foram abordados temas cruciais para o segmento, envolvendo desde a revisão da legislação até iniciativas para a sustentabilidade dos fundos de pensão.

Maria Elisa, representando a ASACD, destacou-se por sua postura firme na defesa dos interesses dos associados, reforçando a importância da união e da luta contínua por condições mais justas e dignas para os aposentados e pensionistas.

O evento também serviu como uma plataforma para reforçar a rede de apoio entre as diversas entidades representativas, criando um diálogo mais forte e efetivo com os legisladores. A união dessas vozes amplia a pressão necessária para mudanças legislativas que se refletem dire-

tamente na vida dos aposentados e pensionistas.

A ASACD continua na defesa dos direitos dos seus associados, mostrando que o engajamento e a participação ativa em eventos como este são essenciais para o progresso e o reconhecimento das necessidades dessa parcela significativa da população.

Espera-se que as discussões iniciadas nesta reunião se transformem em ações concretas que promovam não apenas a melhoria da qualidade de vida dos aposentados e pensionistas, mas também assegurem a sustentabilidade e a justiça dos sistemas de apoio a longo prazo. Com eventos como este fica clara a importância de uma advocacia contínua e especializada em favor dos direitos dos mais velhos em nossa sociedade.

# DICA DE VIAGEM

## ANDRADAS-MG



Andradas, uma joia escondida nas montanhas de Minas Gerais, oferece uma experiência encantadora para viajantes de todas as idades. Para as pessoas que buscam tranquilidade, beleza natural e cultura local, este destino é perfeito. Descubra neste guia algumas dicas para aproveitar ao máximo sua viagem a Andradas.

**1. Conheça a rota do vinho:** Andradas é conhecida

como a “Terra do Vinho”, e uma visita à Rota do Vinho é imperdível. Os visitantes podem desfrutar de passeios relaxantes pelas vinícolas locais, aprender sobre o processo de produção de vinho e degustar os melhores rótulos da região. A Vinícola Casa Geraldo é uma das mais famosas e oferece visitas guiadas com belas paisagens e vinhos premiados.

**2. Relaxe nas águas termais:** Para aqueles que buscam relaxamento e bem-estar, as águas termais de Andradas são o lugar ideal. No Balneário Municipal, as pessoas podem desfrutar de banhos terapêuticos em piscinas com águas medicinais,

conhecidas por seus benefícios para a saúde, especialmente para problemas reumáticos e articulares.

**3. Explore a Natureza:** Andradas é abençoada com uma paisagem deslumbrante, e todos podem explorar sua natureza exuberante de maneira tranquila e acessível. O Parque das Águas é um ótimo lugar para caminhadas suaves, picnics e apreciação da fauna e flora locais. Para uma vista panorâmica da cidade, o Mirante do Morro do Cruzeiro oferece um espetáculo inesquecível, especialmente ao pôr do sol.

# VEM AI

## LENÇÓIS MARANHENSES

**Passagem aérea** voando la-tam com direito a uma mala de mão com até 10kg a bordo e uma mala despachada em porão com até 23kg;

**2 noites de hospedagem** com café da manhã em São Luís

**5 noite de hospedagem e** Barreirinhas;

**Traslados** aeroporto/ hotel/ aeroporto

**Traslados hotel** em São Luís para hotel em Barreirinhas

**City Tour** em São Luís

**Passeio** Rio Preguiça

**Passeio** Lagoa Azul

**Valor Total:** Valor por adulto em quarto duplo R\$ 5.880,00 (Pousada Barreirinhas House)

Valor por adulto em quarto duplo R\$ 6.610,00 (Pousada Vasto Horizonte)

10 vezes sem juros com Cartão de Crédito

Entrada + 9 vezes com Cartão de Crédito ou Boleto (sujeito à aprovação de crédito)

Taxas de embarque nacionais e internacionais devem ser pagas na primeira parcela (cartão ou boleto)



**Voo:** Saída dia - 11/8/2024 - 08h55 Brasília

Volta dia - 18/8/2024 - 16h15 São Luiz

Lembrando que temos apenas 5 vagas em quartos duplos para cada Hotel, corra e garanta logo a sua!

**2M Travel**  
**Mita Sames**  
**Telefone: (61) 98191-8871**

# POSSE DA NOVA DIRETORIA

MEMBROS DA DIRETORIA ELEITA E PRESENTES



Nova Diretoria toma posse e ratifica compromisso de continuar defendendo os direitos dos servidores aposentados e pensionistas da ASA-CD, bem como promover a melhora na qualidade de vida de quem faz parte da Associação.

No dia 1 de abril de 2024 a Associação dos Servidores Aposentados e Pensionistas da Câmara dos Deputados (ASA-CD) realizou a posse de sua nova diretoria, assumindo assim o compromisso de continuar representando e defendendo os interesses dos servidores aposentados e pensionistas com uma nova equipe à frente da Associação.

Durante a cerimônia de posse, Maria Elisa Siqueira de Oliveira, eleita como presidente da associação, enfatizou a importância do trabalho conjunto e da represen-

tatividade para garantir a efetiva defesa dos direitos previdenciários e sociais dos servidores que contribuíram por anos para o funcionamento do Legislativo brasileiro e continuar lutando para que não seja mais descontada a contribuição previdenciária.

“Assumimos esse compromisso e lutaremos com muita veemência. Nosso objetivo é garantir que os direitos e interesses dos servidores aposentados e pensionistas sejam preservados e que tenhamos uma atuação firme em busca de melhorias para essa parcela tão importante da nossa sociedade”, declarou Maria Elisa Siqueira de Oliveira.

A nova diretoria da ASA-CD já iniciou seus trabalhos e está aberta ao diálogo com os associados, buscando sempre a transparência e a participação

ativa de todos os envolvidos para alcançar os objetivos propostos.

Com uma gestão pautada na ética, na eficiência e na defesa dos direitos dos servidores, a ASA-CD segue firme em seu propósito de representar e defender os interesses dos aposentados e pensionistas da Câmara dos Deputados, contribuindo assim para uma sociedade mais justa e solidária.

Confira abaixo a composição da nova diretoria eleita em 14/4/2024:

## CHAPA: SOLIDARIEDADE E UNIÃO

CARGO	NOME
PRESIDENTE	MARIA ELISA SIQUEIRA DE OLIVEIRA
1º VICE-PRESIDENTE	MARIA DO AMPARO BEZERRA DA SILVA
2º VICE-PRESIDENTE	ABEGUAR MACHADO MASSERA
3º VICE-PRESIDENTE	ENILA BEATRIZ ESTEVES GOMES
1ª DIRETORA DE SECRETARIA	FRANCY LOURDES PEREIRA BORGES
2ª DIRETORA DE SECRETARIA	ÂNGELA DA CUNHA BARBOSA
3ª DIRETOR DE SECRETARIA	JOSÉ VIEIRA ALVES
1º DIRETOR FINANCEIRO	RÔMULO LIMA CÂMARA
2º DIRETOR FINANCEIRO	WALDELEI CASSEMIRO DA SILVA
3º DIRETOR FINANCEIRO	LUIZ ANTONIO BATISTA MACHADO
1º CONSELHEIRO FISCAL	ROBERTO DE MEDEIROS GUMARAES
2º CONSELHEIRO FISCAL	JOSÉ GOMES FERREIRA
3º CONSELHEIRO FISCAL	HEYDERNE JOSÉ PEREIRA COELHO
SUPLENTE	FRANCISCO DAS CHAGAS SOUSA FILHO
SUPLENTE	MAGNÓLIA MARIA DE FIGUEIREDO VICENTE
SUPLENTE	IVANI DOS SANTOS



O Programa de Valori-zação do Servidor (Pró-Ser), promoveu o 1o evento Programa de Preparação para a Aposentadoria (PROA) de 2024. Este evento consistiu em um bate-papo envolvente com servidores que já se encontram aposentados, proporcionando uma plataforma de troca de experiências valiosas. A Associação dos Servidores Aposentados e Pensionistas da Câmara dos Deputados (ASACD) foi convidada, como sempre a participar, e a Presidente, Maria Elisa liderou o painel, levando aos presentes uma riqueza de conhecimentos e experiências. Ela foi acompanhada por Abeguar Machado, 2.º Vice-Presidente, e José Vieira Alves, 3.º Diretor de Secretaria, ambos trazendo perspectivas únicas sobre

a transição para a aposentadoria e a vida pós-carreira. Durante sua fala, Maria Elisa destacou as inovadoras ações implementadas pela Associação para promover um contato mais estreito e efetivo com seus associados. Uma das iniciativas de destaque é o programa “A ASA VAI ATÉ VOCÊ”, que envolve visitas aos associados para fortalecer laços e oferecer suporte personalizado. Além disso, a ASACD tem promovido encontros mensais conhecidos como “Prosa na ASA”, e o tradicional baile anual em celebração ao aniversário de fundação da Associação. Maria Elisa também mencionou os novos programas focados na saúde dos associados, como o “ASA Saúde” e “ASA Idiomas”. Os temas discutidos abordaram diversas áreas, desde

o planejamento financeiro e emocional necessário para a aposentadoria até as oportunidades de voluntariado e engajamento em novas atividades que podem enriquecer ainda mais essa nova etapa da vida. Este bate-papo não só forneceu orientações práticas para os futuros aposentados, mas também fortaleceu o senso de comunidade entre os servidores, reafirmando o compromisso do Pró-Ser em apoiar seus membros em todos os momentos de sua jornada profissional. O sucesso do evento reflete o espírito de camaradagem e apoio que caracteriza a atuação do Pró-Ser, consolidando ainda mais sua importância como recurso vital para o bem-estar dos servidores da Casa, tanto ativos quanto aposentados.

# FOTOS PROSA NO ESPAÇO AROEIRA

Voz Ativa, abril 2024



## ASA INGLÊS



Professor João

*Speaking English is the key to a world of possibilities! Learning the English language opens doors such as the ability to travel and explore the world without communication barriers. So come and be part of the ASA-CD English project and*

*broaden your horizons. Let's study English with ASA-CD.*

Turmas:

1 - com algum conhecimento: segunda às 15h

2 - com bom conhecimento: quarta às 18h

**Abriremos novas turmas para iniciantes**

Informações pelo nosso  
WhatsApp (61)99111-2317.

**MATRICULE-SE!**

## ASA FRANCÊS



Professor Carlos

*Bonjour! J'es-père que vous allez bien. Venez rejoindre notre cours de français à l'ASACD. Cette expérience vous permettra d'entrer en contact avec des aspects culturels et linguistiques en français.*

Turmas: às segundas-feiras

1- com algum conhecimento às 9h

2 - com bom conhecimento às 20h

**Abriremos novas turmas para iniciantes.**

Informações pelo nosso  
WhatsApp (61)99111-2317.

**MATRICULE-SE!**

## ASA ESPANHOL



Professor Juan Carlos

*¡Hola! ¿Qué tal? Eu sou Juan, professor de espanhol nativo da ASA, gostaria de convidar vocês para estudar espanhol comigo próximo semestre. ¿Vamos estudiar?*

Turmas:

às quintas-feiras

1 - iniciantes: às 9h

**Abriremos novas turmas para iniciantes.**

Informações pelo nosso  
WhatsApp (61)99111-2317.

**MATRICULE-SE!**

## ASA ITALIANO



Professora Thaís

*Andiamo a imparare l'idioma più bello del mondo: l'italiano!*

*L'italiano è la lingua dell'amore, dell'arte, della buona cucina, dell'opera!*

*Conoscere un novo idioma è un'opportunità di vivere il mondo straordinario di storia, paesaggi e sapori dell'Italia.*

*Vieni con me! Ti presento il meglio dell'Italia!*

Turmas: às quintas-feiras

1 - iniciantes: às 10h30  
2 - com algum conhecimento: às 11h30

**Abriremos novas turmas para iniciantes.**

Informações pelo nosso  
WhatsApp (61)99111-2317.

**MATRICULE-SE!**

# ASA GOURMET

A Presidente, preocupada em distrair os associados, abriu um espaço de culinária fácil de fazer

## SALMÃO DA AIRFRYER



### INGREDIENTES

- 500 gr de salmão
- limão
- 1 pitada de sal
- 1 cebola
- orégano se desejar

### MODO DE PREPARO

- Cortar em pedaços o salmão, temperar com o sal e colocar pingos de limão
- Colocar na Airfryer com a parte do couro para baixo e sobre eles rodela de cebola
- Por 15 minutos a 190 graus
- Uma delícia com salada ou arroz
- hummm

## 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 e ir acrescentando os ovos e ver como a massa fica
- Por último 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
- Delícia com café ou chá

## DICA DE CASA

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

### COLOCAR UM POUCO DE ÁGUA NA MANTEIGA PARA AMOLECER

Quando a manteiga está na geladeira ela fica dura, o que pode dificultar espalhá-la.

Uma dica simples é



adicionar um pouco de água potável em temperatura ambiente em cima da manteiga e deixar por alguns segundos e retirar a água. Isso ajuda a amolecê-la sem derretê-la completamente. Sua manteiga estará mais maleável e pronta para usar. Esperro que vocês tenham gostado dessa dica!

### CONGELAR VERDURAS EM NATURA PARA EVITAR O DESPERDÍCIO

Congelar vegetais frescos é uma excelente maneira de evitar o desperdício e garantir que você tenha ingredientes saudáveis



à mão quando precisar. Muitas vezes compramos mais verduras do que podemos consumir antes que elas comecem a estragar. Congelá-las é uma solução simples e eficaz. Você pode adicionar esses vegetais congelados a sopas, refogados, saladas e outros pratos sem perder muito sabor ou valor nutricional. Congelar vegetais frescos é uma maneira inteligente de prolongar sua vida útil e manter uma alimentação saudável.

# ASA AÇÕES

## CORAL DA ASA

O Coral da ASA transmite a alma e a história dos nossos associados.

Foi lançado no dia 19/10/2022 sob a regência do Maestro Renato Pedro. Por meio do coral pode-se desenvolver memória, melhorar o pensamento e ainda favorecer a cir-



culação, a respiração e a interação social. Aulas às quartas-feiras das 14h30 às 16h, na Igreja Metodista na 610 sul.

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

## DANÇA DE SALÃO

Conforme diz a professora de dança, Esmeralda: “a dança é uma atividade que traz muitos benefícios para os associados, tais como melhorar a flexibilidade, a coordenação motora, a força muscular e a postura.”

Para a Presidente da ASA-CD, Maria Elisa, a dança é uma atividade acessível e



adaptável para todas as idades.

Aulas as quintas-feiras das 15h30 às 17h, na ASA-CD.

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

## ASA ARTESANATO



As aulas de artesanato acontecem todas as terças na ASACD às 15h e reúne artesãs talentosas e dedicadas para uma jornada de criação e aprendi-

zado, resultando em belíssimos trabalhos.

Temos confecção de bijuterias, crochê e ponto cruz.

A energia criativa no ambiente é visível, e cada participante traz consigo suas ideias e habilidades para dar vida a peças verdadeiramente encantadoras.

Um lanche cuidadosamente preparado é oferecido, permitin-

do que todos compartilhem experiências, conversas animadas e risadas, fortalecendo os laços entre os membros da nossa comunidade de artesãs. Aguardamos você!!!



## CLUBE DO LIVRO

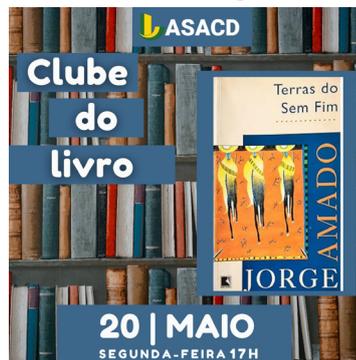


Os Associados da ASA-CD se reuniram na Praliné Confeitaria Suíça para discutir sobre o livro “Torto Arado” de Itamar Vieira Junior.

Entre xícaras de café e suspiros, mergulharam nas páginas que retratam a vida no sertão brasileiro com profundidade e sensibilidade. Opiniões divergentes surgiram sobre os destinos entrelaçados das irmãs Bibiana e Belonísia, enquanto a trama os conduzia por caminhos de injustiça e redenção. No final, a certeza permaneceu: a literatura tem o poder de unir e transformar vidas. Certo que o livro “Torto Arado” não é apenas uma obra literária, mas um espelho que reflete e questiona as nuances

da vida e da cultura brasileira.

O livro escolhido para o próximo encontro é “Terra do Sem Fim” de Jorge Amado.



## CINE ASACD



O Cine ASA-CD contou com a presença da Presidente Maria Elisa e a associada Sônia Silvestre para assistirem ao filme “O Sabor da Vida”.

Ambientado em 1885, O Sabor da Vida acompanha a vida profissional de Eugenie

(Juliette Binoche), uma conceituada cozinheira, e sua relação com Dodin (Benoît Magimel) com quem trabalha há 20 anos. Cada vez mais apaixonados um pelo outro, seu vínculo se transforma em um romance e dá origem a pratos deliciosos que impressionam até mesmo os chefs mais conceituados do mundo. Eugenie, que sempre priorizou por sua liberdade, não pensa em se casar, então quando Dodin se depara com a relutância de Eugenie em se comprometer com ele, o cozinheiro decide começar a fazer algo que nunca fez antes: cozinhar para ela. Ao

final do encontro foram lanchar e conversar sobre o filme.



**Cine é Cultura,  
Asa te leva a essa magia  
Em boa companhia!**

## 14ª COPA LEGIS

As inscrições para a Copa Sindilegis 2024 estão a todo vapor, mas as vagas estão se esgotando rapidamente. Não perca tempo se ainda não se inscreveu e deseja participar do evento! Foram disponibilizados 450 espaços para servidores e suas famílias. As inscrições permanecerão abertas até 2 de agosto, ou enquanto

houver vagas disponíveis. A 14ª edição da Copa Sindilegis e 3º Sarau será realizada de 21 a 25 de agosto, na paradisíaca João Pessoa, capital da Paraíba. Prepare-se para dias de muita integração, confraternização e competições emocionantes em diversas modalidades esportivas. Não fique de fora!



**INFORMAÇÕES  
SINDILEGIS  
Telefone: (61) 3214-7300**

# ASA SOLIDÁRIA



Sorteio



Sulian Guerra

A Asa Solidária teve início no mês de abril de 2020, com a chegada da Covid-19 e em consequência do isolamento social e de 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.

Em mais um mês consecutivo será realizada a doação de cestas básicas, **graças a sua ajuda.**

A ASA agradece aos que participaram e participam desse momento de solidariedade há mais de três anos. E lembrem-se: **FAZER O BEM FAZ BEM!!!**

Doe: Seu pouco é o muito de alguém.

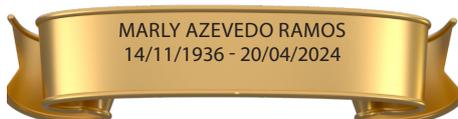


## MEDALHA IN MEMORIAM

Nossa homenagem àqueles que trabalharam com muito afincamento e dedicação na Câmara dos Deputados e que já não estão presentes

aqui. A eles o nosso muito obrigado pelo apoio, carinho, respeito e por terem feito parte da família ASA-CD. Sempre serão lem-

brados pelo que fizeram em prol do Serviço Público, do cidadão brasileiro e da Câmara dos Deputados.



## ANIVERSARIANTES DE JUNHO

1 - Edilene Ferreira dos Santos, Irenice Leite, Jayme Antonio de Souza Junior. 2 - Alciria Galdino Caputo, Aulicidina Pereira Vasconcelos, Benedito Victor 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, Artenor Luiz Bosio, Jaira Santos de Vasconcelos, Sebastião Rodrigues Lima. 5 - Antônia Motta Castro Memória, 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 Moraes de Magalhães, Mario Alves Batista. 9 - Francisca Leal Cid Loureiro, Ireni Rodrigues Tejo. 10 - Aida Fernandes da Silveira Caldas, Antônia Santiago Seixas, Suraija Abdulmassih Khoury, Tamar Bernardes Junqueira. 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 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, 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 - Cibele de Fátima Moraes Rocha, Elenir Domingues de Araújo Ferreira, José Pereira Caputo, Luiz Gonzaga Malveira, Narcisa Clementina Rocha, 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. 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 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. 26 - Mabir Santos, Regina Stella Studart Quintas. 27 - Benedicto Geraldo Cavalcante de Vasconcelos, 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, Piera Paola Gagnor, Vina Rodrigues Pratini.