



# REVISTA VOZ ATIVA



Fundada em 5 de novembro de 1991

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

Ano 31, n.º 328

Brasília - DF

Setembro 2021

## OS MARAVILHOSOS IPÊS



Maria Elisa



Adivany



Carmen Leite



Catarina Rosa



Diego Demetrius



Dione



Divina Dinozete



Ema



Fernando



Gracinira



Ingrid



Maria Graça



Marly Glória



Vanderlei



Zezé



Sorteio realizado no dia 30/9/2021

Este mês Brasília ficou adornada com os ipês, que nos presentieiam com cores lindas. O ipê amarelo é o que mais chama atenção, pela sua cor forte e vibrante. E pensando nisso, a Presidente da

ASA-CD, Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa, convidou os associados a mandarem fotos com/dos ipês. As fotos serão publicadas na capa da Revista e os associados ainda concorrerão a mimo da O Boticário.



Ganhadora do sorteio Zezé

## SUMÁRIO

Editorial, p. 2  
ASA Prosa e Poesia, p. 3  
A ASA vai até você, p. 4 - 6  
Associados Candangos, p. 7 - 8  
Fala, Associado, p. 9 - 10

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

ASA Cursos, p. 16 - 17  
ASA Solidária, p. 18  
Agradecimento, p. 18  
Clube do Livro, p. 19  
Medalha In Memoriam, p. 19

Live Personal Trainer, p. 20  
Oficina Literária, p. 20  
Fique Por Dentro, p. 20  
Aniversariantes, p. 21  
ASA Classificados, p. 22

## EXPEDIENTE

ASSOCIAÇÃO DOS SERVIDORES APOSENTADOS  
E PENSIONISTAS DA CÂMARA DOS DEPUTADOS

ASA-CD

Presidência

Maria Elisa Siqueira de Oliveira

Vice-Presidência

Conceição José Macêdo

Vera Lúcia Chaves

Maria do Amparo Bezerra da Silva

Diretoria de Secretaria

Luzia de Almeida Pinto Kirjner

Elba Machado Veloso

Ângela da Cunha Barbosa

Diretoria Financeira

Rômulo Lima Câmara

João Alencar Dantas

Luiz Antônio Batista Machado

Conselho Fiscal

Roberto de Medeiros Guimarães

José Gomes Ferreira

Agostinho Rocha Ferreira

Suplentes

Waldelei Casemiro da Silva

Magnólia Maria de Figueiredo Vicente

Alvarina Pereira Vieira

VOZ ATIVA

Jornalista Responsável

Manoel Damasceno (Mtb 0519/DF)

Colaboradores

Anderson Braga Horta

Diagramação

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Ingrid Torres Alves

Tanivia Pinheiro Timbó (CRB1-DF 2.129)

Impressão

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

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

SEDE

SGAS 610 Conj-C Mód-70 Av L2 Sul Brasília-DF

CEP 70200-700 Fones (61) 3244-3538/3244-6869

Administração

Diego Demetrius Fontenele Alves da Silva

Fernando Rodrigues de Barros Holanda

Ingrid Torres Alves

Jaqueline Maria dos Santos

Jhonata dos Santos Souza

Maria Clarice Maia do Nascimento

Tanivia Pinheiro Timbó

E-mail para contato:

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

Horário de atendimento: das 9 às 18h

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

Tiragem: 1960 exemplares

## TELEFONES ÚTEIS

Ascade (61) 3226-4503

Câmara dos Deputados (61) 3216-0000

Central do Idoso 3103-7609/3103-7612

Centro de Informática/CD (61) 3216-3636

Consulegis (61) 3214-7342

Coord. Inativos e Pensionistas (61) 3216-7251

Farmácia Ascade/CD (61) 3216-9817

Legiscred (61) 3216-9988

Legis Club (61) 3223-7705

Marcação de Consultas/CD (61) 3216-7999

Odontolegis (61) 3214-7339

Pagamento de Pessoal/CD (61) 3216-7394

Plano de Saúde/Ascade (61) 3216-9818

Pró-Saúde/CD (61) 3216-7968/3216-7976

Sindilegis (61) 3214-7300

# NOSSA MENSAGEM



*Maria Elisa Siqueira de Oliveira*  
Presidente

## EDITORIAL

Queridos, associados. Como estão? Espero que vocês já tenham gravado as quatro regrinhas que falo sempre, beber 2 litros de água, atividade física, alimentação saudável e tomar sol. Os meses de junho a setembro são muito secos, com dias de umidade muito baixa. Nós idosos precisamos estar sempre atentos a nossa hidratação, uma vez que, com o avanço da idade, não sentiremos sede e consequentemente ficaremos desidratados.

O mês de setembro, aqui em Brasília, é um deleite para os nossos olhos, isso se deve à beleza dos ipês floridos. Que os Ipês são um dos símbolos de Brasília todos já sabem, agora saber de onde vieram é uma dúvida que muitas pessoas carregam ou nunca nem imaginaram que eles não são daqui.

Na primeira década da Brasília tiveram que ser plantadas novas árvores para compor a cidade já que muitas das plantadas durante a construção de Brasília não vingaram. Os Ipês foram idealizados por Lúcio Costa por causa de sua beleza e cores e posteriormente executado o plantio sob o comando de Francisco Ozanan Correia Coelho de Alencar, engenheiro-agrônomo responsável por tornar o Distrito Federal uma cidade tão verde e bem cuidada em seu planejamento junto à Novacap. Ozanan Coelho é também conhecido como o jardineiro de Brasília.

Hoje os ipês são parte do contraste que torna Brasília singular, céu azul, concreto e flores por toda parte durante todo o ano. Além de patrimônio cultural da humanidade Brasília também é chamada de cidade-parque e vem ganhando melhorias em sua paisagem, voltando às origens do nome de suas rodovias como EPIA (Estrada Parque Indústria e Abastecimento), ganhando, por toda a sua extensão mudas de árvores como Ipês de que nos próximos anos o brasileiro terá o prazer de ver a floração.

Coincidentemente setembro é o mês da prevenção contra o suicídio, e sua cor é o amarelo. Setembro Amarelo é uma campanha brasileira de prevenção ao suicídio, iniciada em 2015. O mês de setembro foi escolhido para a campanha porque, desde 2003, o dia 10 de setembro é o Dia Mundial de Prevenção do Suicídio.

É sempre bom nos cuidarmos, sobretudo da nossa saúde mental. A ASA-CD tem uma psicóloga à disposição dos associados.

Por fim, lembro-lhes que devemos tomar a terceira dose da vacina para enfim podermos voltar à vida normal com mais segurança e tranquilidade. Lembro-lhes, também, que o uso do álcool em gel e máscara segue indispensável. Um beijo e estou com saudades.

## POESIA

### CORES DA PRIMAVERA

Marelson Francisco Bueno

Eles estão em forma de  
engrandecimento

Presenças que brilham com  
lindas flores

São os jardins de aromas,  
perfumes e cores.

Águas que vêm do céu e caem  
enriquecidas

Banham sem rugas as sementes  
em magia

Minadas de purezas ricas e  
fortalecidas.

Os brados de alerta movidos em  
sintonia

Sons e climas que sem nódoas se  
entoam

Festas se elevam nos ambientes  
noite e dia.

Três sílabas formam o mês  
primaveril

Empolgado com os aromas de  
flores e cores

Primavera é alegria dos seres em  
cantos mil.



Marelson Francisco Bueno - Escritor, poeta, servidor aposentado da Câmara dos Deputados e associado da ASA-CD

## PROSA

### PRIMAVERA

Jolimar Corrêa Pinto

Brasília saudou as chuvas, a Primavera, os Ipês: saudou a vida. A longa seca indesejada fez brotar as flores. É um renascimento majestoso, branco, roxo e sobretudo o cativante amarelo a nos encantar na exuberante flora da nossa Capital.

Os encontros primaveris ficarão para o próximo ano e nossos corações sentem um misto de alegria e frustração a aguardar com ansiedade o fim das ondas negativas que nos afligem impiedosamente.

Cultivemos esperanças e enterremos em cova profunda lembranças das provações que nos têm atormentado. Acreditemos que o Amor prevalecerá e assim será.



Jolimar Corrêa Pinto - Escritor, poeta, servidor aposentado da Câmara dos Deputados e associado da ASA-CD

# A ASA VAI ATÉ VOCÊ VIRTUAL

*A Presidente da ASA-CD e a funcionária Jaqueline visitam virtualmente os associados*



A Presidente Maria Elisa deu felicitações aos aniversariantes **Raimundo Nonato**, do dia 2, e **Orli Santos**, do dia 3.

Os aniversariantes receberam a ligação virtual com recordações maravilhosas. Raimundo ficou emocionado com tanto carinho e agradeceu à Presidente e aos Diretores. Orli agradeceu pela lembrança do aniversário, e deu parabéns à ASA-CD pela iniciativa e pelo belo trabalho da Presidente.

A Presidente agradeceu aos aniversariantes e desejou lhes saúde e paz.

A Presidente Maria Elisa falou com os aniversariantes **Silvana Saad**, dia 6, **Maria Natividade**, dia 8, e **Valdemiro Elias**, dia 9.

Os aniversariantes receberam a visita com muita alegria e gratidão. Silvana ficou emocionada com a ligação e agradeceu à Presidente. Valdemiro e Maria se declararam muito felizes com lembrança do aniversário.

A Presidente apresentou votos de felicidade a todos.



No dia 9 a Presidente felicitou as aniversariantes **Carolina Castello** e **Raimunda Nadja**.

As aniversariantes receberam a visita virtual com muita alegria. Carolina, sempre alegre e radiante, ficou emocionada com a ligação. Nadja agradeceu pela lembrança e pelo carinho, e fez questão de dizer que é aluna do curso de inglês.

A Presidente se despediu das aniversariantes com votos de muita saúde.



A Presidente Maria Elisa parabenizou os aniversariantes: **Sebastião Barbosa, Regina Coeli e Lêa dos Santos**, do dia 10.

Os aniversariantes atenderam à ligação virtual com boas palavras. Sebastião nos recebeu com muita simpatia e carinho, agradeceu e elogiou o belo trabalho da Presidente à frente da ASA-CD. Regina Coeli e Lêa agradeceram também e bateram um papo descontraído.

A Presidente lhes disse: Obrigada por fazerem parte da ASA-CD.

A Presidente Maria Elisa parabenizou as aniversariantes **Márcia Franco** dia 11 e **Polliana Morais** dia 13.

As aniversariantes se sentiram prestigiadas com a chamada virtual da Presidente. Márcia nos recebeu com muita simpatia e um belo sorriso e falou sobre seus gostos e trabalhos. Polliana nos recebeu com alegria e agradeceu pelas felicitações.

A Presidente cumprimentou a todas com votos de paz e saúde.



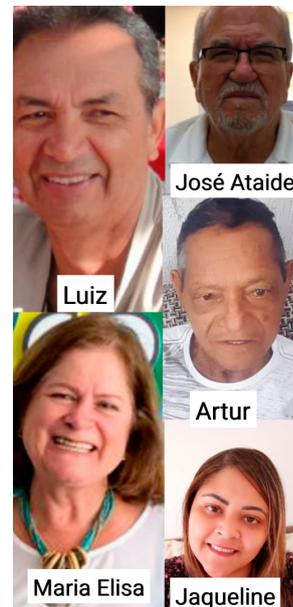
A Presidente Maria Elisa parabenizou os aniversariantes **Adão Leite e João Florentino**, do dia 15, e **Ulisses Miranda**, do dia 17.

Todos nos receberam com muita alegria, Adão pessoa com uma simpatia incrível. João, professor e grande colaborador da ASA-CD, se disse feliz com a ligação. Ulisses desportista falou das suas atividades.

A Presidente agradeceu a todos a sua vinculação à ASA-CD.

A Presidente Maria Elisa parabenizou os aniversariantes **Luiz Henrique**, dia 19, **José Ataíde** e **Artur Martins**, dia 22.

José Henrique nos recebeu com um belo sorriso e sempre dando boas notícias. Artur e José Ataíde nos receberam com muita alegria, agradecendo pelas felicitações e elogiando o belo trabalho da Presidente. José Ataíde comemorava o aniversário com seus irmãos



A Presidente desejou a todos muita prosperidade.



A Presidente Maria Elisa parabenizou os aniversariantes **Rosângela da Silva** dia 23, **Jarbas Leal** dia 24, **Itacy Marques** e **Adilson Clementino** dia 26.

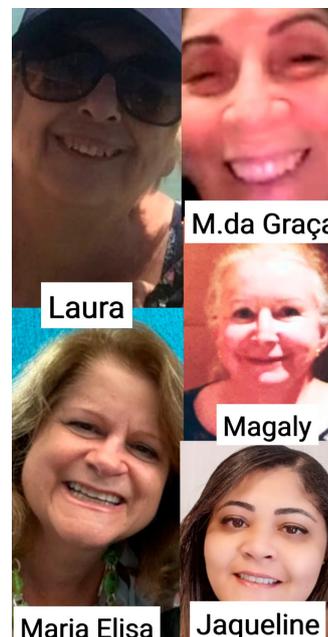
Rosângela e Jarbas nos receberam com muito carinho. Itacy, que está residindo há 17 anos na belíssima João Pessoa, nos agradeceu com alegria pelas felicitações. Já Adilson ficou feliz e surpreso pela lembrança, e lembrou a época em que trabalhava no setor de pagamento da Câmara. A Presidente aproveitou para agradecer a ele pelo muito que fez como responsável pelo pagamento dos servidores ativos.

A Presidente deixou com os aniversariantes os seus melhores votos.

As aniversariantes que receberam o abraço da Presidente por meio virtual, **Laura Parisi** e **Maria da Graça Pinto**, do dia 29 e **Magaly de Melo**, dia 30.

Laura lembrou dos trabalhos na Câmara e disse sentir saudades daquele tempo. E Maria da Graça e Magaly agradeceram a ligação e parabenizaram a Presidente por ser tão atenciosa. Os encontros virtuais são divertidos e um momento de descontração e lembranças da Câmara.

As aniversariantes ficaram emocionados com a visita e parabenizaram a Presidente por estar fazendo um ótimo trabalho na ASA-CD.



## JORGE SANTANA



Me chamo **Jorge Santana**, nasci no Rio de Janeiro e cheguei a Brasília em 1961, aos três anos de idade. Brasília ainda estava por passar pelo processo de urbanização. Até então, muita poeira e os famosos redemoinhos. Algumas crianças se divertiam entrando neles.

Iniciado o processo de urbanização, podemos destacar a atuação dos famosos graminhas, funcionários do DPJ (Departamento de Parques e Jardins), cuja função era preservar as grammas e mudas de árvores plantadas por eles

nos diversos espaços públicos. Ocorre que neste ponto surgiu um conflito de interesses. Nós, moleques, assumimos que aqueles gramados poderiam se transformar em excelentes campos de futebol; obviamente, não era este o entendimento dos graminhas do DPJ, que além do gramado queriam, também, as árvores preservadas, no meio dos nossos campos de futebol. Toda tarde tinha graminha correndo atrás da molecada para pegar e furar as bolas. Sabem quando me pegaram? Nunquinha.

Comecei a trabalhar na Câmara aos dezesseis anos de idade como office boy pela Confederal. Assim que completei dezoito anos, fiz concurso público, passei e fui nomeado para o cargo de Agente Administrativo. Em 1983 fiz provas internas (ascensão funcional) para acesso ao cargo de Administrador. Passei

e fui nomeado para o cargo.

Comecei trabalhando no Departamento de Material e Patrimônio. Em 1982 fui convidado pela Diretoria-Geral da Câmara para participar com outros dois funcionários, Osório Marques de Oliveira e Jayme Limp de Azevedo, de um Núcleo de Informática que foi o embrião do CENIN, hoje Diretoria de Inovação e Tecnologia da Informação. Somos os três primeiros funcionários de TI da Câmara dos Deputados, com muito orgulho.

Brasília tem muitos locais legais, bons clubes. Os pontos turísticos devem ser destacados: Torre de TV, Catedral, Igreja Dom Bosco, Praça dos três Poderes. Mas um lugar que eu gosto e acho muito bonito é o Lago Paranoá. Em alguns pontos beira-lago o pôr-do-sol é lindíssimo. Sou muito feliz aqui.

## MARLY PINTO FERNANDES

Me chamo **Marly Pinto Fernandes**, nasci e cresci no Rio de Janeiro; cheguei a Brasília dia 9 de abril de 1963. “Brasília era uma cidade vazia, tudo longe e, por isso mesmo, fazia-se grandes amizades.” Formou-se em turismo pela UPIS e ingressou na Câmara dos Deputados em 31 de março de 1966. “A Câmara era um lugar excelente para trabalhar. Lembro-me que eu subia a rampa do Anexo I

com orgulho para trabalhar. Amei os meus 29 anos de serviço prestado a ela, só tenho boas recordações.” Trabalhei na Diretoria de Contabilidade, Pessoal, Departamento de Administração, DECOM, Diretoria Administrativa, Diretoria-Geral e Liderança do PDC e aposentei-me em 1991.

Logo após abri uma loja de presentes, onde atuei por 4 anos.

Sou viajante assídua e atualmente moro em Portugal.



Já conheci quase toda a Europa, local em que amo viver.”

E finaliza: “O meu conselho é viajar sempre que tiver oportunidade e cuidar da saúde.”

SILVIA MARIA TOLEDO



Me chamo **Silvia Maria Toledo**, nasci no Rio de Janeiro e cresci em Brasília. Amo esta cidade. Sou formada em Letras/Inglês e

entrei na Câmara dos Deputados através do concurso público para Assistente Legislativo em 1976. Trabalhei na Coordenação de Seleção e Treinamento, atual CEFOR, no Pró-Saúde, no Departamento Técnico e me aposentei no Departamento de Apoio Parlamentar no ano de 2008. Depois que aposentei-me eu leio, escuto muita música

e passeio com meus cachorros. Eu amo viajar, gostaria de viajar mais. Adoro praias. Por fim, aconselho vocês, meus amigos: se aposentem com saúde e esqueçam as horas. Apenas vivam. Depois que eu me aposentei fiz isso: não usei relógio e vivo todos os momentos de minha aposentadoria.

ANTÔNIO BANDEIRA DE ASSUNÇÃO

Me chamo **Antônio Bandeira de Assunção** e nasci em Timor-MA, cheguei à Brasília em abril de 1969 e cresci no Gama-DF, foi uma infância feliz. Tenho superior completo com pós-graduação em ciência da educação. Ingressei na Câmara dos Deputados no dia 3 novembro de 1980. Trabalhei na

antiga CAENG, hoje DETEC, Coordenação de Habilitação e CPI, aposentando-me em junho de 2011. Depois que me aposentei, levo uma vida tranquila e faço muitas viagens. Já viajei para todo o Brasil e para o Canadá, EUA, Uruguai, Argentina, Barcelona e Portugal, amo viajar. Por fim, aconselho



os meus amigos que vão se aposentar que façam um planejamento de sua vida futura e curtam sua família, a vida é boa de mais.

# FALA, ASSOCIADO

## ULISSES MIRANDA FRANÇA



Me chamo **Ulisses Miranda França**, nasci em Brasília em 1959, estudei Direito e ingressei na Câmara dos Deputados em 1981.

Trabalhei por 23 anos no DEPOL e 7 anos no DECOM, aposentando-me em 2011. Fiz viagens nacionais e internacionais. Após me aposentar dei continuidade à rotina da prática esportiva e à prática de violão. Sempre estive convencido que o momento da aposentadoria era o certo e que viria como presente, sempre procurei

ocupar a mente e manter o corpo ativo e aprender algo novo. E por fim aconselho aos amigos que irão aposentar-se ou já aposentados que fiquem de olho na saúde e que cuidem da sua estabilidade financeira. Elogio, também, a atual gestão da ASA-CD, que tem feito um trabalho incansável ao longo dos longos meses de pandemia.

## RAIMUNDA NADJA XAVIER GOMES

Me chamo **Raimunda Nadja Xavier Gomes**, nasci em Fortaleza/CE, cheguei a Brasília em 1978, estudei história no CEUB e ingressei Câmara em 1979, como datilógrafa. Passei pela Consultoria Legislativa, Diretoria Legislativa, Comissão de Agricultura e pelo DEPES, aposentando-me na COIPE no ano de 2009. Depois que me aposentei descobri

a dança e pratico todos os ritmos, mas o tango é a minha paixão. O tango é paixão, sedução, conquista, mas acima de tudo, um desafio. Faço pilates e mergulho.

Viajei bastante, conheci vários países mas o meu preferido é a Itália. Por fim, aconselho aos amigos aposentados que façam algo que aprimore sua vida, que lhes dê muito prazer, pois existe um mundo



maravilhoso que você pode usufruir sem medo. A melhor fase da sua vida é a aposentadoria.



ROSALIA MARIA

Me chamo **Rosalia Maria**, nasci em Teresina-PI, cheguei

a Brasília em 1979. Cursei Comunicação Social no CEUB e ingressei na Câmara em 1979. Na Casa, trabalhei no Departamento de Comissões e SECOM, onde me aposentei em 2002.

Fui morar na Bahia, local onde sou muito feliz. Gosto muito de viajar. Já viajei pelo Brasil, conheci também Flórida, Califórnia e parte da Europa. E aconselho: viva sua vida, faça o que gosta e seja feliz.

Me chamo **Lourdinha Plácido** e nasci em Boqueirão—PB, cheguei a Brasília em 1980, cursei comunicação social e ingressei na Câmara em 1981. Na Casa, trabalhei em gabinetes de parlamentares, liderança do PRN, Secretaria-Geral da Mesa, liderança do Partido dos Trabalhadores, aposentando-me em 2009, na liderança do Partido Verde. Depois de aposentada regressei ao Estado de origem, indo a residir na praia de Intermares – Cabedelo, região metropolitana da grande João Pessoa.

LOURDINHA PLÁCIDO

Sou viajante assídua conheço: Portugal, Espanha, França, Itália, Inglaterra, Estados Unidos, Chile, Panamá, Argentina, Uruguai, México, Peru (com destaque para o Monte Sagrado de Machu Pichu, onde senti uma das maiores emoções da vida.

Por fim, aconselho que aproveitem todas as oportunidades, até mesmo as mais inusitadas (virei corredora de rua aos 62 anos, chegando a conquistar o primeiro lugar dentro da minha categoria). Visite seus amigos e familiares



sempre que puder e crie ASAS. Viaje, viaje e viaje. Não fique em casa pensando no que já foi e achando que seu tempo já passou. Você se aposenta das atividades laborais e da vida só quando der o último suspiro.

# ASA COM ARTE

## MAURO DE ALBUQUERQUE MADEIRA

**Mauro de Albuquerque Madeira** nasceu em Petrolina (PE). Diplomou-se em Direito, Sociologia e Administração de Empresas. Veio para Brasília em 1986. Auditor Fiscal da Receita Federal, Consultor Legislativo aposentado da Câmara dos Deputados. Escritor de mão cheia, Mauro, escreveu várias obras. Bibl.: *Letrados, fidalgos e contratadores de*



*tributos no Brasil Colonial*, 1993; *Extratos e pegadas*, 2007; *O quintal e o mar*, 2017. *E Licor de canela*, 2012, um livro de crônicas de quem tenta ver o mundo do sótão da liberdade e da irreverência em relação a mitos do pensamento mágico, ou a cinismos da política internacional, ou à imprudência humana quanto aos problemas ambientais. Há também a visão lírica de netas e neto, a paixão do Cerrado, dos matos, do mar, lembranças da infância baiana, incursões de senso crítico da política,



da religião e dos usos e costumes do cotidiano. Certos impulsos cívicos levam o escritor a fugir da neutralidade e não se abster da polêmica ou da opção política ou ético-filosófica.

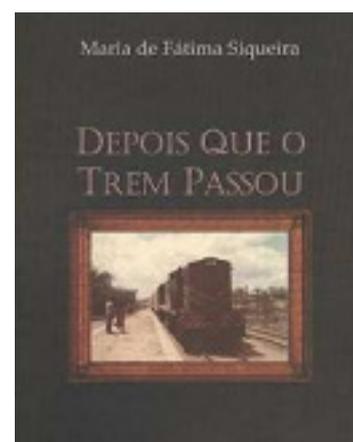
## MARIA DE FÁTIMA SIQUEIRA



**Maria de Fátima Siqueira** é escritora e seus contos, a maioria baseada em fatos ou cenas reais acrescidos de magia e poesia, nos tocam ora pela simplicidade,

ora pela dura realidade que expressam. Alguns nos fazem chorar, outros nos fazem rir. Alguns são superficiais como a maioria das cenas comuns do cotidiano, outros são fortes como o destino. O livro nos transporta para um tempo longínquo, às vezes real, outras imaginário. Transita no tempo e no espaço sem respeito às regras ditadas pela realidade, atento apenas ao sentimento que

prende o autor à sua obra e aos leitores. Trata-se de personagens que assim como nós conhecem o amor, a solidão, a dor, a tristeza. O sonho.



EDNA AQUINO



**Edna Aquino** é nascida em Brasília, é pensionista da Câmara dos Deputados e Professora

de dança do ventre. Esta arte que é originária das regiões do oriente, a dança do ventre é uma atividade milenar registrada desde o Egito Antigo. Ela traz movimentos relacionados a danças para deuses da fertilidade, assim como de elementos da natureza. Acredita-se ainda que a dança do ventre era parte de um ritual que celebrava a vida e atraía a

fertilidade para a mulher. Edna faz parte de um grupo de dança do ventre. Com os cachês das apresentações o grupo faz doações à instituição de caridade São José, além de ajudar os assentamentos carentes nos arredores de Sobradinho-DF. Edna diz: “Sempre ajudamos como podemos, cada um fazendo sua parte todos se beneficiam.”

ANA MARIA LOPES

Obra sobre Glenio Bianchetti inaugura coleção com nomes da cultura brasileira. Escritoras **Marcia Zarur**, Jornalista da CBN, e **Ana Maria Lopes**, associada da ASA-CD e servidora aposentada da Câmara dos Deputados, assinam o primeiro livro da coleção **Mestres Cobogó** sobre os grandes nomes que construíram a cultura

brasiliense, em série dirigida especialmente ao público infantojuvenil. A proximidade com a família Bianchetti, integrada pelos produtivos artistas plásticos Glenio e Ailema, inspirou a dupla de escritoras Marcia Zarur e Ana Maria Lopes na criação do livro Glenio Bianchetti, primeiro dos volumes da coleção **Mestres Cobogós**.



o quibe e vendeu 700 livros. Nos três anos de vida, Maria Cobogó lançou 14 livros de escritoras brasileiras, a maioria poetas. O foco do coletivo é a literatura e a formação de leitores. Emplacou dois finalistas no Prêmio Jabuti. Em 2021, Maria Cobogó publicou o primeiro livro de um homem, Alquimia urbana – Brasília, urbanismo e outras cidades, de Geraldo Nogueira Batista.



# DIREITO E JUSTIÇA

## RECADASTRAMENTO 2021



Embora o recadastramento pudesse ser feito do dia 1 ao dia 30 de setembro via cartório e envio pelos correios, entre os dias 8 e 24 de setembro de 2021, aconteceu na sede da ASA-CD/Sindilegis o recadastramento anual dos servidores aposentados e pensionistas da Câmara dos Deputados. O Cartório JK esteve presente das 9 às 12h para reconhecer firma não só dos associados e sindicalizados, como também daqueles sem vínculo com a ASA e SINDILEGIS, não só para poder ajudar a todos como também para mostrar o quão importante

estar vinculado.

Devido à pandemia de Covid-19, a forma de prova de vida dos aposentados e pensionistas teve de ser mudada, neste ano o formulário de recadastramento teve de ser impresso, preenchido, assinado e com o reconhecimento de firma em cartório, conforme é feito há muitos anos para os que residem fora do Distrito Federal. Este foi o modo que a Casa encontrou para preservar os servidores ativos, aposentados e pensionistas, visto que poderia a firma ser reconhecida por semelhança sem a necessária presença

dos mesmos em cartório.

A Presidente da ASA-CD, Dr<sup>a</sup>. Maria Elisa, esteve presente e afirma que se empenhou ao máximo para que os associados da ASA-CD tivessem conforto e segurança. “Trabalhamos arduamente para que o recadastramento acontecesse de forma rápida e segura, com todo o apoio do Sindilegis, e foi um sucesso. Agradeço demais aos funcionários da ASA-CD, que não mediram esforços, e equipe do SINDILEGIS que nos ajudou e foi muito parceira”, concluiu.

## DICAS DE SAÚDE

### Como manter uma boa saúde bucal após os 60?



DR. MARCELO ARAÚJO

Não existe receita mágica, para manter uma boa saúde bucal, os segredos são: higiene bucal adequada e visitas regulares ao dentista. Com o passar da idade é necessário ter a saúde bucal em dia, e isso significa escovar os dentes todos os dias, sempre após as refeições limpar prótese, usar fio dental,

escovar as bochechas e língua, iniciando pela manhã ao levantar e se possível, fazer a profilaxia em consultório, de preferência de 6 em 6 meses. Idosos estão mais propensos à xerostomia, conhecida como boca seca. A diminuição do fluxo salivar é causada pelo efeito colateral de cerca de 60% dos remédios que o idoso ingere normalmente, além da idade ser um fator que também colabora para este quadro. Além da falta de saliva estar ligada a problemas como cárie, periodontite e mau hálito, a complicação pode ser ainda maior.

Então é importante sempre manter cuidados com a higiene

bucal e beber bastante água. Ao cuidar da higiene da boca também é possível afastar doenças como a cárie – uma das maiores responsáveis pela perda dos dentes.

Por fim, é importante lembrar que o corpo com o passar da idade precisa de cuidados periódicos, e a saúde bucal está intimamente ligada ao bom funcionamento do corpo. Lembrando, escovar sempre os dentes, passar fio dental, ir ao dentista periodicamente e beber bastante água.

**Clinica Aurelio - SCS - Quadra 7 - Bloco A Edifício Torre Pátio Brasil - Sala 801 - Brasília - DF**  
**Telefone: (61) 98137-9976**

# ASA GOURMET

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

## MACARRÃO DE PANELA DE PRESSÃO



### INGREDIENTES

- 1 pacote de macarrão parafuso;
- 4 copos de água;
- 1 lata de creme de leite;
- 2 colheres de requeijão;
- 1 lata de molho de tomate;
- 1 lata de sardinha;
- 1 cebola;
- 3 dentes de alho;
- sal a gosto.

### MODO DE PREPARO

Coloque a água e o sal na panela de pressão e deixe esquentar. Coloque o macarrão e dê uma mexidinha para ele não grudar. Coloque o molho de tomate, a cebola e o alho e tampe a panela e quando começar a pressão marque 3 minutos. Tire a pressão e coloque a sardinha, o creme de leite e o requeijão. Coloque numa travessa e se desejar coloque queijo por cima e coloque para gratinar e sirvaquentinho. Uma delícia, né?

## LASANHA DE ABOBRINHA

### INGREDIENTES

- 2 abobrinhas médias;
- 400 g de queijo mussarela fatiado;
- 1 caixa de creme de leite;
- sal e orégano a gosto;
- 500g de frango desfiado;
- 1 colher de sopa de óleo;
- 1 cebola picada;
- 1 tomate picado;
- 1/2 pimentão picado;
- 1 xícara de extrato de tomate.

### MODO DE PREPARO

Lave bem as abobrinhas e corte-as no sentido do comprimento em tiras finas. Salpique um pouco de sal a seu gosto e deixe descansar por uns 40 minutos.

Doure o frango no óleo e quando ele estiver bem dourado acrescente a cebola, tomate e pimentão, refogue por cerca de 5 minutos. Acrescente o extrato de tomate e a água, deixe o molho encorpar. Tempere o refogado a seu gosto. **M o n t a g e m :** Em um refratário coloque um pouco de molho, uma camada de abobrinha, uma camada de molho, uma camada de queijo, uma camada de creme de leite, abobrinha, molho, queijo, decore com fatias de tomate e salpique orégano a gosto. Leve ao forno pré-aquecido por 15 a 20 minutos.



## BOBÓ DE CAMARÃO

### INGREDIENTES:

- 1 kg camarão;
- 500 gramas de mandioca;
- azeite para refogar;
- cebola cortada a gosto;
- alho cortado a gosto;
- pimenta de cheiro a gosto;
- tomate cortado a gosto;
- azeitona cortada;
- caldo de azeitona;
- cheiro verde.

### MODO DE PREPARO

Cortar em pedacinhos a mandioca e colocar

a cozinhar. Reserve. Colocar azeite, cebola, alho para dourar e colocar o camarão e uma colher de sobremesa de água da azeitona. Após dourar tudo colocar o tomate e a azeitona e em seguida a macaxeira/mandioca já cozida e cozinhar e ir mexendo até engrossar um pouco e ao final colocar a pimenta de cheiro. Colocar numa travessa e colocar cheiro verde.



## CONSERVAR ALIMENTOS NA GELADEIRA

Sabe aqueles alimentos que sobram e costumam estragar? Aqui algumas dicas para conservá-los por mais tempo: enrole-o num papel toalha e guarde-o num recipiente de plástico. Ao guardar frutas e legumes num utensílio coloque um papel-toalha por baixo e outro por cima antes de fechar a vasilha. Dura muito mais tempo.



## LYSOFORM PARA PROTEGER DA PANDEMIA



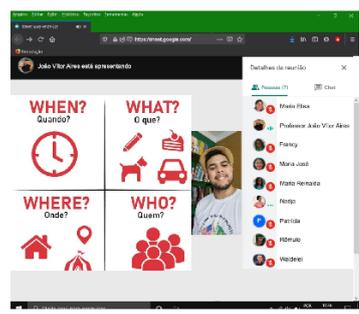
Neste período de pandemia devemos aplicar nos panos de chão ou diretamente nos proteger e todo na sola do calçado cuidado é sempre é uma boa pedida. muito importante. Isso pode ajudar a Colocar o Lysoform melhorar nossa qualidade puro no borrifador e de vida e evitar a covid.

## CUSTOMIZAÇÃO DE ROUPAS

Vamos aprender a fazer uma bermuda estilizada? Separe uma calça jeans velha que você não utiliza mais e corte-a um pouco acima da parte onde está rasgada. Pegue um outro tecido de sua preferência para fazer a barra da sua bermuda. Costure. Fica linda para usar ou presentear a quem você ama.



# ASA CURSOS ASA INGLÊS



Imagine você aprender a língua mais falada do mundo de forma dinâmica, divertida e eficiente.

te. A ASA tem tudo isso. Não perca tempo. Let's speak English!

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

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

TURMAS:

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

2 - Quartas - às 10h - ASA ENGLISH STARTER 2 - (podendo fazer teste de nivelamento)

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

**MATRICULE-SE!**



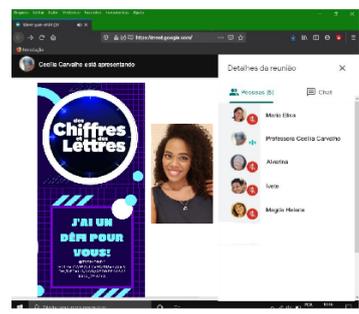
AUGUSTO

Dentre os idiomas estrangeiros mais comuns para nós sul-americanos, o Inglês foi sempre o que mais tive simpatia. Foi na Casa Thomas Jefferson que me matriculei em 1999 e, durante o intervalo do almoço, trabalhando

na Câmara, que iniciei no nível básico, concluindo o nível intermediário 2 anos e meio depois. Por questões particulares, acabei não concluindo o nível avançado. No 1o semestre deste ano, tomei conhecimento, via e-mail, do curso on line de Inglês oferecido pela ASACD, foi aí que a vontade de retomar o estudo da língua inglesa resurgiu. Fiz contato com o Prof João que me sugeriu assistir uma aula. Assim o fiz e vi que dava pra acompanhar

o nível atual do curso. Prof João é muito paciente e atencioso, considerando que os alunos já passaram da meia idade rsrs, domina muito bem o conteúdo da língua inglesa e o formato de suas aulas é bastante dinâmico, todos participam e quando menos se espera recebemos o aviso do Meet que o tempo da 'reunião' tá acabando. Outra coisa interessante no curso é poder rever/interagir com colegas da CD que há muito não víamos.

# ASA FRANCÊS



Convido vocês para integrarem a nossa turma de

francês; o aprendizado de uma nova língua, além de essencial, é divertido e trabalha a memória e o cognitivo. Bious et à tout à l'heure!

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

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

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

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

**MATRICULE-SE!**

B o n j o u r !  
Je m'appelle Dione Resende, sou aluna do curso de francês, com a Prof. Cecília. Tenho aprendido bastante. Na

última aula, "viajamos a Paris"! Na minha próxima viagem à França, já serei capaz de me virar melhor! À bientôt



DIONE

# ASA SAÚDE



A ASA-CD dispõe de uma profissional altamente qualificada.

A Ana Paula trabalha com foco na segurança e qualidade assistencial, priorizando o cuidado e o bem-estar do associado.

A prática de atividades físicas melhora a qualidade do sono e o desempenho cognitivo, reduz o stress, aumenta a sensação de bem-estar e

aumenta a longevidade.

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

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

**MATRICULE-SE!**

Nossa Presidente é superdinâmica, acolhedora, simpática! As ações da ASA têm sido diversificadas e agregadoras. Filmes, viagens, aulas de línguas, clube de leitura, atividade física, enfim, muito dinamismo e atividades para

todos os gostos. Sem contar a delicadeza das visitas aos associados. E a ASA está se reinventando nesta pandemia, continuando on line muitas atividades! Todos estão de parabéns, todos da ASA e, em especial, nossa Presidente Maria Elisa.



ESMERALDA REIS

## HOMENAGEM AO MAIS IDOSO DO MÊS

### WALTER GOUVÊA COSTA



Nasci em Salvador, BA, em 1928 e, oito anos depois, com meus pais e duas irmãs, chegamos no Rio de Janeiro. onde fiz o Curso Primário, o Ginásial e o Científico. Estudei no Colégio Souza Marques e no Colégio Pedro II, onde em ambos também estudou o Ministro do STF Marco Aurélio Mello que, recentemente, ali se aposentou louvado pelos méritos pessoais dos integrantes daquela Corte. Mediante concurso público, trabalhei no DASP, no Ministério da Educação e Saúde (MES) e por mais de 10 anos no Ministério Público Militar (STM). No Rio de Janeiro, fui aprovado em numerosos concursos públicos, com vistas a obter certificados para otimizar

o meu currículo com esses numerosos documentos, que se tornaram valiosos quando do meu ingresso na Câmara dos Deputados, em 30 de abril de 1962, tendo sido o 4º colocado entre mais de 100 mil candidatos. Como trabalhei na Justiça Militar, eu fui indicado para trabalhar na Comissão de Segurança Nacional, onde ali fiquei como Secretário do citado órgão, por mais de 10 anos, quando saí para secretariar a Comissão de Fiscalização Financeira e Tomada de Contas. Dessa comissão, fui indicado e nomeado para exercer o cargo de Diretor de Coordenação de Comissões Temporárias, quando era Presidente da Câmara dos Deputados o emérito Parlamentar NELSON MARQUEZAN. Fui aprovado no concurso de Procurador da Fazenda Nacional, com lotação em Brasília-DF, mas fui aconselhado a ficar na Câmara dos Deputados, onde também trabalhei, juntamente com o ilustre servidor Henrique Eduardo Hargreaves, no projeto da Câmara dos Deputados, destinado a alunos universitários de todos os Estados,

para o conhecimento da estrutura da Casa e em que termos ela funcionava, com vistas à legislação. Nesse processo, eu dava aula vinculada ao “Processo Legislativo” e o Henrique Eduardo Hargreaves fazia a exposição sobre a “Atuação da Liderança”. Eu me aposentei na Câmara dos Deputados em 1985, onde capitalizei grandes e ilustres amigos, entre os quais o Dr. Conceição José Macedo, que integra a 1ª Vice-Presidência da ASA-CD, Finalmente, quero explicar, com orgulho, que me formei, em Direito, na 1ª Turma da UNB, em 1967, sendo seu Reitor o primeiro o ilustre, eminente e saudoso professor Darcy Ribeiro, que também foi seu fundador. Por fim, sou casado com a BELL, como ela gosta de ser chamada em nossa Igreja Cristã Maranata. Temos 3 filhos, todos bacharéis em Direito: Lincoln, Ana e Ana Cristina, todos são casados. Sou um homem feliz e saudável nos meus 93 anos, que farei no dia 19 de setembro de 2021. Hoje me dedico à leitura como sempre o fiz. Minha vida continua nas mãos de Deus!

# ASA SOLIDÁRIA



A Presidente Maria Elisa exibe o resultado do sorteio ASA Solidária realizado dia 30 de setembro

**ASACD**

## Asa Solidária

Com a pandemia da Covid-19 e o isolamento obrigatório muitas pessoas perderam seus empregos e estão passando necessidades. Juntos podemos ajudar os que necessitam de ajuda. Fazer o bem faz bem!

Banco do Brasil  
Agência 3478-9  
Conta corrente 117.476-2  
CNPJ 37.114.295/0001-37

CESTA BÁSICA

Para o nosso controle envie seu comprovante para o nosso WhatsApp (61) 99921-8499.



Como todos sabem, a Asa Solidária teve início no mês de abril de 2020 com a chegada da covid-19 e em consequência do isolamento social e demissões. Desde então a Presidente tem solicitado a ajuda dos associados e amigos para concretizar este

sonho de levar alimento e dignidade aos menos favorecidos, Mais um mês consecutivo será realizada a doação de cestas básicas, graças a Deus e aos nossos associados e amigos, mais um mês fazendo a alegria de muitas famílias. A ASA agradece a to-

dos que participaram desse momento de solidariedade e doaram um pouco do que têm, o que, somado, trará muita alegria aos nossos irmãos mais necessitados e com toda a certeza fará a diferença na vida de muita gente. E lembrem-se: FAZER O BEM FAZ BEM!!! Doe: Seu pouco é o muito de alguém.



Pastor Alonso, Igreja Batista São



Samuel e Francisco, Instituto Doando Vidas Estutural



Pastor Wilein, Igreja Presbiteriana - Sol Nascente



Damon do Instituto Reciclando Sons



Maria da Liga do Bem



Elvira da ONG Futuro Esperança



Ilma da Igreja Divino Espírito Santo.



Flávio recebeu as cestas em nome da Igreja em Brasília



Kerley, Igreja Majestade de Deus - Santa Maria



Nilza recebeu as cestas em nome da Igreja de Deus

## AGRADECIMENTOS

Amados irmãos e amigos da ASA-CD, Nós não nos conhecemos, porém o amor nos une. Nossa gratidão será eterna pelo gesto tão humano e amoroso de vocês. As cestas básicas por nós recebidas de vocês fazem nosso coração palpitante de alegria pensando em cada rosto de nossos irmãos carentes e tão sofridos ao receber em suas mãos essas abençoadas contribuições.

O muito obrigado a cada pessoa que ajuda e não cabem nas minhas palavras. Os olhos brilhantes de esperança misturada às lágrimas são as palavras de agradecimento por tão nobre gesto de vocês. Eles diziam a cada entrega “que Deus abençoe”. Deixo aqui a minha oração de gratidão: “Que Deus, nosso Pai, realize o desejo do coração de cada um, e



as suas abundantes bênçãos sejam derramadas sobre os lares de vocês.” Pastora Nilza Siqueira Igreja de Deus no Brasil—Sudoeste

# CLUBE DO LIVRO



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



Livro escolhido

No dia 18 do mês de agosto, realizou-se o encontro virtual do Clube do Livro que tratou da obra **O Príncipe, de Nicolau Maquiavel.**

Nesta obra atemporal que trata sobre teorias políticas e que tem grande influência em descrever o Estado é possível aprender muito sobre a

psicologia humana, tem alguns trechos marcantes que reproduzimos a seguir: “O tempo lança à frente todas as coisas e pode transformar o bem em mal e o mal em bem.” “É melhor ser temido do que amado.”

Nossa próxima edição do Clube do Livro foi marcada para o dia 13

de outubro, a partir das 17h, de forma virtual para preservar a segurança de todos. O encontro virtual será através da plataforma Zoom. A obra escolhida foi **O Pequeno Príncipe, de Antoine de Saint-Exupéry,** um clássico da literatura moderna.

# MEDALHA IN MEMORIAM

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

nosso muito obrigado. Homenagem da ASA-CD a vocês pelo apoio, carinho, respeito e por terem feito parte da família ASA-CD. Vocês sempre

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



Almir José da Silva  
†Brasília, DF,  
5/9/2021



# LIVE PERSONAL TRAINER



**ASACD**  
(61) 99951-8499

## LIVE PERSONAL TRAINER

ASA-CD estará promovendo uma Live no dia 28/10 às 16 horas sobre atividade física com a Personal Trainer Kerley.

Inscrições até dia 26/10. Venham participar! Aguardamos vocês, venham se exercitar! A Olimpo, loja de material de esporte e nossa parceira vai sortear 1 colchonete entre os participantes.

**Live com a Personal Trainer Kerley no dia 28/10 às 16 horas.**  
**Inscrições até dia 26/10.**  
**Venham participar!**



Se exercitar também é uma oportunidade de ampliar os vínculos sociais e fazer amizades.

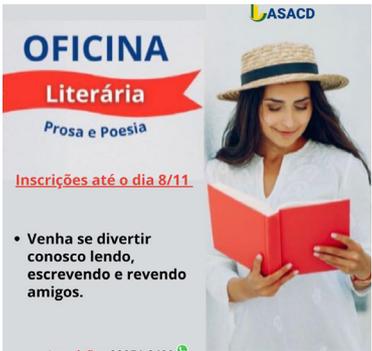
## OLIMPO

“Artigos esportivos.  
Endereço: CLS 208 Bloco B Loja 16 - Brasília - DF,  
Telefone: (61) 3225-0160

Práticas de pouco impacto são as mais indicadas para quem está acima dos 60 anos. Caminhadas, atividades na água, alongamento, dança e musculação são atividades que desenvolvem flexibilidade, equilíbrio e força muscular, e que são de fácil realização

para não causar lesões. Aos interessados em vencer o sedentarismo, o importante é saber que nunca é tarde para iniciar os exercícios de forma regular. Manter-se ativo na terceira idade diminui o risco de depressão, doenças do coração, osteoporose, diabetes e alguns tipos de câncer.

# OFICINA LITERÁRIA



**OFICINA Literária**  
Prosa e Poesia

Inscrições até o dia 8/11

- Venha se divertir conosco lendo, escrevendo e revendo amigos.

A oficina Literária estará sob a coordenação da associada **Amneres Santiago**



Você que quer contar uma história e não sabe como. Você que esconde seus escritos nos diários e gavetas do seu quarto. Você

que sonha em ser um escritor, você que curte ler um bom livro, que adora contar e ouvir uma boa história. A oficina literária da

ASA-CD foi feita para você. Inscreva-se já e garanta sua vaga. As inscrições vão até o dia 8 de novembro.

# FIQUE POR DENTRO

LIGUE E MARQUE SEU HORÁRIO



**ATENDIMENTO PSICOLÓGICO**

- Atendimento individual 10 vagas
- Os 04 primeiros associados a ligarem ganham o atendimento gratuito
- Atendimento com preço especial de R\$ 20,00 (ativa e não-ativa)

CONDIÇÕES E MATERIAIS NECESSÁRIOS PARA PARTICIPAR DA TERAPIA:

- Equipamentos necessários (tela, teclado, aparelho eletrônico (celular) e ligarem (tablet / notebook).
- Modo de 1:1 internet.
- La foto dos associados citados acima no WhatsApp.
- Local e hora.
- Local em ambiente reservado e com acesso de banda.

Para mais informações: ligue (61) 99951-8499

VEM AI



**ASACD + VIVA A VIDA BRINDANDO =**

DESCONTOS DE ATÉ 60% EM CURSOS E DEGUSTAÇÕES GUIADAS ONLINE

@asacd  
@vivaavidabrindando

## ANIVERSARIANTES DE NOVEMBRO

1 - Carla Bernadette de Oliveira, Elisabete Viveiros de Almeida, Ivonete Pimentel Sarmento, Marlúcia Batista Monteiro, Paulo Brill, Rosa Maria Vianna da Fonseca Saraiva, Scheila Mello Salgado de Carvalho. 2 - Cecília Silvia Guedes Alcoforado, Eliana Araújo de Aguiar, Maria Amália de Castro, Zilda Rodrigues da Costa. 3 - Darci Constantino, Dariu Batista de Castro, Ivani dos Santos, Jacy Arruda Pinto, José Lucena Bezerra, Luiz Feitosa dos Santos, Magda Rouede Bernardes, Maria de Fátima Aragão Sanford Barros, Mirna de Castela Carvalho Pessoa, Rosilene Ferreira Leal. 4 - Antônia Jesus dos Santos, Lígia Cardoso Minervino, Lourdes Bomtempo de Mendonça, Luís Antônio Barbosa Bertolino, Sandra Mara Firmo Ribeiro. 5 - Amâncio Manoel Lopes, Christel Lilli Benda, Gilda Moscoso Rubino, Irene Laurinda da Conceição, Josefa Irani Gonçalves de Oliveira, Luiz Antônio Batista Machado, Manuelita Maria de Meneses, Myrthes de Souza, Odete Garcia Guerra, Ovília de Alencar Lino, Pedro Henrique da Silva, Sônia Lacerda Fleury. 6 - Carmen Ruth Bentes Leal, Sandra da Rocha Marmo de Oliveira. 7 - Elizabeth Garcia de Lima, Heloísa Helena Silva Ramos, Heyderne José Pereira Coelho. 8 - Constante Caetano Turchiello, Edson Carlos Mota, Enila Beatriz Esteves Gomes, Francly Lourdes Pereira Borges, Iolanda Rodrigues da Silva. 9 - Hercy Mattos Baby, Luiz Fernando Garcia de Oliveira, Margarida Maria Queiroz Oliveira Cabral, Maria de Lourdes Barbosa, Miriam dos Santos Medeiros, Osvaldo Vaz Morgado. 10 - Alice Fonseca Teixeira de Oliveira, Antônio Bandeira de Assunção, Ernesto Luiz Martins de Assis, Janete Maria Trevisan de Oliveira, José Calazans Monteiro de Moura, Maria Neuza de Oliveira Martins, Rachel Ungierowicz, Rita de Cássia Tremendani dos Santos, Zilá Dias. 11 - Alba Castro da Matta, Hilton Roberto de Moura Silva, Uiara Almeida Roland. 12 - Ephigênia da Luz de Souza, Fátima Peixoto de Lima, Francisca Helena Nogueira de Sá Ramalho, Heráclito da Rocha Santos Maciel, Luiz Gonçalves de Jesus. 13 - Darcy Maria Gasparetto Camargo, Dinorah Fernandes Gioia Martins, Francisco Neto de Sousa, Pedro Paulo Guimarães Ramalho, Sílvia Regina Santana Carvalho, Valerio da Silva. 14 - Alíria Rodrigues Corrêa, Armando Sampaio Lacerda, Carlos Alberto Ramos, Estela Marisa Ferreira Rossi, Maria Eloá Moreira da Silva Martins Pereira, Marly Azevedo Ramos, Zita da Silva de Oliveira. 15 - Aurení Moutinho Medeiros, Carlos dos Santos Almeida, Dulce Laudelina Gomes da Silva, Edivaldo Gomes Arantes, Fernando Luiz Lopes Montenegro, Marly Glória do Nascimento Vale, Paulo Luiz Bastos Serejo. 16 - Ana Maria de Medeiros, Aristeu Gonçalves de Melo, Esmeralda Silveira e Reis, Francisco dos Santos Barros, João Pedro Silvério, Joaquim Vasconcellos Ferreira, Joel Mário da Silva, Manoel Araújo Fernandes, Maria das Graças Dias, Marinalva da Silva Porto, Pedro Alves Nascimento. 17 - Ana Regina Lustosa de Oliveira, Anderson Braga Horta, Carlos Roberto Santos, Célia Maria Costa, Dalca Tardin Moreira, Margarida Barcki, Natalina Vitória Lago Ribeiro, Odon Ferreira Lima, Waldimir Canuto de Melo, Yvonne Paes de Carvalho. 18 - Eduardo Bassit Lameiro da Costa, Heitor Duprat de Britto Pereira, José Carlos Pereira, Maria Hermínia Vasconcelos Noletto, Miriam Bispo de Macedo, Miriam da Cunha Alves, Vilma Cezarina Vieira Bilibio Pasqua. 19 - Antônio Carlos Caldeira, Isabel Luiza de Freitas, Magnólia Maria de Figueiredo Vicente, Marcelo Ribeiro e Silva. 20 - Fernando Marques, Luzia Cláudia Serafim Tres Loiola, Maria Alice de Podestá Navarro Mamede, Maria Leitão Martins, Maria Salomé Pereira da Silva. 21 - Marlene da Silva Torquato, 22 - José Olegário Teodoro. 23 - Carmen Silvia Pires Costa, Graci Liberato Gonçalves, Henrique Deurípedes Froés, Marco José dos Santos. 24 - Anileida de Barros Boani Pauluci, Juracy Feitosa Rocha, Maria Neily Pinto de Vasconcelos, Nóriss Martins de Faria. 25 - Edelmo Almeida Silveira, Hennialva Oliveira Brasileiro, Iracema Cândida Coelho Marques, Miriam Pereira Cordeiro. 26 - Maria Aparecida de Araújo, Mariza da Silva Mata, Raymundo Nonato dos Santos Júnior. 27 - Amneres Santiago de Brito Pereira, Maria de Jesus Sousa Nogueira, Maria de Lourdes de Macedo Bantín, Maria Isabel José Macedo Silva, Tércio Moreira Miranda, Vicente Pereira dos Santos. 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, Rosália Maria do Rego Monteiro, Symphronio Renato de Almeida. 29 - Benedita José de Carvalho, Éden Peçanha de Souza, Eliane Alves de Matos, Francisco Itamar Machado, Gumercindo Valentim, Liulai Leite Lacerda, Miriam Teixeira Rodrigues, Rosi Meri Costa Rodrigues. 30 - Adão de Oliveira, Hilda de Sena Corrêa Wiederhecker, Maria da Consolação Costa Araújo Pereira, Miriam Campelo de Melo Amorim, Risoleta Couto Farias.

# ASA CLASSIFICADOS

ACESSÓRIOS, BELEZA E MODA



**FACINATUS**  
(61)99689-2116



**HOPELINGERIE BSB**  
(61)98240-2456

COMIDA, REFEIÇÕES E GÊNEROS ALIMENTÍCIOS



**BORGES PATISSERIE**  
(61) 99606-2211



**DI CAJU**  
(61) 99807-1973



**DOCE BEIJO**  
(61) 98474-2006



**DOCE SURPRESA**  
(61) 99952-2720



**DOG DO BARTÔ**  
(61) 3036-5100



**NOVIDADE QUAL CHEESECAKE?**  
(61) 998742807



**QUITANDINHA CAFÉ**  
(61) 99870-9001



**RIBAMAR QUITUTES (61)**  
99230-9985



**SORVETE AO QUADRADO**  
(61) 3297-6103



**SPICE FOOD**  
(61) 99690-4022



**TORTA DE LIMÃO NO POTE**  
(61) 99231-1331

COMUNICAÇÃO E INFORMAÇÃO



**CORREIOS AGF CRUZEIRO**  
(61) 3361-1352



**GRÁFICA QUERUBINS**  
(61) 3465-2411

DIVERSÃO, LAZER E TURISMO



**CONMIL TURISMO**  
(61) 98287-7523



**CTC CALDAS TERMAS CLUBE HOTEL**  
(64) 3453-1974



**CULTURA TURISMO**  
(61) 33271864



**FIVE TOUR TURISMO**  
(61) 99349-1153



**HOTEL GAIA-PORTO**  
(61) 98116-8577



**MINI-FAZENDINHA EDUCATIVA**  
(61) 99977-1268



**WONDER TRAVEL**  
(61) 98191-8871

FINANÇA E NEGÓCIOS



**BRASIL MÉTODO**  
(61) 3274-5212



**SICOOB**  
(61) 3225-2007

IMÓVEL



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



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



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



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



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

INFORMÁTICA, ELETRÔNICA E TECNOLOGIA



**INFOJET**  
(61) 3382-7765

MUDANÇA



**MUDANÇAS**  
(61) 981789919

SAÚDE E BEM-ESTAR



**ANA PAULA FISIOTERAPEUTA**  
(61) 99555-9191



**CAMILLA FIGUEIREDO**  
(61) 98306-3946



**EMERGÊNCIA DOS PÉS CARLOS**  
(61) 99585-5661



**GINECOLOGISTA CARMEN R FIGUEIREDO**  
(61) 3346-1979



**HUMANIDADE CUIDADOS**  
(61)98122-6959



**MÃOS DE ANJO**  
(61) 99958-1207



**OCULARE OFTALMOLOGIA**  
(61) 99604-5844



**OLIMPO**  
(61) 3325-0160



**PSICÓLOGA PATRÍCIA MORAIS**  
61 8128-0324



**VISÃO OFTALMOLOGIA**  
(61) 3038-8001