



REVISTA

VOZ ATIVA

Fundada em 5 de novembro de 1991

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

Ano 31, n.º 373

Brasília - DF

Maio 2025

MAIO

PAPA LEÃO XIV



Em 8 de maio de 2025, o Colégio dos Cardeais elegeu o cardeal norte-americano Robert Francis Prevost como o 267.º Papa da Igreja Católica, que adotou o nome de Leão XIV. A eleição ocorreu após quatro escrutínios durante o conclave iniciado em 7 de maio, sucedendo o Papa Francisco, falecido em 21 de abril do mesmo ano.

Nascido em Chicago em 14 de setembro de 1955, Leão XIV é o primeiro pontífice originário dos Estados Unidos e também possui cidadania peruana desde 2015. Membro da Ordem de Santo Agostinho, atuou como missionário no Peru por mais de uma década e foi bispo de Chiclayo. Em 2023, foi nomeado prefeito do Dicasterio para os Bispos, posição que ocupava até sua eleição ao papado.

A cerimônia de entronização ocorreu em 18 de maio de 2025, na Praça de São Pedro, reunindo cerca de 200 mil fiéis e delegações de 150 países. Durante a homilia, Leão XIV enfatizou a necessidade de unidade e reconciliação tanto dentro da Igreja quanto no mundo, destacando a importância de superar o ódio, a violência e os preconceitos.

O novo pontífice adotou o lema “In Illo Uno Unum” (“No único Cristo, somos um”), refletindo sua espiritualidade agostiniana e compromisso com a unidade e a caridade. Seu brasão de armas mantém os símbolos utilizados durante seu episcopado, incluindo uma flor-de-lis representando a Virgem Maria e um coração transpassado por uma flecha sobre um livro, simbolizando a Palavra de Deus.

Leão XIV expressou apoio ao processo sinodal iniciado por seu antecessor, promovendo maior participação de leigos e mulheres na vida da Igreja. Em suas primeiras atividades diplomáticas, encontrou-se com líderes como o presidente ucraniano Volodimir Zelenski e a presidente peruana Dina Boluarte, demonstrando intenção de manter uma diplomacia ativa.

Com 69 anos, espera-se que seu pontificado seja marcado por um estilo pastoral humilde e dialogante, buscando continuidade com as reformas de Francisco e promovendo a paz e a justiça em um mundo marcado por desafios sociais e espirituais.

SUMÁRIO

Editorial, p. 2
A ASA Vai até Você, p. 3 - 4
Fique Por Dentro de Tudo, p. 4
Homenagem in Memoriam, p. 5
Associado Candango, p. 6 - 7

Fala, Associado, p. 8 - 9
ASA com Arte, p. 10 - 11
Fotos Prosa, p. 12 - 13
Direito e Justiça, p. 14
Lista de ILPI, p. 14

Dica de Viagem, p. 15
ASA Dica de Saúde, p. 16
ASA Cursos, p. 17
ASA Gourmet, p. 18
Dica de Casa, p. 18
Ações da ASA-CD, p. 19 - 20

ASA Solidária, p. 21
Agradecimento, 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

Conselho Fiscal

Roberto de Medeiros Guimarães

José Gomes Ferreira

Suplentes

Francisco das Chagas Sousa Filho

Magnólia Maria de Figueiredo Vicente

Ivani dos Santos

VOZ ATIVA

Jornalista Responsável

Manoel Damasceno (Mtb 0519/DF)

Revisor

Paulo Luiz Bastos Serejo

Redação

Beatriz Nóbrega de Carvalho Pellicano

Diagramação

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

Colaboradores

Beatriz Nóbrega de Carvalho Pellicano

Clécia Cristina dos Santos do Nascimento

Ingrid Torres Alves

Jaqueline Maria dos Santos

Leiliane Cesar Silva

Maria Clarice Maia do Nascimento

Romulo Andrey Chaul Cardoso Gonçalves

E-mail para contato:

secretaria@asacd.org.br

Horário de atendimento: das 9 às 18h

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

Tiragem: 1748 exemplares

TELEFONES ÚTEIS

Ascade (61) 3226-4503/3322-0071

Câmara dos Deputados (61) 3216-0000

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

Centro de Informática/CD (61) 3216-3636

Consulegis (61) 3214-7342

Clubs (61) 3223-7705

Coordenação Inativos e Pensionistas (61) 3216-7251

Diretoria-Geral (61) 3216-2002

Marcação de Consultas/CD (61) 3216-7999

Odontolegis (61) 3214-7339

Pagamento de Pessoal/CD (61) 3216-7394

Pró-Saúde/CD (61) 3216-7968/3216-7976

Sindilegis (61) 3214-7300

UTI Móvel On Life 0800 642 1202

NOSSA MENSAGEM



Maria Elisa Siqueira de Oliveira
Presidente

EDITORIAL

Meus caros associados e amigos, como estão? Espero que bem e cumprindo aquelas regrinhas que falo sempre, as quais são: 1 – tomar no mínimo dois litros de água por dia; 2 – fazer exercícios no mínimo três vezes por semana; 3 – uma alimentação saudável evitando açúcares, carboidratos e refrigerantes; 4 – tomar sol diariamente antes das 11 horas; e 5 – usar protetor solar e creme no corpo todo, incluindo mãos e rosto e uma boa noite de sono. O Mês das Mães é um tempo especial de reconhecimento e celebração. É a oportunidade de homenagear aquelas que representam o amor incondicional, a dedicação diária e a força que sustenta famílias e comunidades. Ser mãe é viver a doação em sua forma mais pura, é ser consolo na dor, alegria nas conquistas e esperança no recomeço. Ao longo de todo este mês, somos convidados a refletir sobre a im-

portância da maternidade em nossas vidas e na construção de uma sociedade mais humana. A ASA-CD valoriza e reconhece a grandeza de todas as mães – biológicas, adotivas, avós, cuidadoras – e deseja que cada associado, pensionista e familiar viva esse tempo com gratidão e carinho. Assim como nossas servidoras aposentadas entregaram-se ao serviço público com dedicação e compromisso, as mães constroem o futuro com paciência, coragem e amor. Que este Mês das Mães seja marcado por homenagens sinceras, encontros afetivos e lembranças que aquecem o coração. Que o exemplo materno inspire atitudes de compaixão, respeito e solidariedade no dia a dia. A ASA-CD deseja que o amor das mães continue sendo fonte de luz e inspiração para todos. Que Deus abençoe cada mãe com saúde, paz e muitas alegrias. Feliz Mês das Mães!

A ASA VIRTUAL VAI ATÉ VOCÊ

A Presidente da ASA-CD, a 1ª Vice-Presidente, Enila, a 3ª Vice-Presidente, e a funcionária Jaqueline visitam virtualmente os associados aniversariantes do mês



Maria Elisa



Enila Beatriz



Leila



Gustavo



Francisco



Nadia



Inez



Sigrid



Maria

Gustavo Volker Luedemann, dia 2, **Francisco das Chagas Souza Filho**, dia 4, **Nadia Lucia das Neves Raposo**, **Inez Rocha Mendlovitz**, dia 5, **Sigrid Tapajos Tavora** e **Maria Onofre dos Santos de Souza**, dia 6.

Gustavo chegou a Brasília em 1974, gosta de viajar, ler, escrever e desfrutar da companhia da família e dos amigos. **Francisco** chegou em 1974, gosta de viajar e tocar violão. **Nadia** chegou em 1976, gosta de viajar, jogar tênis e estar com amigos. **Inez** chegou em 1974, gosta de viajar, ir ao cinema e encontrar com amigos. **Sigrid** chegou em 1960, gosta de curtir os netos. **Maria** chegou em 1970, gosta de jogar baralho e viajar.

Raimunda da Silva Pereira, dia 7, **Helena da Silva Maia**, dia 12, **Marizete de Arruda Ferreira de Oliveira** e **Symira Palatinik**, **Isaura Costa Garcia**, dia 15, **Maria Sílvia Regadas de Moraes Valladares**, dia 16.

Raimunda chegou a Brasília em 1975, gosta de viajar e de estar com a família. **Helena** chegou em 1984, gosta de passear. **Marizete** chegou em 1987, gosta de correr e viajar. **Symira** chegou em 1960, gosta de viajar. **Isaura** chegou em 1965, gosta de viajar. **Maria** chegou em 1960, gosta de ler, ir ao cinema e se reunir com os amigos.



Raimunda



Helena



Marizete



Symira



Isaura



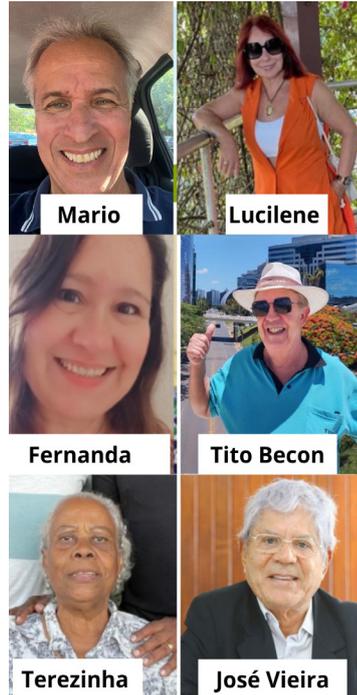
Maria Sílvia

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

Mário Drausio Oliveira de Azevedo Coutinho dia 20, **Lucilene Soares da Costa Albuquerque, Fernanda Costa Pinto de Brito Franco** dia 21, **Tito Becon** dia 23, **Terezinha Santana da Boa Morte** dia 25, **José Vieira Alves** dia 30.

Mário Drausio chegou em Brasília em 1974, gosta de viver a vida, praia, futebol, trilha de jeep e de estar com os netos. **Lucilene Soares** chegou em 1976, gosta de frequentar academia. **Fernanda costa** natural de Brasília, gosta muito de ler e desenvolver seu autoconhecimento e viajar. **Tito Becon** chegou em 1979, gosta muito de viajar, ouvir música, ler e escrever. **Terezinha** chegou em 1964, gosta de cozinhar e assistir tv. **José Vieira** chegou em 1957, gosta de dançar e advogar.



FIQUE POR DENTRO DE TUDO

ASACD
AÇÕES DA

ASA DEFESA E INTEGRAÇÃO

DEFESA dos interesses individuais e coletivos dos associados e INTEGRAÇÃO sociocultural.

ASA Saúde

Exercícios elaborados por uma fisioterapeuta e uma personal trainer com muita diversão para garantir a longevidade.

Baile

Em novembro realiza-se a celebração anual, aguardada por todos e repleta de música, dança e memórias inesquecíveis.

ASA Idiomas

ASA Inglês
ASA Francês
ASA Espanhol
ASA Italiano

ASA Viajantes

Viajar é bom e com os amigos é ainda melhor! Conheça lugares diferentes com os colegas, criando momentos inesquecíveis!

Clube do Livro

Reencontro bimestral com os amigos para discutir a obra literária escolhida.

Informativos

SITE
HOJE (eletrônico/diário/email)
ASA Classificados (eletrônico/semanal/email)
Voz Ativa (impresso/mensal)
Instagram (virtual/diário)

ASA Artesanato

Uma tarde maravilhosa para trabalhar a cognição e mobilidade para desfrutar dos talentos dos associados no artesanato.

Cine ASACD

Encontros com amigos para assistir aos filmes da temporada em exposição nos cinemas.

Imposto de Renda

Elaboração gratuita da declaração anual do Imposto de Renda de Pessoa Física para os associados.

Prosa na ASA

Encontro mensal com festas temáticas, diversas atrações, parabéns aos aniversariantes, homenagem, música e reencontro com os colegas.

ASA Coral

Oportunidade para expressar os dons que temos, unindo vozes em melodias encantadoras que fortalecem laços e celebram a música.

DANÇA DE SALÃO

Junte-se a nós para um encontro semanal de dança de salão com a Professora Esmeralda. Aperfeiçoe seus passos e divirta-se em um ambiente acolhedor e estimulante.

Tarde de jogos

Nossos associados têm a oportunidade de se encontrarem para uma animada tarde de jogos. É um momento de diversão e confraternização,



HOMENAGEM IN MEMORIAM

FRANCISCO PINHEIRO ROCHA

Neste mês, prestamos nossa homenagem ao Dr. Francisco Pinheiro Rocha, um ícone da medicina do Distrito Federal e um dos grandes nomes da saúde pública brasileira. Nasceu em Uiraúna, na Paraíba, Dr. Pinheiro deixa um legado que ultrapassa a prática médica: foi referência em dedicação, competência e amor à profissão.

Aos 95 anos, Dr. Pinheiro nos deixou no dia 29 de março. Sua atuação foi marcante — especialmente por ter conduzido a histórica cirurgia do ex-presidente Tancredo Neves, no Hospital de Base, consolidando a instituição como referên-

cia nacional em cirurgias de alta complexidade.

Como secretário de Saúde do DF (1964–1967), idealizou e implementou o Código Sanitário e foi responsável pela construção de hospitais essenciais, como o HRAS, o Hospital do Gama e o de Sobradinho — além de centros de saúde fundamentais para milhares de pessoas.

Mais do que um médico de excelência, foi um educador generoso e um ser humano admirável. Associado à ASACD, deixa uma marca profunda na formação de profissionais e na luta por uma saúde acessível e de qualidade para todos.



A presidente Maria Elisa, em nome de toda a diretoria da ASACD, lamenta imensamente a perda e manifesta solidariedade à família e aos amigos. Que sua memória continue a iluminar os caminhos da medicina no Brasil.

JURACY FEITOSA

Neste mês, prestamos nossa homenagem à Sra. **Juracy Feitosa**, uma das pioneiras da ASA e figura marcante na história da Câmara dos Deputados. Sua trajetória é símbolo de dedicação, pioneirismo e profundo compromisso com o serviço público e o bem coletivo.

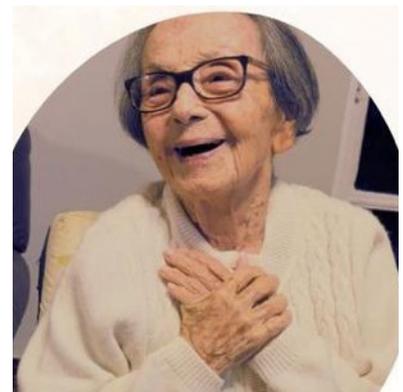
Com uma atuação firme e sensível, Juracy conquistou o respeito e a admiração de todos que tiveram o privilégio de trabalhar ao seu lado. Ao longo de sua carreira, contribuiu de maneira significativa para a construção de uma instituição mais humana e eficiente, deixando uma marca indelével nos corredores da Câmara.

Foi também professora

da Universidade de Brasília (UnB), onde exerceu com excelência seu papel de educadora, sendo amplamente respeitada e muito querida por seus colegas e alunos.

Na ASA, foi presença atuante desde os primeiros passos da associação, ajudando a construir os valores que hoje sustentam nossa missão. Sua participação foi essencial para fortalecer o espírito de união, acolhimento e solidariedade que nos orienta até hoje.

Mais do que uma servidora exemplar, Juracy Feitosa será sempre lembrada como uma pessoa boníssima — generosa, atenciosa e inspiradora. Sua leveza no trato e firmeza nos princípios



deixaram lições que permanecem vivas entre nós.

A presidente Maria Elisa, em nome de toda a diretoria da ASA, lamenta profundamente sua partida e expressa solidariedade à família, aos amigos e a todos que conviveram com ela. Que sua memória continue a nos guiar e inspirar nas jornadas futuras.

IRISMAR PIRES VIEIRA



Meu nome é **Irismar Pires Vieira**, natural de São Luís-MA. Em 1960, mudei-me para Brasília, onde, após formar-me em Direito, ingressei na Câmara dos Deputados em 1970, por meio de concurso público.

Durante meu longo período na Casa, desem-

penhei papéis cruciais em diversas áreas, incluindo o Patrimônio, a Segunda-Secretaria, a Terceira-Secretaria, e a Quarta-Secretaria, culminando na minha aposentadoria em 1990.

Ao longo dos anos, tive a oportunidade de conhecer lugares fascinantes, como a França com sua cultura refinada, a Inglaterra com sua rica história, a Suíça com suas paisagens deslumbrantes, e muitos outros países que enriqueceram minha bagagem cultural.

Contudo, meu verdadeiro refúgio e prazer estão na convivência com meus netos. Cuidar deles tornou-se meu passatempo mais querido, proporcionando-me momentos de

alegria e conexão familiar.

Aos amigos aposentados, compartilho um conselho sincero: a vida após o trabalho merece ser vivida com intensidade. Encorajo-os a explorar novos horizontes, a embarcar em viagens enriquecedoras e a descobrir as maravilhas que o mundo tem a oferecer.

Quero destacar o excelente trabalho da atual diretoria da ASA-CD, especialmente da presidente Maria Elisa, sempre atenta e participativa. Tenho muito orgulho em fazer parte desse grupo tão comprometido e acolhedor.

JAÍRA SANTOS DE VASCONCELOS

Meu nome é **Jaíra Santos de Vasconcelos**, nascida em Niterói-RJ. Em 1961, mudei-me para Brasília acompanhando meu pai, que assumia seu cargo na Câmara dos Deputados.

Sou formada em Ciências Econômicas pelo CEUB e iniciei minha trajetória profissional na Câmara dos Deputados em 1978, após ser aprovada em concurso público para o cargo de Agente Administrativo — incentivo direto de meu pai. Ao longo dos anos, continuei investindo na minha carreira, sendo aprovada em novos concursos para os cargos de Assistente Administrativo e, posteriormente, Analista Legislativo, função que desempenhei até minha aposentadoria.

Minha atuação sempre esteve voltada para a área administrativa, com passagens marcantes pela Coordenação de Comunicações, pelo Departamento de Administração

e, finalmente, pelo Departamento de Material e Patrimônio, onde encerrei minha jornada profissional em 2013.

Após a aposentadoria, decidi realizar um antigo desejo: conhecer o mundo. Visitei diversos países nos cinco continentes, vivenciando culturas únicas e colecionando memórias inesquecíveis. Entre tantas experiências, destaco minha última grande viagem pela Ásia, que incluiu Japão, China, Vietnã e Cingapura. Hoje, dedico meu tempo à leitura, minha grande paixão. Permaneci por dois anos além do necessário no trabalho por receio da aposentadoria, o que me levou a participar do curso de Preparação para a Aposentadoria. A experiência foi enriquecedora e me ajudou a perceber que há um mundo incrível fora do ambiente profissional. Nessas novas descobertas, conheci pessoas fascinantes e aprendi lições



valiosas. Por isso, incentivo a todos que se aproximam desse momento a abraçarem essa nova fase com entusiasmo e coragem. A Associação dos Servidores Aposentados da Câmara dos Deputados (ASA-CD) tem sido, para mim, uma fonte contínua de alegria e inspiração. Tornei-me associada e participo com entusiasmo das atividades oferecidas, incluindo cursos e viagens que enriquecem ainda mais minha vivência.



Meu nome é **Edna Gondim de Freitas**, sou natural de Areia, Paraíba, e cheguei a Brasília em abril de 1958. Após a inauguração da cidade, estudei no CASEB, no Elefante Branco e, mais tarde, na Universidade de Brasília (UnB), onde me

formei em Biblioteconomia.

Em 1968, fui aprovada em concurso para a Câmara dos Deputados, mas, com o AI-5 e o fechamento do Congresso, minha posse foi adiada — comecei a trabalhar apenas em 1970. Atuei na Biblioteca e depois na Consultoria Legislativa, aposentando-me em 1992.

Casei-me em 1990 com Antônio Lino Rodrigues, de quem me divorciei em 2001. Nesse mesmo ano, mudei-me para o Rio de Janeiro, onde vivi intensamente atividades culturais, passeios e viagens. Conheci o Canadá, os Estados Unidos, vários

países da Europa, além da China, Japão e Rússia — esta última, visitei quatro vezes.

Sou leitora desde a infância, e a leitura continua sendo meu maior prazer.

Em 2021, decidi voltar a Brasília, onde reencontrei familiares, amigos e a beleza dos gramados e das árvores — pelas quais sou apaixonada.

Quanto à ASA, vejo que está sendo conduzida com brilhantismo por Maria Elisa, pessoa extremamente trabalhadora, criativa e dedicada à nossa Associação.

MARIA DE JESUS BEZERRA

Meu nome é **Maria de Jesus Bezerra**, nasci na pequena cidade de Mirador, no Maranhão, 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 aprovei-

tar 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.

Aos meus amigos aposentados, sempre aconselho a aproveitar esta fase com saúde e liberdade.

Quanto à gestão da ASA-CD, é um sistema par-



ticipativo que valoriza a contribuição de todos. Apesar de minha vontade de participar mais ativamente, muitas vezes me vejo ocupada com outras atividades que também me apaixonam. A vida após a aposentadoria me permitiu redescobrir paixões e investir tempo em *hobbies* e interesses pessoais.

FALA, ASSOCIADO

ÍTALO LAGES LUONGO FILHO

Meu nome é **Ítalo Lages Luongo Filho**. Nasci e cresci no Rio de Janeiro e cheguei a Brasília em 1972. Minha formação acadêmica inclui os cursos de Educação Física e História, áreas pelas quais sempre tive grande interesse. Em 2002, iniciei minha trajetória profissional na Câmara dos Deputados, onde atuei nos departamentos de Liderança e DEPES até minha aposentadoria, em 2023.

Desde então, tenho mantido uma rotina ativa e prazerosa. Praticar atividade física faz parte do meu dia a dia, assim como dois hobbies que se tornaram verdadeiras paixões: tocar guitarra e participar do universo do automobilismo virtual. Essas atividades

são, para mim, formas de expressão e conexão — já que me permitem interagir com pessoas de diferentes lugares que compartilham dos mesmos interesses. Também sou um viajante entusiasta e tive a felicidade de conhecer todos os continentes, experiências que enriqueceram profundamente minha visão de mundo.

Quando me perguntam que conselho daria a quem está prestes a se aposentar, gosto de destacar a importância de encontrar atividades que tragam satisfação pessoal e sentido. A aposentadoria não precisa ser um fim, mas sim o começo de uma nova fase — cheia de possibilidades. Manter o corpo em movimento, explorar novas paixões e fortalecer



os vínculos afetivos são atitudes que tornam essa etapa ainda mais significativa.

A vida após a aposentadoria pode — e deve — ser um período de descobertas, aprendizado e realização. Com curiosidade, disposição e um olhar positivo, é possível transformá-la em uma jornada tão rica quanto gratificante.

MARLENE VIANA LIMA FERREIRA



Meu nome é **Marlene Viana Lima Ferreira**. Sou natural de Januária-MG, e me mudei para Brasília em 1977, ano em que também iniciei minha trajetória profissional na Câmara dos Deputados, após aprovação em concurso público. Sou formada em Administração pela Universidade

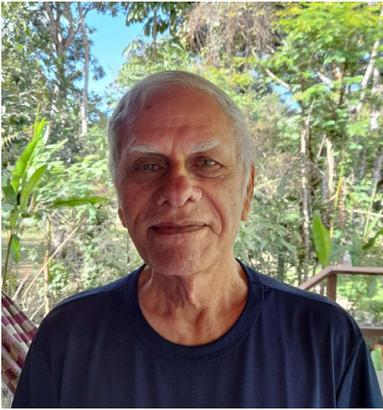
Católica e, ao longo de toda minha carreira, atuei no Departamento de Pessoal, onde permaneci até minha aposentadoria, em 2011.

Após encerrar esse ciclo, dediquei-me a uma das minhas maiores paixões: viajar. Tive o privilégio de conhecer os Estados Unidos, diversos países da Europa, Ásia, América do Sul e Central. Acredito que viajar é uma das formas mais ricas de alimentar a alma e ampliar horizontes. Além disso, para cuidar do corpo e manter a qualidade de vida, pratico pilates e caminhadas regularmente.

Aos amigos aposenta-

dos, deixo um conselho sincero: aproveitem essa fase da vida para viver além do trabalho. Depois de tantos anos de dedicação profissional, é hora de buscar o que traz felicidade, bem-estar e realização pessoal.

Gostaria também de destacar o excelente trabalho da atual gestão da ASA-CD, especialmente da presidente Maria Elisa, que se mostra dinâmica, presente e sempre atenta às necessidades dos associados. Estou muito satisfeita com o momento que a Associação vive e me sinto orgulhosa em fazer parte desse grupo tão comprometido e acolhedor.



Me chamo **Oswaldo de Oliveira Teófilo**, Nasci em Fortaleza-CE, em abril de 1938 e ali permaneci até setembro de 1956, quando minha família se mudou para o Rio de Janeiro, então Capital Federal. Residi no Rio por 35 anos, até a mudança para Brasília, com in-

terregno de três anos - 1984 a 1987- vividos em São Paulo Capital. Cheguei a Brasília em 1991 e ingressei na Câmara em 15/2/1991, na função de Assessor Legislativo (hoje Consultor Legislativo), após aprovação em concurso público prestado ao longo do ano de 1990. Aposentei-me na Consultoria Legislativa em agosto de 2000. Em seguida, até 2005, trabalhei como advogado no Distrito Federal, integrando escritório constituído por colegas da Câmara.

Depois de aposentado dediquei-me a cuidar

de mim e da minha família e gosto de pintar. A pintura vem da infância. Começa pelo desenho. Depois pintura a óleo e acrílico. A aquarela veio depois. Tudo como amador e sem cursos regulares. Paisagem tem sido o tema dominante.

Por fim, a gestão da Presidente da ASA-CD é uma maravilha, a Maria Elisa tem feito muitas ações em prol de nós associados e isso tem feito toda a diferença para os colegas que já estão aposentados.

OTÁVIO DE OLIVEIRA JÚNIOR

Meu nome é **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 projetos importantes para o país.

Após minha aposentadoria, decidi empreender no ramo do açaí, uma fruta que sempre apreciei e vi 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.

ASA COM ARTE

FRANCISCA LIMA DOS SANTOS

Meu nome é **Francisca Lima dos Santos**, sou brasiliense e nasci em 1964. Cresci no Guará, mas já morei no Gama e, atualmente, moro no Jardim Ingá, em Goiás. Estudei administração e entrei na Câmara dos Deputados em 1985, por intermédio de concurso público.

Na Casa, atuei na área de Recursos Hu-



manos e me aposentei em 2017. Após a aposentadoria, dedico meu tempo à casa e às viagens. Conheci lugares como Belém, Parnaíba, Salvador, Corrente-PI, Ilhéus e Porto Seguro.

Adoro costurar e cuidar das minhas plantas. A costura é uma paixão que sempre tive, desde criança. É incrível como posso transformar um pedaço de tecido em algo útil e bonito. Além disso, é uma atividade que me permite relaxar e esquecer os problemas do dia a dia.

São as coisas simples do dia a dia que me



fazem feliz, como cuidar das minhas plantas e costurar. Sou costureira amadora, faço artigos para o lar, como fronhas, proteções para fogão e botijões de gás. É um passatempo feliz que gosto muito de realizar.

PAULA TANNUS DUTRA JARDIM



Meu nome é **Paula Tannus Dutra Jardim**, sou natural de Uberlândia-MG, e cheguei a Brasília em 1967, iniciando uma trajetória marcada por vivências diversas e enriquecedoras.

Minha formação em Análise de Sistemas e Design Estratégico guiou os primeiros passos da minha carreira, culminando com minha entrada na Câmara dos Deputados em 1989,

como Técnica Legislativa. Ao longo dos anos, atuei em diferentes frentes, enfrentando desafios significativos na Secretaria-Geral da Mesa e no CENIN, até alcançar o cargo de Quarta Secretária, posição que ocupei até minha aposentadoria em 2021.

Com o encerramento da vida profissional na Câmara, mergulhei de forma plena na experiência da aposentadoria. Dediquei esse novo ciclo à prática intensiva de atividades físicas e a uma reflexão cuidadosa sobre meus hábitos e prioridades, redescobrimo a vida com a leveza e a sabedoria que o tempo nos proporciona.

Minha conexão com o design teve início em 2006, quando participei de um projeto do SEBRAE voltado à valorização dos designers de Brasília. Foi um encontro mais que transfor-

mador. Desde então, essa paixão tem se tornado uma jornada sólida: investi em cursos, estruturei gradualmente meu próprio ateliê e participei de feiras e eventos — inclusive em São Paulo — consolidando meu espaço nesse universo criativo.

Hoje, sigo firme em minha missão de ampliar minha presença e aprimorar continuamente meu trabalho no campo do design, com o mesmo entusiasmo e dedicação que sempre marcaram minha trajetória.





Meu nome é **Fátima Bueno de Oliveira**, natural de Montebelo-MG. Cheguei a Brasília em 1960 e sou formada em Letras, com pós-graduação em Artes Visuais. Ingressei na Câmara em 1973, através de concurso.

Após me aposentar em 1972, dediquei-me às artes. Gosto de viajar e já conheci diversos países da Europa,

América do Sul e do Norte, incluindo os países escandinavos. Cada viagem é uma oportunidade de aprendizado e descoberta, enriquecendo minha vida de maneiras que não poderia imaginar.

Além disso, sempre cuidei da minha saúde, praticando exercícios físicos regulares e mantendo uma alimentação equilibrada. Esse é o conselho que sempre dou aos meus amigos aposentados: cuide-se, pois a saúde é o nosso maior patrimônio.

Quanto à gestão da ASA-CD, posso afirmar que está impecável. Maria Elisa é uma líder exemplar, especialmente quando se trata de cuidar dos aposen-

tados e pensionistas. Sua dedicação e atenção são admiráveis, e ela realmente se destaca nessa posição.

Neste momento da vida, sinto-me grata pelas experiências que acumulei e pelas pessoas maravilhosas que conheci ao longo do caminho. A aposentadoria não é o fim, mas sim um novo capítulo repleto de possibilidades e realizações.



Meu nome é **Isabel Cristina da Silva** e nasci em Botafogo, Rio de Janeiro. Sou formada em Letras Português/Inglês e 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. Isabel ☐ (61) 99958-9577



FOTOS PROSA

PROSA – 4ª CAMINHADA ASACD

No dia 29 de maio, aconteceu a 4ª Caminhada da Asa e desta vez com o Prosa, reunindo os Associados numa tarde especial no clube ASCADE, às 15h.

A atividade começou com um alongamento guiado pela personal a fisioterapeuta Ana Paula e a personal Kerley, seguido por uma caminhada com o suporte de dois brigadistas, garantindo segurança e bem-estar a todos.

Após o percurso, a animação continuou com a apresentação da cantora Malu, trazendo leveza e música ao fim da tarde, onde os participantes desfrutaram de um lanche delicioso servido pelo Buffet Don Giuliano (ver o nome certo).

Um momento muito aguardado foi o sorteio de brindes, com mimos e por derradeiro uma Alexia. Os sortudos foram: Guiomar, Magnólia, José Gomes, Cecília, Lour-

des, e o grande vencedor da Alexa foi Apolinário esposo da nossa associada Nilma.

Agradecemos ao Sr. Moraes (presidente do ASCADE), ao diretor José Gomes, ao diretor de esportes Marcos Alberto e à Sheila pela acolhida e apoio. Foi uma tarde de saúde, integração e boas energias!

Contatos das nossas parcerias:

Ascade - (61) 3226-4503

Buffet Don Giuliano - (61) 99983-2814

Malu cantora - (61) 98110-3268



SORTEIO



APOLONARIO



CECILIA ALCOFORADO



GUIOMAR



JOSÉ GOMES



LOURDES

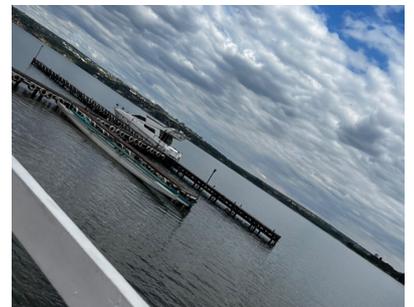


MEG

FOTOS PROSA



MARCIA OBEID ANIVERSARIANTE





Com o crescimento da população idosa no Brasil — já são mais de 30 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, segundo o IBGE — é fundamental assegurar que seus direitos jurídicos sejam respeitados e efetivados. A Constituição Federal de 1988, em seu artigo 230, determina que é dever da

família, da sociedade e do Estado amparar os idosos, promovendo sua dignidade, bem-estar e participação na vida comunitária.

Esse compromisso foi reforçado com o Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741/2003), que garante: **Atendimento prioritário; Gratuidade no transporte coletivo urbano; Combate à negligência e violência; Acesso facilitado à justiça; Benefício de Prestação Continuada (BPC) para quem está em situação de vulnerabilidade.**

O direito à saúde tam-

bém é essencial. O SUS oferece programas específicos para a população idosa, com foco em prevenção, tratamento e qualidade de vida. Apesar dos avanços, ainda há desafios a enfrentar: a violência doméstica, o abandono e o desconhecimento dos direitos são realidades que precisam ser combatidas com políticas públicas, fiscalização e conscientização.

Cuidar dos idosos é valorizar a história e garantir um futuro mais justo para todos.

ILPS VISITADAS PELA DIRETORIA DA ASA-CD

<p>Espaço Anchieta</p> <p>Endereço: SMLN, MI 3 conj.4, casa 29 A – Lago Norte Telefone: (61) 3203-7699</p>	<p>Espaço Sênior</p> <p>Endereço: QS 05, Lote 14 -Taguatinga Telefone: (61)3548-0018</p>	<p>Lar dos Velhinhos Maria Madalena</p> <p>Endereço: Trecho 3, área especial ½ - N. Bandeirante Telefone: (61) 3552-0504 ou (61) 98539-5711</p>
<p>Espaço Longevitá</p> <p>Endereço: -EQRSW 5/6 Lote 1 Setor Sudoeste – Brasília /DF Telefone: (61) 2099-6662 ou (61) 2099-6664</p>	<p>Espaço Residencial para Idosas</p> <p>Endereço: Rua 01 Chácara 25 Lote 4C – Vicente Pires Telefone: (61)3203- 4869</p>	<p>Villa do Conde Residencial Sênior</p> <p>Endereço: QNA 47, Casa 02 – Taguatinga Norte Telefone: (61) 99147-2468</p>
<p>Espaço Convivência</p> <p>Endereço: CRS 503 Bloco A Loja 36 -Asa Sul – Brasília /DF Telefone: (61) 3323-8707 ou (61) 3322 0211</p>	<p>Reviver Espaço para Idosos</p> <p>Endereço: QE 18. Conjunto C – Guará 1 Telefone: (61) 3055-4230</p>	<p>Obras Assistenciais Bezerra de Menezes</p> <p>Endereço: Quadra 14, AE 1-Sobradinho Telefone: (61) 3591-3039</p>
<p>Espaço Altevita</p> <p>Endereço: SHDB QL 32 CONJ 1- Centro de Convenções Israel Pinheiro Lago Sul - Brasília/DF Telefone: (61) 99618-0496 ou (61) 3999-1243</p>	<p>Spa Way Sênior</p> <p>Endereço: Quadra 09 Conjunto 3 – lote 04 – Park Way Telefone: (61) 99882-9813</p>	<p>Lar São José Casa do Candango</p> <p>Endereço: Quadra 14 Area Especial 1, Lotes 17/18, Sobradinho, Brasília, DF. Telefone: (61)3487-6094</p>

As ILPIs são espaços dedicados ao acolhimento e cuidado de idosos que necessitam de assistência. Cada ILPI possui suas peculiaridades, mas todas compartilham o compromisso com o cuidado humanizado e atencioso aos idosos.

DICA DE VIAGENS

NATAL – RN COM A ASACD!



Entre os dias 16 e 23 de maio, o grupo da ASACD, liderado pela Presidente Maria Elisa juntamente com os Associados, embarcou em uma viagem inesquecível para Natal, no Rio Grande do Norte, um dos destinos mais encantadores do nosso litoral brasileiro.

A programação foi cuidadosamente pensada para proporcionar momentos de lazer, cultura e muita diversão. Confira os principais passeios que marcaram essa experiência:

City Tour + Praia de Camurupim Iniciando a jornada com um mergulho na cultura e história local, o grupo conheceu os princi-

pais pontos turísticos de Natal e depois relaxou nas águas tranquilas da Praia de Camurupim.

Passeio a Maracajaú (Parrachos e Praia)

Um dos pontos altos da viagem! Os associados exploraram os Parrachos de Maracajaú, com suas piscinas naturais de águas cristalinas, perfeitas para mergulho, e curtiram a praia com toda sua beleza paradisíaca.

Dia livre para curtir o hotel e Ponta Negra

Nada como um tempo livre para aproveitar o conforto do hotel e explorar a charmosa Praia de Ponta Negra, com sua orla vibrante e o famoso Morro do Careca como pano de fundo.

Passeio à Praia de

Genipabu com suas dunas impressionantes e os tradicionais passeios de buggy com

emoção Genipabu trouxe aventura e paisagens de tirar o fôlego!

Encerrando com chave de ouro: Praia de Pipa

Para fechar a viagem, o grupo visitou a belíssima Praia de Pipa, conhecida por suas falésias, golfinhos e um ambiente descontraído e acolhedor.

Foram dias maravilhosos de muito companheirismo, alegria e novas descobertas. Uma experiência que ficará marcada na memória de todos!

Para aqueles que não puderam participaram, aguardamos por vocês nas outras viagens!

DICAS DE SAÚDE

VACINA HERPES ZOSTER

A vacina contra o herpes zoster, popularmente conhecido como cobreiro, é uma importante ferramenta de prevenção, especialmente para pessoas com mais de 50 anos. O herpes zoster é causado pela reativação do vírus Varicela-Zoster, o mesmo que provoca a catapora. Após a infecção inicial, o vírus permanece adormecido no organismo e pode se reativar anos depois, causando dor intensa, formigamento e lesões na pele.

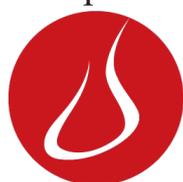
A vacina ajuda o sistema imunológico a manter o vírus sob controle, reduzindo significativamente o risco de desenvolver a doença e, caso ocorra, diminuindo a gravidade e a duração dos sintomas. Também previne complicações como a neuralgia pós-herpética, uma dor crônica que pode persistir mesmo após o desaparecimento das lesões.

Existem dois tipos principais de vacina disponíveis: a vacina atenuada e a vacina re-



combinante, sendo esta última a mais recente e com maior eficácia, mesmo em pessoas imunocomprometidas.

A vacinação é segura, tem poucos efeitos colaterais e é recomendada por autoridades de saúde como forma eficaz de proteger a qualidade de vida na maturidade.



sabin
MEDICINA DIAGNÓSTICA
(61) 3329-8000



Pró-Saúde
0800 729 2326

VACINA VIRUS VSR

Informamos que a ASA-CD, sempre atenta ao bem-estar e às necessidades de seus associados, encaminhou ao Conselho Diretor do Pró-Saúde um pedido formal para a inclusão da vacina contra o Vírus Sincicial Respiratório (VSR) no rol de vacinas passíveis de reembolso.

No entanto, infelizmente, recebemos a seguinte res-

posta do Conselho:

“Levamos ao conhecimento de Vossa Senhoria que o Conselho Diretor do Pró-Saúde, em reunião do dia 15/5/2025, ao apreciar o seu requerimento de inclusão de vacina contra o Vírus Sincicial Respiratório (VSR) no rol de vacinas passíveis de reembolso pelo Pró-Saúde, indeferiu o pleito em razão do

alto impacto financeiro atualmente para esta incorporação de vacina.”

Para eventuais dúvidas ou esclarecimentos adicionais, o Pró-Saúde se colocou à disposição por meio do telefone: 3216-7960. Atenciosamente, ASACD – Associação dos Servidores Aposentados e Pensionistas da Câmara dos Deputados.

ASA CURSOS ON-LINE

O ASA IDIOMAS foi criado especialmente para ajudar na cognição e mobilidade dos nossos associados. Esses cursos foram pensados para proporcionar uma experiência de

aprendizado dinâmica e eficaz. Oferecemos várias turmas desde iniciantes a avançados, com professores qualificados que ministram aulas com conteúdo prático e divertido.

Não perca essa oportunidade! Matricule-se já e aproveite essa chance de enriquecer seu repertório e potencializar sua interação no mundo globalizado.



Nadja

Aprender **inglês** com o João tem sido uma experiência leve e divertida, abrindo novas portas para a comunicação.



Franci

O curso de **espanhol** com o Juan tem ampliado horizontes com leveza e entusiasmo.



Juliana

O **francês** tem sido uma experiência maravilhosa, uma união de idioma e cultura.



Lidia

Faço o curso de **italiano** com a Thaís, aprendizado dinâmico e envolvente.

ASA INGLÊS



Professor João

Turmas:

1 - com algum conhecimento: **segundas-feiras** às 18h

2 - com bom conhecimento: **quartas-feiras** às 18h

ASA INGLÊS

Turmas:

1 - iniciantes: **segundas-feiras** às 9h

2 - com bom conhecimento: **terças-feiras** às 8h30



Professora Rachel

ASA FRANCÊS

Turmas:

1- com algum conhecimento: **às segundas-feiras**

às 9h



Professor Carlos

ASA ESPANHOL



Professor Juan Carlos

Turmas:

1 - com algum conhecimento: **às quintas-feiras** às 9h

ASA ITALIANO

Turmas:

às quintas-feiras

1 - iniciantes: às 8h

2 - com algum conhecimento: às 10h30

3 - com bom conhecimento: às 11h30



Professora Thaís

Para mais informações e para garantir sua vaga entre em contato conosco pelo WhatsApp: (61) 99111-2317.

MATRICULE-SE!

Esperamos por você para iniciar essa jornada de aprendizado!

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

BOLO DE TAPIOCA GRANULADA



MODO DE PREPARO

- colocar a tapioca numa bacia, aquecer o leite e ir despejando aos poucos, deixar descansar por 5 minutos

INGREDIENTES

- 3 ovos
- 500g de tapioca granulada
- 500ml de leite
- 1/2 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 xícara de chá de açúcar
- 3 colheres de sopa de manteiga
- 1 colher de sopa de fermento em pó

- coloque a manteiga e a farinha de trigo e por derradeiro os ovos
- unte a forma com manteiga e farinha, despeje e leve para assar em forno pré-aquecido a 180 graus por 30 a 40 minutos
- diga lá se não é uma delícia?

CACHORRO QUENTE DE MICROONDAS



MODO DE PREPARO

- Corte as salsichas em rodelas e reserve.
- Pique a cebola e o alho.
- Coloque tudo em uma tigela de vidro e acrescente o molho de tomate e o orégano. Misture bem.

INGREDIENTES

- 500g de salsicha
- 2 latas de molho de tomate (pomarola) de 340g cada
- 1/2 cebola
- 3 dentes de alho
- Sal a gosto
- Orégano a gosto

- Leve ao microondas por 10 minutos, mexendo ocasionalmente.
- Que delícia para este período de festas! Para completar, sirva com batata palha e milho verde. Hummm!

DICA DE CASA

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

COMO GUARDAR FERMENTO EM PÓ

O fermento em pó é sensível à umidade, e o ambiente da geladeira é naturalmente úmido. Quando exposto a esse clima, mesmo dentro do pote fechado, ele pode perder sua potência antes do prazo — ou seja, aquele bolo fofinho pode simplesmente não crescer como deveria.

Dica boa? Guarde o fermento em local fresco, seco e longe da luz, como uma prateleira do armário ou despensa. Sempre com a tampa bem fechada! Assim, seu fermento vai render mais, durar até a validade e garantir receitas sempre no ponto!



Dica De casa

COMO GUARDAR SUAS FRUTAS PARA QUE DUREM MAIS TEMPO

Lave bem as frutas assim que chegar do mercado. Isso ajuda a remover sujeiras, bactérias e resíduos de agrotóxicos. Seque delicadamente com papel toalha. A umidade é uma das grandes vilãs na conservação! Forre o fundo do pote com papel toalha e envolva levemente as frutas com mais papel. Isso ajuda a absorver a umidade excessiva e, ao mesmo tempo, permite que a fruta “respire”. Resultado? Frutas frescas por muito mais tempo, sem mofar ou estragar rápido! Testa aí e depois me conta se funcionou! Humm que delícia



Dica De casa

ASA AÇÕES

CORAL DA ASA



Iniciado em 19/10/2022, o coral da Asa, sob a condução do Maestro Renato Pedro, tem trazido inúmeros benefícios como aprimoramento da memória, estímulo ao pensamento e interação social. Às quartas-feiras, das 14h30 às 16h. Convidamos os associados para participarem dessa experiência enriquecedora e harmoniosa!

DANÇA DE SALÃO



A dança é uma prática repleta de benefícios para os associados, pois ajuda a melhorar a flexibilidade, a coordenação motora, a força muscular e a postura, afirma a professora Esmeralda. As aulas acontecem às quintas-feiras, das 15h30 às 17h, na ASA-CD. Venha participar e descobrir os benefícios dessa atividade transformadora!

ARTESANATO



As aulas de artesanato da ASA-CD acontecem às terças-feiras, às 15h, sob a orientação da professora Cris. Cada encontro é uma oportunidade para criar peças lindas e originais, além de promover bem-estar com exercícios para mãos, dedos e punhos antes da produção. Após a parte criativa, um lanche é servido, incentivando conversas e fortalecendo amizades.

Junte-se a nós e solte sua criatividade! Estamos esperando por você!

ASA SAÚDE



As manhãs de terça-feira na ASA-CD começam com muita energia! Às 9h, a personal trainer Kerley e a fisioterapeuta Ana Paula comandam aulas animadas com exercícios físicos adaptados, focados em mobilidade, fortalecimento e bem-estar.

Além dos benefícios físicos, as aulas são momentos de descontração, incentivo e troca entre os participantes, promovendo uma rotina mais ativa e saudável.

Venha cuidar do seu corpo e da sua saúde com a gente! Esperamos por você!

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

CLUBE DO LIVRO



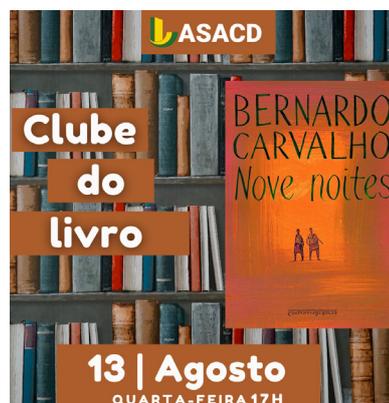
O Clube do Livro se reuniu no dia 28 de maio, no charmoso Daniel Briand Pâtissier e Chocolatier, para discutir a obra “Cavalo”, de Lucas Castro. Em uma tarde acolhedora, repleta de café, doces finos e boas conversas, as associadas mergulharam na narrativa poética e sensível do autor, que

entrelaça memórias, afetos e reflexões sobre a natureza humana, o tempo e a ancestralidade. A escrita de Castro provocou um debate profundo e tocante, revelando múltiplas interpretações e conexões pessoais com o texto.

O encontro também fortaleceu os laços do grupo e renovou o entusiasmo por leituras que provoquem o pensamento e o sentimento.

Para o próximo mês, o livro escolhido foi “Nove Noites”, de Bernardo Carvalho, um

romance envolvente que mistura realidade e ficção ao investigar o mistério em torno do suicídio de um antropólogo norte-americano no Brasil dos anos 1930. **Para participar entre em contato conosco pelo WhatsApp: (61) 99951-8499.**



VEM AI

Iris estará em sessão de autógrafos no pavilhão da RSF-H-39 nos dias:

7 DE JUNHO, DAS 17H ÀS 18H45
12 DE JUNHO, DAS 18H ÀS 19H45

Além disso, haverá uma apresentação especial no palco Praça Roxa no dia 12 de junho, às 17h.

Para quem não puder comparecer presencialmente, o evento será transmitido ao vivo no canal do YouTube da @redesemfronteiras.

Não perca essa oportunidade de conhecer a autora e mergulhar nas divertidas histórias da fazenda da vó Isinha!

ASA SOLIDÁRIA



Sorteio



Elba Machado

No último mês de abril a ASA Solidária completou 5 anos, graças a todos vocês que nos ajudaram a transformar vidas. 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 à sua ajuda.

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

Doe: Seu pouco é o muito de alguém.



Banho do Bem



Centro Social Formar



Umanizare



Instituto Missionare



Reciclando Sons



Igreja Santa Clara



Pastor Alonso



Liga do bem



Instituto Doando Vidas - Estrutural



Comitê da Cidadania



Igreja Presbiteriana Sol Nascente

AGRADECIMENTO



O Instituto Umanizzare é uma organização social que apoia e capacita mulheres em

situação de violência doméstica e vulnerabilidade social. No ano passado, atendemos 400 mulheres. Isso só é possível graças aos nossos parceiros confiáveis. Um agradecimento especial à ASACD, que

tem sido nossa parceira desde 2023. As cestas básicas que nos fornece mensalmente são uma grande ajuda para muitas mulheres atendidas pelo Instituto!

Nádia Amaral Waller
Umanizzare

ANIVERSARIANTES DE JULHO

1 - Ana Maria Pereira Porto, Anamélia Ribeiro Correia de Araújo, India Dalva da Silva Gomes, Luzia Maria dos Santos, Maria de Fátima Cardoso Cavalcante, Silvia Ribeiro Tome. 2 - Aelcio Cruz de Sousa, Isabel Fonseca Nascimento Teixeira, Marcilia Bergallo, Maria Liz da Silva Braga, Maria Pereira de Paula Ferreira, Paulo dos Santos Costa, Terezinha Wrubleski. 3 - Andrea Maria Carneiro Sabino Lopes, Filomena da Silva Pires, Geraldo Evangelista Teixeira, José Americo Rodrigues Araújo, Livia Costa, Maria Antônia da Cruz, Maria Magdalena Alves Pacheco, Raimundo Floriano de Albuquerque e Silva, Selma Rocha da Silva. 4 - Maria das Graças Rodrigues Leitão, Silvio Mazurok. 5 - Antônia Alves Pereira, Divina Dinozete Rezio Pires, Maria da Conceição Matias Teixeira, Vera Lúcia dos Santos Ramos. 6 - Edson Jose Guimarães, Francisca de Fátima Moura Campos, HERNESTINA Galdino de Azevedo, Izabel de Mesquita Pinto, Josimira Ribeiro Alves, Lúcia de Fátima Vieira da Costa, Maria do Rosario de Fátima Gomes Barbosa, Sérgio Luiz Gaio. 7 - Aliete Oliveira Azevedo, Elenice Lima, Francisca Elisabeth Eleutério, Maria Norma Medeiros Guimarães, Paulo Sabino Sobrinho, Relva Aparecida Resende da Silva. 8 - Alcineia Fernandes Siqueira, Elizabet de Assis Frechiani, Maria Elisa Siqueira de Oliveira, Maria Simone do Nascimento. 9 - Ana Lúcia Rocha Studart, Elizabeth Nascimento de Souza de Lemos, Francisca Leite de Saboia Vieira, Italo Lages Luongo Filho, Norma Sarmiento de Almeida, Rita Mota Gomes, Rosental Antero Alves Júnior. 10 - Adilson Pinto, Alaide Oliveira da Silva, Almelina Pereira de Andrade, Regina Celia Francois Diniz. 11 - Ana Cristina Pinheiro Campos, Divina Beatriz de Assis Bites Leão, Marcia Cristina Ferrari Sampaio, Maria de Fátima Bastos Bessa Valim, Sidraque Pinheiro da Silva. 12 - Alice Maria Costa Botelho Garcia, Cleusa Monteiro de Moraes, Maria de Nazare Oliveira. 13 - Aldo da Silva Guedes, Jorge Honda, Maria Terezinha Donati, Walberth Azevedo Araújo. 14 - Aldenia Teles Milfont, Dinazir Elias de Freitas, Laudimira da Mota Fernandes, Sergio Boaventura Gonçalves. 15 - Maria do Carmo Oliveira, Paulo Eustáquio Luiz de Almeida, Pedro Francisco Pinheiro, Stela Maris Murta, Vania Marques Pinto Garcia. 16 - Antônio Maria de Moreira Mesquita, Hilda Soares Braga, José Maciel dos Santos Filho, Valdofredo Rosa de Oliveira. 17 - Deuselene Pereira de Oliveira. 18 - Ariadne Dantas de Paula, Eliza Penha de Lima Gieseler, Maria das Dores Barcellos, Maria dos Santos Souza Silva, Neusa Regina Lucena Galvão, Regina Loureiro Stavale, Zilda Neves de Carvalho, Zita Silvestre Fernandes, Irene Bittencourt da Silva. 19 - Irismar Pires Vieira, Marcia de Andrade Pereira, Paulo Roberto dos Santos, Ronaldo Gomes de Souza. 20 - Angela da Cunha Barbosa, Gildete Desiderio Rocha, Irma Rodrigues Chaves, Maria Augusta Gouvêa Dutra. 21 - Aparecida Corrêa Porto, Delzuite Macedo Avelar, Edison Guilherme Haubert, Maria das Graças Vasconcelos Maranhão, Odelita Caldas Ferreira, Rosângela Beatriz Haag Dourado. 22 - Clóvis Lemes Gonçalves, Goiano Braga Horta, Lúcia Maria Guimarães Lossio. 23 - Argentino de Paulo Valeriano, Erica Veronica de Souza, Hozana Souza Leite, Joselito de Oliveira Silva, Jozete Marcellina Diniz Miranda, Leda Beatriz de Souza Guedes, Leorlando Lira de Almeida, Maria Hilda Pinheiro Souza, Neusa Maria Machado de Carvalho, Rosa Nhuch Boianovsky. 24 - Flávia Castello Branco Coutinho, Jacira Faria e Silva, Maria Ângela Cortes Marinho, Maria Cristina Leite Machado Ramos, Vera Lúcia Otílio dos Santos. 25 - Ana Beatriz Mendes Cleto, Eurico Perez Garcia, Lúcia Pedroso de Moraes, Luiz Claudio Rabello Pettena. 26 - Ana Celina Gomes Moreira, Anna Lúcia Brandão Colares Nogueira, José Humberto Porto, Marli Lima Gomes. 27 - Fátima Eunice Paixão Arruda, Fernando da Silva, José Cassimiro da Silva, MA, Maria Aldisa Anselmo, Maria da Glória Soares, Roberto de Medeiros Guimarães, Sandra Santos Reis. 28 - Evaldo Pinheiro da Luz, Ivana Amaral Campos Ribeiro, José Alonso Souto, Maria de Jesus Matos Moreno. 29 - Gercino da Silva Filho, José Valdo Bastos, Rejane Dias Ferreira Ribeiro, Rita Delfina de Medina Figueiredo. 30 - Euclides Neres de Santana, Eugenia Maria Mendes de Souza, João Cyrino Filho, Joares Antônio Caovilla, Maria de Fátima da Silva Palmeira Ribeiro, Odelphia Lima Chaves, Sônia Regina Pinto da Silva, Valéria Carneiro de Albuquerque. 31 - Domingos Amorim de Carvalho, Giselda de Carvalho Alminta, Maria Augusta Silveira Leonardo, Nabor Tapajos Caldas, Nilo Alberto Barroso.