ASA-CD
REVISTA
VOZ ATIVA

Fundada em 5 de novembro de 1991
ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS
Ano 34. nº 389 | Brasília-DF | Setembro 2026

"Fechamento autorizado pode ser aberto pelos Correios."

SETEMBRO

ASA-CD EM DESTAQUE NA COPA E SARAU SINDILEGIS 2026

📍 BELÉM – PA | 16 A 20 DE SETEMBRO

ESPORTE, CULTURA, AMIZADE E INTEGRAÇÃO MARCARAM A PARTICIPAÇÃO DA ASA-CD.



MARIA ELISA CONQUISTA 2º LUGAR NA CATEGORIA DELA CORRIDA DA COPA LEGIS

PÁGINA 23

A presidente Maria Elisa, acompanhada dos diretores da ASA-CD, visitou o DAS para fortalecer o diálogo e estreitar a parceria, buscando sempre melhorias para os associados.

Página 13

No dia 30 de setembro, a ASA-CD realizou mais uma edição do Prosa, na Embaixada de Minas. O encontro teve boa comida, confraternização, sorteios e comemoração dos aniversariantes Silvanna Saads e Ingrid.

Página 13

A ASA-CD promoveu uma palestra com a Dra. Alexandra, sobre prevenção e cuidados com a saúde do coração. O encontro contou com esclarecimento de dúvidas, sorteio de convites para o Baile ASA-CD 2026 e um delicioso lanche de confraternização.

Página 16

EXPEDIENTE

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS – ASA-CD
CNPJ 37.114.295/0001-37

Presidência
Maria Elisa Siqueira de Oliveira

Vice-Presidência
Maria do Amparo Bezerra da Silva
Claudionor Rocha

Diretoria de Secretaria
Enila Beatriz Esteves Gomes
Dolores Maria de Andrade

Diretoria Financeira
Rômulo Lima Câmara
Adilson Clementino dos Santos

Conselho Fiscal
José Gomes Ferreira
José Vieira Alves
Abeguar Machado Massera

Suplentes
Francisco das Chagas Sousa Filho
Maria de Fátima Bastos Bessa Valim
Francisca Célia Gonçalves Sousa Andrade

VOZ ATIVA

Jornalista Responsável
Manoel Damasceno

Revisor
Paulo Luiz Bastos Serejo

Redação
Ingrid Torres Alves
Jaqueline Maria dos Santos

Diagramação
Ingrid Torres Alves

Impressão
Querubins Gráfica | Editora
Tel.: (61) 3465-2411
E-mail: querubins@graficaquerubins.com.br

SEDE
CLS 312 bloco C loja 20 Asa Sul Brasília-DF
CEP 70365-530
Fones (61) 99451-5807 / (61) 99413-0276

Colaboradores
Clécia Cristina dos Santos do Nascimento
Ingrid Torres Alves
Ivanete Bispo Ramos
Jaqueline Maria dos Santos
Lucas Feitosa dos Anjos
Lúcia Cleia Rosa de Carvalho
Mariete dos Santos Lima Piovezan
Rodrigo Mateus Amaral Santos

E-mail para contato:
secretaria@asacd.org.br
Horário de atendimento:
das 9h às 18h
Site: http://www.asacd.org.br

Tiragem:
1615 exemplares

Telefones úteis

Ascade: (61) 3226-4503/3322-0071
Brasil Metódo: (61) 3274-5212
Câmara dos Deputados: (61) 3216-0000
Central do Idoso TJDFT: (61) 3103-7609/3103-7612
Centro de Informática/CD: (61) 3216-3636
Consulegis: (61) 3214-7342
Clubs: (61) 3223-7705
COIPE: (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

SUMÁRIO

EDITORIAL 03
A ASA VAI ATÉ VOCÊ 04
MISSA NO SANTUÁRIO DOM BOSCO 05
ILPIS VISITADAS PELA ASA-CD 05
ASSOCIADO CANDANGO ..... 06 - 07
FALA, ASSOCIADO ..... 07 - 08
VEM AI 08
ASA COM ARTE 09
DICA DE VIAGEM 10
DICAS DE CASA 11
ASA GOURMET 12
VISITA AO DAS FORTALECE LAÇOS 13
4º ENCONTRO DOS ESCRITORES 14
CURSO DE AUTOMAQUIAGEM 14
ASA SAÚDE E VACINAS 15
DICA DE SAÚDE 16
ASA SOLIDÁRIA 17
INCLUSÃO DIGITAL 18
CLUBE DO LIVRO 18
CINE ASA-CD 18
CURSOS DE IDIOMAS 19
ARTESANATO 19
ASA DANÇANTE 19
PROSA NA EMBAIXADA DE MINAS ..... 20 - 21
PASSEIO NO CATETINHO 22
COPA SARAU SINDILEGIS 2026 23
BAILE ASA-CD 35 ANOS 24
CAMPANHA SÓCIO TRAZ SÓCIO 24
AÇÕES DA ASA-CD 24
ASA INFORMA 25
UTI MÓVEL GRATUITA 25
MEDALHA IN MEMORIAM 25
ANIVERSARIANTES DE OUTUBRO 26

Fique por dentro de todas as novidades, eventos e conteúdos exclusivos acompanhando nossas redes sociais.

É só escanear o QR Code e não perder nada!

EDITORIAL



Maria Elisa Siqueira de Oliveira
Presidente

Meus caros associados e amigos, espero que todos estejam bem e que o mês de setembro tenha sido repleto de bons momentos, encontros e novas experiências. É sempre uma alegria poder compartilhar, por meio da nossa Revista Voz Ativa, um pouco do que vivenciamos e construímos juntos na ASA-CD.

Ao longo deste mês seguimos firmes em nossa missão de promover o bem-estar, a convivência, a cultura e a qualidade de vida dos nossos associados. Setembro foi marcado por momentos especiais de integração, lazer e valorização das pessoas que fazem parte da nossa Associação.

Tivemos a oportunidade de participar do 4º Encontro dos Escritores, um momento de valorização da literatura, da cultura e do talento de escritores, proporcionando aos nossos associados uma experiência enriquecedora e de troca de conhecimentos.

Também vivenciamos momentos de descontração e convivência no Prosa, que mais uma vez reuniu associados em um ambiente diferente, elegante e agradável de conversa, amizade e troca de experiências.

Esses encontros são importantes para fortalecer os vínculos e aproximar cada vez mais as pessoas que fazem parte da ASA-CD.

Outro destaque foi a Copa Legis, que trouxe esporte, diversão e espírito de equipe, promovendo uma grande confraternização entre os participantes.

Além dessas atividades seguimos desenvolvendo ações que reafirmam nosso compromisso de fazer da ASA-CD um espaço de acolhimento, participação e valorização de cada associado.

Nesta edição da Revista Voz Ativa reunimos os principais acontecimentos de setembro, registrando encontros, atividades e iniciativas que fizeram parte da nossa caminhada. Cada ação realizada representa o nosso desejo de construir uma Associação cada vez mais forte, participativa, acolhedora e próxima de seus associados.

Agradeço, mais uma vez, a confiança depositada em mim e em toda a Diretoria. Seguimos trabalhando com responsabilidade, dedicação e carinho, sempre buscando promover iniciativas que contribuam para o bem-estar e façam a diferença na vida de cada associado.

Um grande abraço!

A ASA vai até você

A Associação visita virtualmente os aniversariantes do mês.



Maria Elisa



Enila



Ivanete



Rita de Cássia Piedade da Silva e **Silvana Tereza Saads** – dia 05; **Marilena de Almeida Campos** – dia 07; **Carolina Castello Coutinho**, **Luiza Helena Costa de Jesus** e **Raimunda Nadja Xavier Gomes** – dia 09.

Rita nasceu em Brasília em 1970; gosta de passear de barco pelo Lago Paranoá. **Silvana** chegou a Brasília em 1977; gosta de ir ao cinema, ouvir música, ir à igreja e viajar. **Marilena** chegou em 1980; gosta de cuidar dos seus gatos. **Carolina** chegou em 1961; gosta de ler e fazer palavras cruzadas. **Luiza Helena** chegou em 1983; gosta de fazer artesanato, assistir filmes e fotografar a natureza. **Raimunda** chegou em 1978; gosta de dançar e viajar.



José Carlos da Costa - dia 10; **Adina Torres Silveira -** dia 15; **Ulisses Miranda França** - dia 17 e **José Carlos Guimarães dia 25.**

José Carlos chegou a Brasília em 1959; gosta de caminhar ao ar livre e viajar. **Adina** chegou em 1970; gosta de dançar e viajar. **Ulisses** nasceu em Brasília em 1959; gosta de praticar esportes como *beach tennis*, musculação e natação. **José Gonçalves** chegou em 1979; gosta de viajar e jogar xadrez com os amigos.

ÀS QUINTAS-FEIRAS A MISSA NA DOM BOSCO REÚNE ASSOCIADOS EM MOMENTOS DE FÉ E CONFRATERNIZAÇÃO



A presidente da ASA-CD, Maria Elisa Siqueira de Oliveira, participou da tradicional Santa Missa realizada no Santuário Dom Bosco, acompanhada pela diretora Enila Beatriz, pelo diretor Francisco, pelo vogal Marcelo José e pelo celebrante.

O momento foi marcado pela fé, união e fortalecimento dos laços entre os representantes da ASA-CD, reafirmando a importância da espiritualidade, da convivência fraterna e do compromisso com os associados.

A celebração acontece semanalmente às quintas-feiras, às 18h30, reunindo associados, convidados e amigos em um ambiente de oração, acolhimento e comunhão.

ILPIS VISITADAS PELA ASA-CD

As Instituições de Longa Permanência Para Idosos (ILPIs) são espaços voltados ao acolhimento e ao cuidado de pessoas idosas que necessitam de assistência contínua.

Cada ILPI possui suas particularidades, mas todas compartilham o compromisso com um atendimento humanizado, pautado no respeito, na atenção e na qualidade de vida dos residentes.

Conheça as instituições visitadas pela diretoria da ASA-CD:

Espaço Anchieta
Endereço: SMLN, MI 3, conj. 4, casa 29A
Telefone: (61) 3203-7699
LAGO NORTE
Espaço Longevitá
Endereço: EQRSW 5/6, lote 1
Telefones: (61) 2099-6662 ou (61) 2099-6664
SUDOESTE
Espaço Convivência
Endereço: CRS 503, bloco A, loja 36
Telefone: (61) 3323-8707 ou (61) 3322-0211
ASA SUL
Espaço Altevita
Endereço: SHDB QL 32, conj. 1, Centro de Convenções Israel Pinheiro
Telefone: (61) 99618-0496 ou (61) 3999-1243
LAGO SUL
Espaço Sênior
Endereço: QS 05, lote 14
Telefone: (61) 3548-0018
TAGUATINGA
Espaço Residencial para Idosas
Endereço: Rua 01, chácara 25, lote 4C
Telefone: (61) 3203 - 4869
VICENTE PIRES
Reviver Espaço para Idosos
Endereço: QE 18, conj. C
Telefone: (61) 3055-4230
GUARÁ 1
Spa Way Sênior
Endereço: Quadra 09, conj. 3, lote 4
Telefone: (61) 99882-9813
PARK WAY
Lar dos Velhinhos Maria Madalena
Endereço: Trecho 3, Área Especial ½
Telefones: (61) 3552-0504 ou (61) 98539-5711
NÚCLEO BANDEIRANTE
Villa do Conde Residencial Sênior
Endereço: QNA 47, casa 02
Telefone: (61) 99147-2468
TAGUATINGA NORTE
Obras Assistenciais Bezerra de Menezes
Endereço: Quadra 14, Área Especial 1
Telefone: (61) 3591-3039
SOBRADINHO
Lar São José Casa do Candango
Endereço: Quadra 14, Área Especial 1, lotes 17 e 18
Telefone: (61) 3487-6094
SOBRADINHO

ASSOCIADO CANDANGO

UILZA MARIA GUERRA



Originária de Natal, no Rio Grande do Norte, **Uilza Maria Guerra** estabeleceu-se na capital federal em janeiro de 1961. Seu tempo livre é enriquecido pelo hábito da leitura e por momentos de boa conversa com seu círculo social, além do grande entusiasmo por explorar novos destinos em viagens. Ao compartilhar sua visão sobre o trabalho da Associação, a associada teceu rasgados elogios à atual gestão da ASA, classificando-a como extremamente dinâmica, atenta às aspirações dos membros e responsável por promover eventos marcantes e inesquecíveis.



Rita de Cássia Piedade da Silva

Rita de Cássia Piedade da Silva nasceu em Brasília (DF) em 1970. Em seus momentos de lazer e descanso a associada adora passear de barco pelo Lago Paranoá e aproveitar a companhia de sua família. Muito satisfeita e entusiasmada com a instituição, Rita faz questão de declarar o seu carinho pela gestão atual, destacando que está amando o trabalho realizado e elogiando a liderança como uma pessoa supercompetente e do coração.

Silvana Teresa Saads Pereira



Nascida em São Luís (MA), Silvana chegou a Brasília em 1977 e construiu na capital uma trajetória marcada por amizades, experiências e momentos especiais. Valoriza muito a convivência com a família e os amigos, aproveitando seu tempo livre para ir ao cinema, ouvir música, viajar e frequentar a igreja. Muito satisfeita com a ASA-CD, Silvana elogia a gestão da presidente Maria Elisa Siqueira de Oliveira, destacando o trabalho dinâmico e atencioso realizado em benefício dos associados. Com alegria e carinho pelas pessoas que fazem parte de sua vida, Silvana acredita que os melhores momentos são aqueles compartilhados com quem amamos.



Antonio Joaquim da Motta

Antonio Joaquim da Motta chegou a Brasília em 1971. Foi servidor da Receita Federal, prestou concurso para a Câmara dos Deputados, onde atuou como Consultor Legislativo. No tempo livre gosta de ler, passear e estar em casa, ajudando e fazendo companhia à esposa, Nize. Para ele a leitura é um dos principais *hobbies*. Aos amigos aposentados aconselha acreditar na vida, valorizar as pessoas, cultivar o companheirismo, viajar, amar a família e aproveitar a convivência com os netos. Sobre a ASA-CD Antonio é só elogios. Dá nota 10 à atual gestão, elogia a presidente Maria Elisa e afirma que, dela, "só pode esperar coisas boas". Ao conhecer a nova sede ficou encantado e também agradeceu aos colaboradores pelo apoio na realização do recadastramento.

Fala, Associado

Solange Maria Machado Corrêa



Nascida em Botafogo, no Rio de Janeiro, **Solange Maria Machado Corrêa** chegou a Brasília em 1973. Advogada atuante nas áreas de Direito de Família e Sucessões, valoriza a prevenção e o planejamento. Apaixonada pela natureza, atividades ao ar livre e viagens, especialmente para destinos de praia e sol, também reconhece o trabalho da atual gestão da instituição e defende a continuidade das ações de valorização e fortalecimento dos associados.



Marilena de Almeida Campos

Marilena de Almeida Campos nasceu em São Paulo (SP) e chegou a Brasília em janeiro de 1980, residindo atualmente em Americana (SP). Em seu tempo sempre livre e leve, seu passatempo favorito é curtir o carinho dos seus amados gatinhos. Muito satisfeita com a instituição, Marilena elogia a gestão da Elisa, desejando que ela continue sempre alegre e disposta, e aproveita para mandar um abraço especial para a sua turma da SECOM de 1990!

Raimunda Nadja Xavier Gomes



Raimunda Nadja Xavier Gomes nasceu em Fortaleza (CE) e mudou-se para Brasília em 1978. Apaixonada por movimento e novas experiências, tem na dança e nas viagens suas grandes paixões — atividades que preenchem seu tempo livre com ritmo, energia e descobertas. Na ASA participa ativamente do Curso de Inglês. Sobre a gestão da Associação faz questão de parabenizar a Presidente pelo trabalho exercido, destacando que seu desempenho alcança metas, redefine padrões de excelência e busca constantemente fortalecer a interação entre os associados.



Maria Lúcia de Azevedo Campos

Maria Lúcia de Azevedo Campos, natural de Bom Jesus do Itabapoana (RJ), chegou a Brasília em 1974, com o marido, José Ralph Siqueira, e três filhos. Na capital teve mais duas filhas e acolheu ainda três filhos do coração. Formada em Direito pelo UniCeub, trabalhou por 14 anos na Presidência da República e também atuou no SESI/DN, na área da Educação, oportunidade que lhe permitiu viajar por todo o país. Aos 84 anos, viúva desde 2022, é apaixonada por viagens, música, gastronomia e amizades, mantendo uma rotina ativa, segundo ela, “por saúde, e não por estética”. De volta à ASA-CD busca também manter viva a lembrança do marido, que valorizava a Associação e frequentava seus bailes. Entusiasmada com a instituição, Maria Lúcia destaca o dinamismo da atual gestão e aguarda com expectativa conhecer a presidente Maria Elisa.





Inscreva-se (61) 99451-5807 - Rodrigo / (61) 99413-0276 -Ivanete

ASA com Arte

Entre Remadas, Conexões e Novas Experiências



Alice Maria Costa Botelho Garcia, natural de Itápolis (SP), elegeu Brasília como seu lar em 1978. Dona de uma energia singular, Alice encontrou na prática do remo em canoa havaiana não apenas um *hobby*, mas um verdadeiro estilo de vida. Quando não está sobre as águas, a associada aprecia bons momentos de lazer entre filmes e séries. Alice também ressalta o papel fundamental da ASA-CD, descrevendo a gestão atual como uma iniciativa maravilhosa, especialmente pela forma como a Associação aproxima os aposentados por meio de atividades sociais que promovem a vitalidade e a integração de todos.

Entre o Crochê, a Natureza e Novos Caminhos



Luiza Helena Costa De Jesus nasceu no Rio de Janeiro (RJ) e chegou a Brasília em 1983, aos 17 anos. Há um ano mudou-se para Caxias do Sul (RS). É apaixonada por artesanato, dedicando-se com muito carinho à criação de roupas e acessórios em crochê para bonecas e bebês. Em seu tempo livre ama admirar e fotografar a natureza, além de caminhar e assistir a bons filmes. Embora não participe ativamente da ação ASA Artesanato, segue acompanhando com orgulho e alegria todas as notícias e a gestão da Associação, sentindo-se muito feliz em fazer parte dela.

Entre Pontos, Amizades e Cultura



Maria Cristina Bernardo da Silva, nascida em Natal (RN), chegou a Brasília em 1979, onde construiu sua trajetória com afeto e dedicação. Apaixonada por artes manuais, encontra no ponto de cruz uma forma de expressão e terapia, transformando cada trabalho em uma verdadeira obra de arte. Também valoriza o convívio com amigos, bons cafés e a vida cultural da cidade. Engajada com a ASA-CD, reconhece e apoia o trabalho da atual gestão e suas iniciativas em benefício dos associados.





Dica de viagem

Blumenau

Blumenau: um pedacinho da Alemanha no Brasil

Fundada em 1850 pelo alemão Hermann Bruno Otto Blumenau, a cidade preserva até hoje fortes tradições germânicas na arquitetura, cultura, gastronomia e festas.

🍺 **Oktoberfest**

Realizada desde 1984, é considerada a maior festa alemã das Américas. Em 2026, sua 41ª edição acontece de 7 a 25 de outubro, com música, danças, trajes típicos e desfiles.

🏘️ **Vila Germânica**

Um dos principais pontos turísticos, reúne arquitetura típica, restaurantes, lojas e eventos.

🍻 **Tradição cervejeira**

Conhecida como Capital Brasileira da Cerveja, Blumenau reúne diversas cervejarias artesanais e atrações como o Museu da Cerveja.

🏛️ **História e natureza**

Museus, parques e áreas verdes oferecem opções para conhecer a história local e aproveitar a natureza.

🍽️ **Gastronomia**

Pratos como marreco recheado, *eisbein*, salsichas, chucrute, cucas e *strudels* revelam a forte influência alemã.

✨ **Curiosidade: a Oktoberfest surgiu em 1984, durante a reconstrução da cidade após uma grande enchente, e já recebeu mais de 25 milhões de visitantes ao longo de sua história.**

Dicas de CASA



DICAS DE COMO BEBER ÁGUA E SE MANTER HIDRATADO

O segredo para atingir 2 litros de água por dia é distribuir o consumo ao longo do dia. Para facilitar, use uma garrafa medidor, saborize a água com limão, hortelã ou pepino e associe o hábito a momentos da rotina, como após escovar os dentes ou antes das refeições.

DICA PARA CUIDAR DA SUA SAÚDE!

Manter o ambiente agradável evita diversos desconfortos respiratórios. A importância de ter um umidificador de ar em casa está nos detalhes: Protege a garganta e o nariz contra o ressecamento. Principalmente quando se usa ar condicionado. Alivia os sintomas de rinite e sinusite. Melhora a qualidade do ar durante a noite.

Dica extra: lembre-se de trocar a água do reservatório diariamente para manter o ar sempre limpo!





DICA SIMPLES PARA CONSERVAR MELHOR OS ALIMENTOS

Uma dica simples e prática para conservar melhor os alimentos é colocar um pedacinho de saco plástico entre o pote de vidro e a tampa antes de fechá-lo. Essa vedação extra ajuda a impedir a entrada de bichinhos, umidade e ar, mantendo farinhas, grãos, temperos e outros mantimentos bem protegidos e conservados por muito mais tempo.

Asa Gourmet

PALHA ITALIANA



Ingredientes:

- 1 caixa de leite condensado
- 1 pacote de biscoito de maisena
- 1 colher (sopa) de *Toddy* ou chocolate em pó
- 1 colher (sopa) de manteiga

Modo de preparo:

-Quebre os biscoitos de maisena em pedaços pequenos e reserve.
-Em uma panela coloque o leite condensado, o chocolate em pó e a manteiga.
-Leve ao fogo baixo, mexendo sempre, até a mistura engrossar e começar a desgrudar do fundo da panela, como um brigadeiro.
-Desligue o fogo e acrescente os biscoitos quebrados. Misture delicadamente até que todos os pedaços fiquem envolvidos pelo creme.
-Transfira a mistura para uma forma ou recipiente untado com um pouco de manteiga e espalhe, pressionando para ficar uniforme.
-Deixe esfriar completamente. Se quiser, leve à geladeira por cerca de 1 hora para firmar.
-Corte em quadradinhos e, se desejar, passe no açúcar refinado ou no leite em pó.
-Rendimento: aproximadamente 15 a 20 pedaços, dependendo do tamanho.

PASTEL DE AIRFRYER



Ingredientes:

- Massa de pastel retangular Germana
- Queijo mussarela fatiado
- Peito de peru ou presunto
- Rodelas de banana nanica
- 2 ovos
- Farinha de mandioca ou *panko*

Modo de preparo:

-Cortar a massa do tamanho desejado para o pastel
-Colocar o queijo mussarela e o peito de peru ou queijo mussarela e banana.
- Fechar direitinho
-Eu prefiro assar na Airfryer
-Que delícia

ASA-CD REALIZA VISITA AO DAS PARA FORTALECER LAÇOS E ESTREITAR PARCERIA



No dia 14 de setembro a presidente da ASA-CD, Maria Elisa Siqueira de Oliveira, acompanhada dos diretores Enila Beatriz, Francisca Célia e José Vieira, realizou uma visita ao DAS – antigo DEMED, com o objetivo de fortalecer os laços institucionais e estreitar a parceria entre as entidades.

O DAS possui grande importância para os associados, sendo um serviço de referência e fundamental para o atendimento e o cuidado com a saúde e o bem-estar dos servidores. Por isso, manter um diálogo próximo e uma boa relação com o departamento é uma das prioridades da ASA-CD.

Durante a visita, a ASA-CD foi recebida pelo Dr. Lírio e pela servidora Paula, em um momento de cordialidade, diálogo e troca de experiências.

A presidente Maria Elisa destacou a importância de fortalecer essa aproximação, buscando manter um canal permanente de diálogo e cooperação, sempre pensando no melhor atendimento e nos benefícios oferecidos aos associados.

Na oportunidade, Maria Elisa também convidou o Dr. Lírio e a servidora Paula para conhecerem a sede da ASA-CD, reforçando o desejo de estreitar ainda mais essa relação.

A visita reafirma o compromisso da ASA-CD em construir pontes, fortalecer parcerias e estar cada vez mais próxima das instituições que fazem a diferença e levam orientação aos associados.

4º ENCONTRO dos Escritores DA ASA-CD



No dia 22 de setembro às 15h, a ASA-CD realizou o 4º Encontro dos Escritores da ASA-CD, promovendo um momento especial de cultura, troca de experiências e valorização da literatura.

O encontro contou com a presença da presidente da ASA-CD, Maria Elisa, além de Elba, Uilza, Roberto Guimarães, João Florentino, Gerusa, Teresa e Fátima, que participaram de uma tarde agradável de conversa e integração.

Para encerrar o encontro, os participantes desfrutaram de um lanche especial, tornando o momento ainda mais acolhedor e descontraído.

Curso Automaquiagem

Curso de Automaquiagem reúne associadas em manhã de aprendizado e beleza







Durante o mês de setembro a ASA-CD promoveu três aulas do Curso de Automaquiagem Gratuito, proporcionando às associadas momentos especiais de aprendizado, cuidado, autoestima e muita beleza.

Ao longo das aulas, as participantes tiveram a oportunidade de aprender técnicas práticas para valorizar ainda mais a beleza no dia a dia, com orientações sobre preparação da pele, aplicação da base, contorno, *blush*, iluminador e preenchimento das sobrancelhas, além de técnicas para uma maquiagem mais elaborada.

As aulas foram conduzidas pelas professoras Ivanete e Daniele, que compartilharam seus conhecimentos com muita didática, carinho e atenção, tornando cada encontro ainda mais especial. O resultado foi uma turma animada, participativa e muito satisfeita.

As associadas puderam colocar os ensinamentos em prática, descobrir novas possibilidades de maquiagem e, claro, registrar muitos momentos e resultados em fotos.

E para completar as manhãs de aprendizado e integração, as participantes também aproveitaram deliciosos momentos de confraternização com um lanche especial.

Mais uma vez a ASA-CD reforça seu compromisso em cuidar das associadas por inteiro, promovendo não apenas aprendizado, mas também autoestima, bem-estar, integração e alegria.



Vacinação contra a Gripe para Beneficiários do Pró-Saúde

A Secretaria Executiva do Pró-Saúde informa que a vacina contra a gripe (influenza quadrivalente) passa a fazer parte da cobertura do plano em 2026, conforme aprovação do Conselho Diretor.

Quem pode receber?
Todos os beneficiários do Pró-Saúde.
Onde vacinar?
Nas unidades do Laboratório Sabin credenciadas, mediante apresentação da carteirinha do Pró-Saúde.
Prazo:
Até 31 de dezembro de 2026 ou enquanto houver disponibilidade das 2.000 doses disponibilizadas.
Pedido médico:
Não é necessário.
Reembolso:
Quem optar por se vacinar em outro estabelecimento poderá solicitar reembolso de até R$ 80,00 por dose (com incidência de coparticipação), mediante envio da nota fiscal e comprovante de pagamento pela Área do Beneficiário no portal do Pró-Saúde, em até 60 dias após a emissão da nota fiscal.

Unidades e Horários Credenciados:

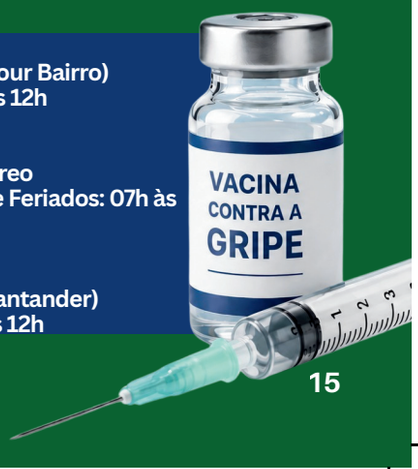
✅ **Dom Bosco - Lago Sul**
📍 QI 23, SMDB Conj 12 Bl B (Comércio do Oba/BigBox)
⏰ Seg a Sex: 07h às 17h | Sáb: 07h às 12h

✅ **110 Norte**
📍 Plaza Norte Shopping - EQ 110/111 Bl A, Lj 18
⏰ Seg a Sex: 07h às 17h | Sáb: 08h às 12h

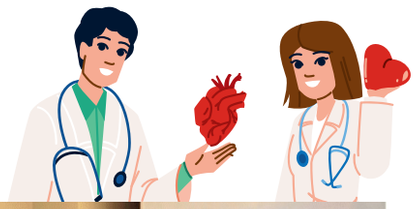
✅ **QI 13 Lago Sul**
📍 QI 13 Bl E, Lj 2 (Próximo ao Carrefour Bairro)
⏰ Seg a Sex: 07h às 18h | Sáb: 08h às 12h

✅ **Centro Clínico Sul**
📍 Setor Hospitalar Sul, 716, C07 Térreo
⏰ Seg a Sex: 07h às 19h | Sáb, Dom e Feriados: 07h às 18h

✅ **Sudoeste 105**
📍 CLSW 105 Bl A, Lj 4 (Ao lado do Santander)
⏰ Seg a Sex: 07h às 17h | Sáb: 08h às 12h



PALESTRA SOBRE Saúde









PREVEÇÃO, SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA DA MULHER

No dia 29 de setembro a ASA-CD realizou a palestra “Cuidar do coração é cuidar da vida!”, ministrada pela cardiologista Dra. Alexandra Mesquita. O encontro abordou a prevenção de doenças cardiovasculares, pressão arterial, trombose, aterosclerose e a importância do acompanhamento médico. Durante a atividade as participantes esclareceram dúvidas sobre o exame D-dímero, a realização periódica de exames, os riscos de um novo AVC, alterações na pressão arterial durante a noite, procedimentos cardíacos, risco de quedas, complicações cardiovasculares e uso de vermífugos. Também foram compartilhadas experiências relacionadas a casos de infarto e outras complicações de saúde. A palestra proporcionou um momento de aprendizado e troca de informações, reforçando a importância da prevenção e da adoção de hábitos que contribuam para uma vida mais saudável. Para encerrar a programação, foram sorteados dois convites para o Baile ASA-CD 2026 – 35 Anos. As ganhadoras foram Eliane e Margareth. Após o sorteio, foi servido um delicioso lanche aos participantes, proporcionando um momento de confraternização e descontração.

ASA-CD — Cuidando de você por inteiro! ❤️



TODO MÊS - GRATUITO



A ASA-CD REALIZA O SORTEIO DE MIMOS PARA QUEM CONTRIBUI PARA A COMPRA DAS CESTAS BÁSICAS NA AÇÃO ASA SOLIDÁRIA


Sorteio realizado


Ganhadora do sorteio


Instituto Chute Certo


Centro Social Formar


Humanizzare


Igreja Batista de Sião


Comitê e Cidadania


Igreja Presbiteriana Sol Nascente


Instituto Reciclando Sons


Liga do Bem


Creche Doando Vida


Catedral Militar Rainha da Paz


Igreja Santa Clara

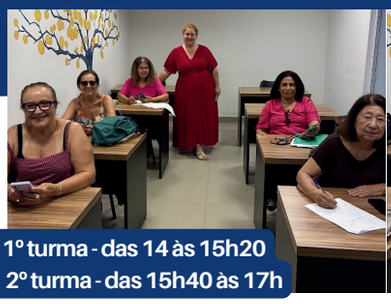

Banho do Bem


Instituto Santos Inocentes

A ASA-CD REALIZA AS DOAÇÕES DAS CESTAS BÁSICAS PARA INSTITUIÇÕES E IGREJAS, QUE LEVAM ESSE APOIO A PESSOAS EM SITUAÇÃO DE NECESSIDADE. JUNTOS, FAZEMOS A DIFERENÇA!

Inclusão DIGITAL

Conectando Pessoas e Transformando Vidas





1º turma - das 14 às 15h20
2º turma - das 15h40 às 17h

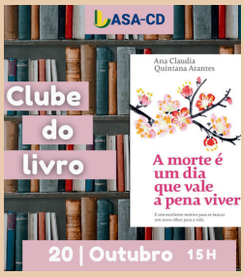
Curso de Inclusão Digital de forma continua, reafirmando seu compromisso com o aprendizado contínuo, a autonomia e a participação ativa dos associados no universo tecnológico. A professora Marcela Rocha conduz as atividades de forma clara, didática e acolhedora, incentivando a troca de experiências e esclarecendo dúvidas.

Durante o curso os participantes desenvolveram habilidades no uso de ferramentas digitais, conquistando mais segurança e independência no dia a dia.

A iniciativa reforça o compromisso da ASA-CD com a inclusão digital e a construção de um ambiente cada vez mais acessível e acolhedor.

Ideal para quem deseja aprender, do básico ao avançado, o uso de celular e computador de forma simples e prática. Turmas todas as quartas-feiras, em formato continuado: das 14h às 15h20 e das 15h40 às 17h.







CLUBE DO Livro



Porque ler é bom... mas compartilhar a leitura é ainda melhor!

No dia 25 de agosto o Clube do Livro da ASA-CD realizou mais um encontro na sede da Associação. As participantes discutiram o livro “Verity”, de Colleen Hoover, um suspense psicológico que aborda segredos, mistérios e diferentes versões de uma mesma história, despertando muitas opiniões e interpretações.

Participaram do encontro a presidente Maria Elisa, além de Maria Júlia, Elba, Relva, Zezé, Uilza, Margareth e Socorro.

Para tornar o encontro ainda mais especial, a presidente Maria Elisa adquiriu exemplares do livro “A morte é um dia que vale a pena viver” e realizou o sorteio entre os associados que participam do grupo do Clube do Livro. A grande ganhadora foi Ivete Galdino, que recebeu o exemplar como presente.

Ao final, todas aproveitaram um delicioso lanche, encerrando o encontro em um clima de confraternização, amizade e muita troca de ideias.

O livro escolhido para a próxima edição é “A MORTE É UM DIA QUE VALE A PENA VIVER ” - ANA CLÁUDIA QUINTANA ARANTES



CINE ASA-CD

No dia 15 de setembro nossas associadas, acompanhadas da presidente da ASA-CD, Maria Elisa Siqueira de Oliveira, participaram de um momento especial de convivência e descontração no cinema, para assistir ao filme “Minha Melhor Amiga”.

O encontro foi uma oportunidade para fortalecer os laços de amizade, promover a integração entre as associadas e aproveitar uma tarde agradável de lazer e cultura.

Estiveram presentes a presidente Maria Elisa, Gracinira, Elba, Zezé, Sônia, Magna Rita, Francisca Célia e Maria Júlia.

Momentos como esse reforçam o compromisso da ASA-CD em proporcionar às suas associadas oportunidades de convivência, bem-estar e experiências especiais.



ARTESANATO

As aulas especiais de artesanato na ASA-CD já começaram. Os encontros, conduzidos pelas professoras Cida, Cris, Enezita e Zezé, transformam cada tarde em um momento agradável e produtivo.
Durante as aulas os associados aprendem novas técnicas, trocam experiências e desenvolvem peças cheias de criatividade e capricho. Cada encontro vai além da produção de objetos: é um momento de compartilhar histórias, melhorar os movimentos das mãos, valorizar habilidades, estimular o bem-estar, o desenvolvimento e a cognição.

Faça parte das nossas aulas de artesanato e viva momentos especiais na ASA-CD!







ASA DANÇANTE

As aulas de Dança de Salão são um dos momentos mais esperados da semana. Os encontros acontecem todas as quintas-feiras, às 16h, em um ambiente acolhedor, repleto de música, movimento e alegria.
Mais do que aprender passos e técnicas, a dança promove integração, fortalece amizades e contribui para a saúde física e mental dos associados, trazendo mais disposição, leveza e bem-estar para o dia a dia.

PROSA NA EMBAIXADA DE MINAS

No dia 30 de setembro a ASA-CD realizou mais uma edição do tradicional Prosa, desta vez na Embaixada de Minas, restaurante do nosso mais novo associado, José Umberto.
O encontro foi marcado por boas conversas, confraternização e uma deliciosa comida caseira, com rabada, tutu de feijão, couve refogada, arroz branquinho e soltinho, costelinha suína e um irresistível pudim de sobremesa!
A programação também contou com sorteios e uma comemoração especial pelos aniversariantes de setembro: Silvanna Saads e a colaboradora Ingrid, que receberam os parabéns de todos.
A ASA-CD agradece pela acolhida e convida todos a conhecerem a Embaixada de Minas e saborearem essas delícias!

📍 **Embaixada de Minas**
📞 **Telefone: (61) 99890-1168**

aniversariantes e sorteios
















PROSA NA EMBAIXADA DE MINAS
















ASA-CD PROMOVE PASSEIO HISTÓRICO AO CATETINHO E PROPORCIONA VIAGEM NO TEMPO



Na manhã da quinta-feira dia 10 de setembro a ASA-CD promoveu um passeio especial ao Catetinho, um dos importantes locais históricos de Brasília. A saída foi da ASA-CD às 9h30, com a participação da presidente da ASA-CD, Maria Elisa, das associadas Magna, Silvana Saads e Meg, além da colaboradora Jaqueline. O passeio foi uma verdadeira viagem no tempo e uma oportunidade de conhecer mais de perto a história de Juscelino Kubitschek e os primeiros anos da construção de Brasília. Durante a visita, as participantes conheceram a antiga residência de Juscelino Kubitschek, preservada como espaço histórico e cultural, e puderam conhecer detalhes da vida do presidente que idealizou e acompanhou a construção da nova capital do Brasil. O grupo também visitou a nascente de água da região que deu nome à música “Camará”, de Tom Jobim e Vinícius de Moraes, ampliando a experiência de contato com a História e com o patrimônio natural que faz parte da trajetória do Catetinho. Entre memórias, histórias e descobertas, o passeio proporcionou momentos de convivência, cultura e aprendizado. Mais do que conhecer um ponto turístico, as associadas tiveram a oportunidade de reviver parte da história de Brasília e compreender um pouco mais sobre os acontecimentos que marcaram a construção da capital. Foi uma manhã especial, marcada pela cultura, pela amizade e pela valorização da História. Uma verdadeira viagem no tempo, promovida pela ASA-CD para aproximar suas associadas dos lugares e das histórias que fazem parte da nossa cidade.

ASA-CD PARTICIPOU DA COPA E SARAU SINDILEGIS 2026, EM BELÉM - PA









Entre os dias 16 e 20 de setembro a ASA-CD participou da programação da Copa e Sarau Sindilegis 2026, realizada em Belém (PA). O evento reuniu servidores da Câmara dos Deputados, do Senado Federal e do Tribunal de Contas da União (TCU), com atividades esportivas, culturais e momentos de confraternização.

A presidente da ASA-CD, Maria Elisa Siqueira de Oliveira, participou da programação ao lado das associadas e diretoras Dolores e Enila Beatriz.

No dia 18 de setembro Maria Elisa participou da corrida da Copa Legis e conquistou o 2º lugar em sua categoria. A medalha foi entregue pela diretora e amiga Enila Beatriz (Bia), tornando a conquista ainda mais especial. Em tom descontraído, a presidente brincou que a medalha era de peso — pesada mesmo!

Outro destaque foi a apresentação musical de Enila Beatriz, que encantou o público ao interpretar “Não Quero Dinheiro” e “País Tropical”. Emocionada, Maria Elisa elogiou: “Bia deu um show! Fiquei arrepiada.”

A participação da ASA-CD reforçou a importância de iniciativas que promovem integração, amizade, esporte, cultura, lazer e bem-estar entre aposentados e servidores.

BAILE ASA-CD 2026
35 ANOS

📍 **LOCAL: CLUBE NAVAL**
📅 **DIA: 6/11/2026**
⏰ **HORÁRIO: DAS 20H ÀS 1H**

A VENDA DOS CONVITES PARA O BAILE ASA-CD 2026 - 35 ANOS SERÁ ABERTA NO DIA 21/09/2026!

🎟 VALORES DOS CONVITES

1º Lote – 21 a 30 de setembro
Associado: R$ 250,00
Não associado: R$ 350,00

2º Lote – 1 de setembro a 16 de outubro
Associado: R$ 350,00
Não associado: R$ 390,00

3º Lote – 19 a 30 de outubro
Associado: R$ 390,00
Não associado: R$ 450,00

💳 FORMAS DE PAGAMENTO

A compra de 1 convite deverá ser feita via Pix, transferência ou débito.

Agência: 3478-9
Conta corrente: 117.476-2
PIX CNPJ: 37.114.295/0001-37

A partir de 2 convites será possível o pagamento no crédito, com parcelamento em até 2x (acrescida a taxa da maquininha).

ASA-CD – CUIDANDO DE VOCÊ POR INTEIRO

AQUI VOCÊ ENCONTRA APOIO, APRENDIZADO, MOVIMENTO E AMIZADE

ASACD
(61) 99413-0276

CAMPANHA SÓCIO TRAZ SÓCIO!

Indique um amigo para se associar e **todo mundo ganha!**



SORTEIO DE 1 celular



APONTE A CÂMERA DO CELULAR, ESCANEIE O QR CODE E BAIXE A FICHA DE ASSOCIAÇÃO.

O ASSOCIADO QUE INDICOU
CONCORRE AO SORTEIO DE 1 CELULAR
E O NOVO ASSOCIADO ***GANHA UM MIMO!***

A CADA 15 NOVOS ASSOCIADOS

AÇÕES da ASACD

Fique por dentro de tudo que acontece!

Aqui na ASA
DEFESA dos interesses individuais e coletivos dos associados
INTEGRAÇÃO sociocultural

ASA Saúde
Atividades físicas com diversão e segurança, na presença de fisioterapeuta e personal trainer.

ASA Idiomas
Aulas online e virtuais de **Inglês, Francês, Espanhol e Italiano.** (Aula presencial apenas para Inglês).

ASA Viajantes
Viajar é bom e com os amigos é melhor! **Conheça novos lugares e faça novas amizades.**

Cine ASA-CD
Encontros às segundas-feiras para **sessões de cinema!**

Clube do Livro
Encontro bimestral para **discussão de obras literárias**

ASA Dança
Aula de dança para os associados animarem!

Imposto de Renda
Consultoria para a **declaração anual do imposto de renda** de pessoa física

ASA Artesanato
Faça e aprenda lindos trabalhos manuais e artesanato!

Curso de Inclusão Digital
Aprenda informática para aproveitar o mundo digital!

Encontro dos Escritores
Grupo para **discutir, produzir e compartilhar** conteúdos autorais

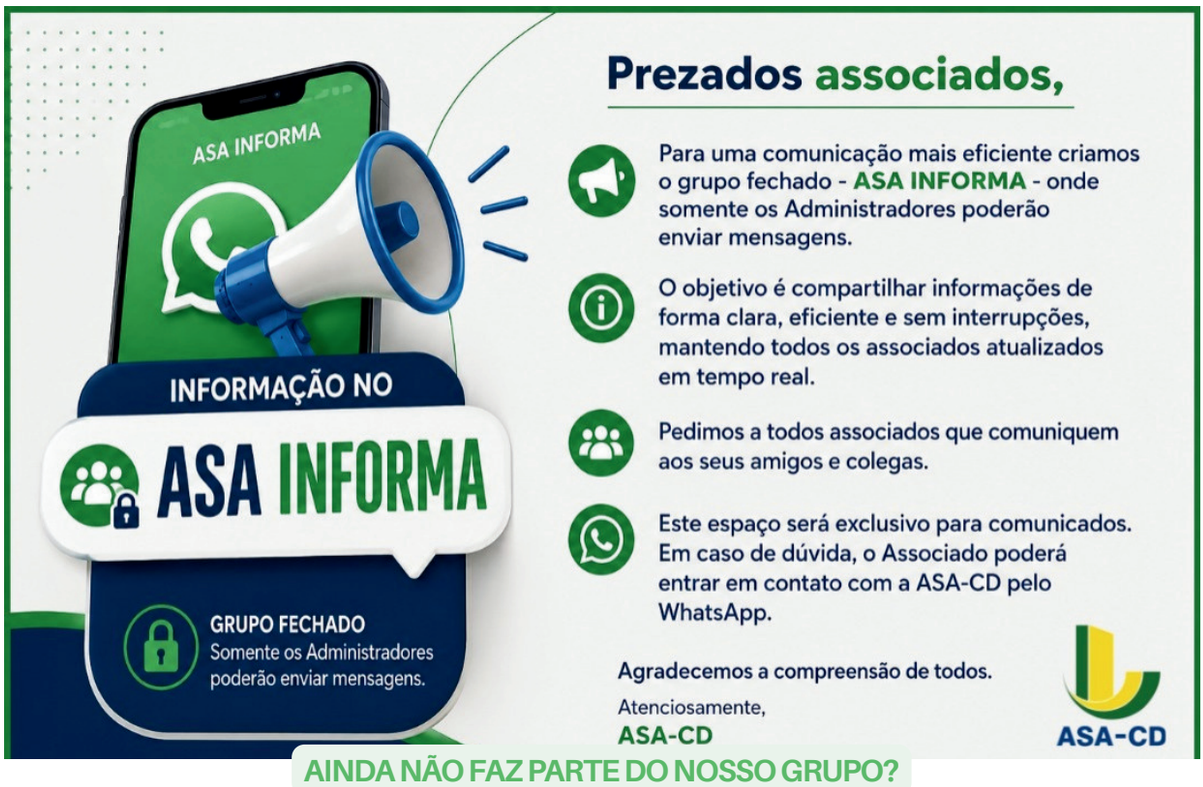
Tarde de Jogos
Participe de **tardes divertidas de jogos,** bingo e dominó

Baile Anual
Celebração do aniversário da fundação em grande estilo

clubs
Descontos exclusivos em combustível, clubes, pousadas e muito mais.

PROSA MENSAL
Evento Mensal onde a **música é boa, a** comida é caprichada **e a conversa flui!**

Curso Prático de Finanças Pessoais
Um curso prático, para organizar suas finanças, planejar gastos e ter tranquilidade financeira!



AINDA NÃO FAZ PARTE DO NOSSO GRUPO?

Venha fazer parte do nosso grupo!
Informação e um espaço de convivência pensado especialmente para você.
Entre em contato (61) 99413-0276 - Ivanete.

Esperamos por você!

Você sabia que a ASA-CD tem UTI Móvel gratuita?

A ASA-CD, em parceria com o Clubs, disponibiliza aos associados o serviço gratuito de atendimento de urgência e emergência com ambulâncias UTI Móvel da On Life. O atendimento funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana, garantindo mais segurança e tranquilidade para os aposentados e pensionistas associados à ASA-CD que residem no Distrito Federal e região do entorno. Em situações de urgência ou emergência basta entrar em contato diretamente com a central da On Life pelo telefone 0800 642 1202. Ao ligar, informe ser beneficiário Clubs, bem como o nome completo e CPF. para que a equipe possa realizar o atendimento com agilidade.

On Life
SUPORTE À VIDA 24 HORAS



LIGUE PARA 0800 642 1202



Aniversariantes
de novembro

DIA 1
· CARLA BERNADETTE DE OLIVEIRA
· ELISABETE VIVEIROS DE ALMEIDA
· IVONETE PIMENTEL SARMENTO
· MARLÚCIA BATISTA MONTEIRO
· PAULO BRILL
· SCHEILA MELLO SALGADO DE CARVALHO

DIA 2
· CECILIA SILVIA GUEDES ALCOFORADO
· MARIA AMALIA DE CASTRO
· ZILDA RODRIGUES DA COSTA

DIA 3
· CARLOS ALBERTO MELO PRADO
· DARIU BATISTA DE CASTRO
· IVANI DOS SANTOS
· LUIZ FEITOSA DOS SANTOS
· MAGDA ROUEDE BERNARDES
· MARIA DE FATIMA ARAGAO SANFORD BARROS
· MIRNA DE CASTELA CARVALHO PESSOA
· ROSA HELENA DE SOUZA GOUVEIA
· ROSILENE FERREIRA LEAL

DIA 4
· ANTONIA DE MARIA DE LACERDA
· LIGIA CARDOSO MINERVINO
· LOURDES BOMTEMPO DE MENDONÇA
· LUIS ANTONIO BARBOSA BERTOLINO
· SANDRA MARA FIRMO RIBEIRO

DIA 5
· AMANCIO MANOEL LOPES
· BENEDITA ENEIDE DE ARRUDA BUENO
· GILDA MOSCOSO RUBINO
· JOSEFA IRANI GONCALVES DE OLIVEIRA
· LUIZ ANTONIO BATISTA MACHADO
· MANUELITA MARIA DE MENEZES
· MYRTHES DE SOUZA
· ODETE GARCIA GUERRA
· OVILIA DE ALENCAR LINO
· PEDRO HENRIQUE DA SILVA

DIA 6
· CARMEN RUTH BENTES LEAL
· SANDRA DA ROCHA MARMO DE OLIVEIRA

DIA 7
· ELIZABETH GARCIA DE LIMA
· HELOISA HELENA SILVA RAMOS
· HEYDERNE JOSÉ PEREIRA COELHO

DIA 8
· CONSTANTE CAETANO TURCHIELLO
· EDSON CARLOS MOTA
· ENILA BEATRIZ ESTEVES GOMES
· FRANCY LOURDES PEREIRA BORGES
· IOLANDA RODRIGUES DA SILVA
· VANEIDA VIRNA DOS SANTOS DE CARVALHO

DIA 9
· AUGUSTO MENA BARRETO NETO
· HERCY MATTOS BABY
· LUIZ FERNANDO GARCIA DE OLIVEIRA
· MARGARIDA MARIA QUEIROZ OLIVEIRA CABRAL
· MARIA DE LOURDES BARBOSA
· MIRIAM DOS SANTOS MEDEIROS

DIA 10
· ALICE FONSECA TEIXEIRA DE OLIVEIRA
· ERNESTO LUIS MARTINS DE ASSIS
· JANETE MARIA TREVISAN DE OLIVEIRA
· MARIA NEUZA DE OLIVEIRA MARTINS
· RACHEL UNGIEROWICZ
· RITA DE CASSIA TREMENDANI DOS SANTOS
· ZILA DIAS

DIA 11
· ALBA CASTRO DA MATTA
· HILTON ROBERTO DE MOURA SILVA
· JOSE PEREIRA TAVARES
· UIARA ALMEIDA ROLAND

DIA 12
· FATIMA PEIXOTO DE LIMA
· FRANCISCA HELENA NOGUEIRA DE SÁ RAMALHO
· HERACLITO DA ROCHA SANTOS MACIEL
· MARCOS FIGUEIRA DE ALMEIDA

DIA 13
· AUDREY LIZ ENDO MACEDO
· DARCY MARIA GASPARETTO CAMARGO
· DINORAH FERNANDES GIOIA MARTINS
· FRANCISCO NETO DE SOUSA
· SILVIA REGINA SANTANA CARVALHO
· VALERIO DA SILVA

DIA 14
· ALIRIA RODRIGUES CORREA
· ARMANDO SAMPAIO LACERDA
· CARLOS ALBERTO RAMOS
· ESTELA MARISA FERREIRA ROSSI
· ZITA DA SILVA DE OLIVEIRA

DIA 15
· AURENI MOUTINHO MEDEIROS
· CARLOS DOS SANTOS ALMEIDA
· EDIVALDO GOMES ARANTES
· FERNANDO LUIZ LOPES MONTENEGRO
· MARLY GLORIA DO NASCIMENTO VALE
· PAULO LUIZ BASTOS SEREJO

DIA 16
· ANA MARIA DE MEDEIROS
· ESMERALDA SILVEIRA E REIS
· JOÃO PEDRO SILVERIO
· JOAQUIM VASCONCELLOS FERREIRA
· JOEL MARIO DA SILVA
· MANOEL ARAUJO FERNANDES
· MARIA DAS GRAÇAS DIAS
· MARINALVA DA SILVA PORTO
· PEDRO ALVES NASCIMENTO

DIA 17
· ANA REGINA LUSTOSA DE OLIVEIRA
· ANDERSON BRAGA HORTA
· CARLOS ROBERTO SANTOS
· DALCA TARDIM MOREIRA
· MARGARIDA BARCKI
· NATALINA VITORIA DO LAGO RIBEIRO
· ODON FERREIRA LIMA
· WALDIMIR CANUTO DE MELO
· YVONNE PAES DE CARVALHO

DIA 18
· EDUARDO BASSIT LAMEIRO DA COSTA
· JOSÉ CARLOS PEREIRA
· MARIA HERMINIA VASCONCELOS NOLETO
· MIRIAM BISPO DE MACEDO
· MIRIAM DA CUNHA ALVES
· VILMA CEZARINA VIEIRA BILIBIO PASQUA

DIA 19
· ANTONIO CARLOS CALDEIRA
· MAGNOLIA MARIA DE FIGUEIREDO VICENTE
· MARCELO RIBEIRO E SILVA
· SUELI HATSUE NEMOTO

DIA 20
· FERNANDO MARQUES
· LUZIA CLAUDIA SERAFIM TRES LOIOLA
· MARIA LEITÃO MARTINS
· MARIA SALOME PEREIRA DA SILVA

DIA 21
· MARLENE DA SILVA TORQUATO

DIA 22
· ZELY SOARES DE OLIVEIRA

DIA 23
· CARMEN SILVIA PIRES COSTA
· GRACI LIBERATO GONÇALVES
· HENRIQUE DEURIPEDES FROES

DIA 24
· ANILEDA DE BARROS BOANI PAULUCI
· MARIA NEILY PINTO DE VASCONCELOS
· NORIS MARTINS DE FARIA

DIA 25
· EDELMO ALMEIDA SILVEIRA
· HENNALVA OLIVEIRA BRASILEIRO

DIA 26
NENHUM NOME INFORMADO.

DIA 27
· AMNERES SANTIAGO DE BRITO PEREIRA
· CYBELE MARTINS SOARES ARAUJO
· MARIA DE JESUS SOUSA NOGUEIRA
· MARIA DE LOURDES DE MACEDO BANTIN
· MARIA ISABEL JOSÉ MACEDO SILVA
· TERCIO MOREIRA MIRANDA

DIA 28
· ANA GUALTERINA DE ALENCAR ARARIPE CARNEIRO
· CLEUNICE DOS SANTOS
· FRANCISCA DE ASSIS ABREU DA ROCHA
· GEISA MARIA BEZERRA DE MEDEIROS
· MARIA CAROLINA PEREIRA FERREIRA
· MARIA ISABEL COTA MENDES NEIVA
· NILTON MENEZES
· ROSALIA MARIA DO REGO MONTEIRO
· SYMPHRONIO RENATO DE ALMEIDA

DIA 29
· BENEDITA JOSE DE CARVALHO
· EDEN PECANHA DE SOUZA
· ELIANE ALVES DE MATOS
· FRANCISCO ITAMAR MACHADO
· GUMERCINDO VALENTIM
· LIULAI LEITE LACERDA
· ROSI MERI COSTA RODRIGUES

DIA 30
· ADÃO DE OLIVEIRA
· HILDA DE SENA CORREA WIEDERHECKER
· MARIA DA CONSOLAÇAO COSTA ARAUJO PEREIRA
· MIRIAM CAMPELO DE MELO AMORIM
· RISOLETA COUTO FARIAS