



PUBLICAÇÃO MENSAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS APOSENTADOS, PENSIONISTAS, FUNCIONÁRIOS E EX-FUNCIONÁRIOS DO CONGLOMERADO BEMGE

ANO 53 - EDIÇÃO Nº 618 - ABRIL DE 2022



/ajubemge



/ajubemge



/ajubemge

www.ajubemge.com.br

Fonte: <https://www.flickr.com/photos/endogamia/51871014967/>



ALERTA DE GOLPE

Pág. 2



É TEMPO DE QUARESMA

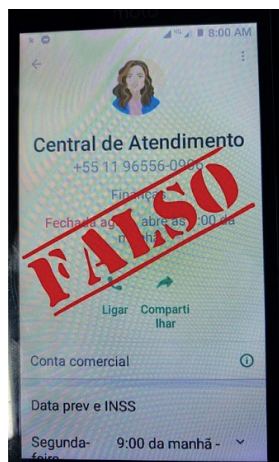
Pág. 4



SAÚDE

Pág. 5

ALERTA DE GOLPE: INSS não faz contatos por meio do WhatsApp



O Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) alerta que golpistas estão se passando por uma suposta “Central de Atendimento” e se aproveitando até da imagem da Helô, assistente virtual do INSS, para tentar obter dados pessoais dos beneficiários. As abordagens têm ocorrido por mensagem de celular (WhatsApp).

Os criminosos possuem algumas informações dos segurados e ainda fornecem número de protocolo para passarem credibilidade e obterem

mais dados. Assim, o INSS orienta a todos para que, caso recebam esse tipo de contato, bloqueiem imediatamente e não forneçam nenhuma informação como dados pessoais, fotos ou documentos.

A Helô é um plantão de dúvidas que pode ser acessada apenas pelo Meu INSS e nunca busca o segurado pelo WhatsApp para “conversar” com ela. Basta ser usuário do Meu INSS, pela web ou aplicativo, e clicar na ilustração da assistente virtual que aparece no canto da tela à direita. O chatbot irá solicitar apenas duas informações para iniciar o atendimento: nome e CPF. Depois, é só iniciar os dados pessoais, fotos ou documentos.

Para evitar cair nesse tipo de golpe, é importante seguir as seguintes dicas:

- Mantenha sempre atualizados os seus dados de contato, como telefone, e-mail e endereço. Isso deve ser feito pelo Meu INSS ou pelo telefone 135;
- Caso alguém faça qualquer comunicação pedindo dados ou fotos em nome do INSS, não atenda a solicitação, desligue a ligação e bloqueie o contato;
- O INSS nunca entra em contato direto com a pessoa para solicitar dados, nem pede o envio de fotos de documentos;
- O número do SMS usado pelo INSS para informar os cidadãos é 280-41. O INSS nunca manda links, nem pede documentos pelo SMS.

- Sempre que o INSS convoca o cidadão para apresentar documentos, essa convocação fica registrada no Meu INSS e pode ser verificada também pelo telefone 135.
- A pessoa deve utilizar apenas os canais oficiais de atendimento para cumprir qualquer solicitação do INSS, seja para agendar um serviço, seja para entregar algum documento: aplicativo/site Meu INSS ou agência da Previdência Social (com agendamento);
- É bom saber que quando alguém liga para o telefone 135 ou é atendido pelo chat humanizado da Helô, o atendente pode pedir algumas informações. Esse é um procedimento de segurança para confirmar a identidade de quem telefonou ou acessou o chat;

O que fazer em caso de tentativa de golpe

Denuncie aqui tentativas de golpes à Ouvidoria pela internet ou pelo telefone **135**.

Caso tenha sofrido um golpe, registre um **Boletim de Ocorrência** e comunique aos órgãos envolvidos (por exemplo, o próprio INSS e o banco em que recebe o benefício, se for o caso).

Veja como é realizada a comunicação do INSS com o segurado:

O segurado é contatado por meio das informações fornecidas em seu cadastro (e-mail, telefone e endereço) e, por isso, é importante que mantenha o seu cadastro junto ao INSS atualizado com os dados para contato. A atualização pode ser feita pelo **Meu INSS** e por meio da **Central 135**.

Por sua vez, quando o segurado entra em contato com o INSS, o Instituto poderá solicitar informações como CPF e nome da mãe para confirmação da identidade do interessado e para que seja respeitado o sigilo das informações.

Caso o cidadão tenha sido notificado e tenha alguma dúvida, ele poderá ligar no **135**, o telefone oficial do INSS para ter mais informações. Poderá ainda buscar atendimento por meio do chat humanizado da assistente virtual do INSS, a Helô.

Fonte: Federação dos Aposentados e Pensionistas de Minas Gerais (Disponível em: www.fapmg.org.br, Acesso em 25/03/2022)

EXPEDIENTE: ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS APOSENTADOS, PENSIONISTAS, FUNCIONÁRIOS E EX-FUNCIONÁRIOS DO CONGLOMERADO BEMGE - AJUBEMGE - Rua Curitiba, 689 - Salas 403 a 406 - CEP: 30170-120 - Belo Horizonte-MG
Telefone: (31) 3201-9423 - WhatsApp: (31) 98395-1069 - E-mail: ajubemge@ajubemge.com.br
Visite nosso site: www.ajubemge.com.br

Diretora Presidente: Laíz Maria Martins Lannes, **Diretora Vice-Presidente:** Terezinha Bertolini de Souza, **Diretor Financeiro:** Randas Costa Zanotti, **Diretora Comercial:** Mirani Lopes Vieira Liberal, **Diretor Cultural e Social:** Luiz Fernando da Silva Telles e **Diretor Administrativo:** Edgard Magalhães Bastos, **Conselho Fiscal - Efetivo:** Plínio Buarque Vogas, Lourival Lelles e Adair José de Souza, **Suplentes da Diretoria Executiva:** Maria Olímpia Marques Ferreira, José Antônio da Costa, Rosângela Custódio, José Mauro de Carvalho, Mauro Peres Macedo e Hélio Vieira Braga, **Suplentes do Conselho Fiscal:** José Gregori Júnior e Délcio Pinto da Silva, **Diretores Adjuntos:** Jonair Alves de Oliveira (Governador Valadares), José Roberto Oriente (Rio de Janeiro), Rubens Prates Macedo (Belo Horizonte), Tarcísio Ferreira da Costa (Belo Horizonte).

PUBLICAÇÃO MENSAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS APOSENTADOS, PENSIONISTAS, FUNCIONÁRIOS E EX-FUNCIONÁRIOS DO CONGLOMERADO BEMGE - EDIÇÃO: RS PROJETOS - DIAGRAMAÇÃO: RS PROJETOS

Impressão: Editora Bigráfica - **Tiragem:** 1.400 exemplares



EVENTOS



BINGO 14/04



Próximo BINGO: Dia **14/04** (quinta-feira) às **14:30** na sede da Ajubemge Rua Curitiba 689 4º andar.

Faça a sua inscrição pelos telefones:

(31) 3201-9423 ou **(31) 98395-1069** (WhatsApp)

Participe conosco de mais este encontro com os amigos.

Se desejar pode trazer um brinde para ser sorteado.

CAMINHADA 28/04



Está marcada para dia **28/04** às **09:00** nossa tradicional caminhada. O local de encontro será no Parque Municipal em frente ao **Teatro Francisco Nunes**.

Venha bater um papo com os amigos e exercitar-se.

Faça a sua inscrição até **21/04** pelos telefones

(31) 3201-9423 ou **(31) 98395-1069** (WhatsApp)

FILARMÔNICA 29/04

VENHA CURTIR UMA NOITE DELICIOSA COM MÚSICA DE QUALIDADE

Maiores informações no site: www.ajubemge.com.br

Faça a sua inscrição até **21/04** pelos telefones

(31) 3201-9423 ou **(31) 98395-1069** (WhatsApp)

PARTICIPE DAS ATIVIDADES DA AJUBEMGE. VISITE-NOS

Finalmente, após dois anos sem atividades pudemos realizar nosso Bingo no dia 17/03. Foi um sucesso. Vários prêmios foram distribuídos e, ao final, um delicioso lanche foi servido aos participantes que elogiaram a organização do evento e garantiram presença nos próximos.

FEIJOADA 21/05

De volta: Feijoada da Asbemge

Dia 21/05
13:00h às 18:00h

Local: Arena Esportiva

Open Food
Feijoada completa
Porco no rolete | Costela de chão
Petiscos | Mesa de frutas

Open Bar
Chopp | Drinks
Refrigerante
Suco | Água

Convites:

Mesa 04 lugares: R\$ 720,00 | Individual adulto: R\$ 200,00
Adolescentes 8 a 15 anos: R\$ 80,00 | Crianças até 7 anos: Free

Formas de pagamento:

À vista, no débito ou Pix, ou em até 2 parcelas, no cartão de crédito

Maiores informações na Secretaria do Clube

www.asbemge.com.br | contato@asbemge.com.br
(31) 3498-2329 | 3498-2212 | 99359-4888

A ASBEMGE está convidando nossos associados e colegas BEMGEÁRIOS para sua tradicional feijoada, dia **21 de maio de 2022**, de **13 às 18 horas** na sua sede, na **Rua Flor de Tipoana 88, Bairro Ouro Preto, Belo Horizonte**. Será uma festa muito animada, regada a muito chope gelado, drinks variados e, além da feijoada que já faz parte da história do clube, costela de chão, porco no rolete, petiscos e mesa de frutas. Terá também muita música. Os ingressos serão vendidos na sede da Ajubemge ou no próprio clube. O preço da mesa para 4 pessoas é R\$ 720,00 e o convite individual custa R\$ 200,00. Maiores informações pelo telefone **(31) 3498-2329**. Crianças até 07 anos não pagam e de 08 a 15 anos pagam R\$80,00. Reserve já seu ingresso.

PARA MAIORES INFORMAÇÕES

ACESSE O NOSSO SITE:

WWW.AJUBEMGE.COM.BR

NA MENSAGEM PARA A QUARESMA 2022, PAPA FRANCISCO, EM REFERÊNCIA A SÃO PAULO, EXORTA OS FIÉIS: “NÃO NOS CANSEMOS DE FAZER O BEM”



Foi publicada dia 24 de fevereiro a mensagem do Papa Francisco para a Quaresma 2022. A reflexão sugerida pelo Santo Padre é sobre a exortação de São Paulo aos Gálatas: “Não nos cansemos de fazer o bem; porque, a seu tempo colheremos, se não tivermos esmorecido. Portanto, enquanto temos tempo, pratiquemos o bem para com todos” (Gal 6, 9-10a). É um convite para perseverarmos, na sua mensagem Francisco reflete sobre algumas palavras de São Paulo.

QUARESMA TEMPO DE SEMEAR

No trecho do Apóstolo sobre a sementeira e a colheita o Papa diz: “Temos uma imagem que Jesus muito prezava. São Paulo fala-nos dum kairós: um tempo propício para semear o bem tendo em vista uma colheita. Qual poderá ser para nós este tempo favorável? Certamente é a Quaresma, mas é-o também a nossa inteira existência terrena, de que a Quaresma constitui de certa forma uma imagem. Francisco recorda também que “o primeiro agricultor é o próprio Deus, que generosamente continua a espalhar sementes de bem na humanidade”. Ponderando por fim:

“Esta chamada para semear o bem deve ser vista, não como um peso, mas como uma graça pela qual o Criador nos quer ativamente unidos à sua fecunda magnanimidade”

EM DEUS, NADA SE PERDE

E a colheita? Continua o Santo Padre: “Mas de que colheita se trata? Um primeiro fruto do bem semeado, temo-lo em nós mesmos e nas nossas

relações diárias, incluindo os gestos mais insignificantes de bondade. Em Deus, nenhum ato de amor, por mais pequeno que seja, e nenhuma das nossas ‘generosas fadigas’ se perde”. E Francisco explica que na realidade, só nos é concedido ver uma pequena parte do fruto daquilo que semeamos, pois, “segundo o dito evangélico, um é o que semeia e outro o que ceifa”.

“É precisamente semeando para o bem do próximo que participamos na magnanimidade de Deus”

“Semear o bem para os outros – continua o Santo Padre – liberta-nos das lógicas mesquinhas do lucro pessoal e confere à nossa atividade a respiração ampla da gratuidade, inserindo-nos no horizonte maravilhoso dos desígnios benfazejos de Deus”.

NÃO CANSEMOS DE FAZER O BEM

O segundo ponto da expressão do Apóstolo analisada pelo Papa refere-se a “não nos cansarmos de fazer o bem”. Perante a amarga desilusão por tantos sonhos desfeitos, adverte “a tentação é fechar-se num egoísmo individualista” e “refugiar-se na indiferença”. Porém Deus anima “dá forças ao cansado e enche de vigor o fraco. (...) Aqueles que confiam no Senhor, renovam as suas forças”.

“Ninguém se salva sem Deus”

Por isso, “não nos cansemos de rezar. Precisamos de rezar, porque necessitamos de Deus. A ilusão de nos bastar a nós mesmos é perigosa. Neste ponto Francisco recorda o nosso sofrimento com a pandemia: “No meio das tempestades da história,

encontramo-nos todos no mesmo barco, pelo que ninguém se salva sozinho; mas sobretudo ninguém se salva sem Deus, porque só o mistério pascal de Jesus Cristo nos dá a vitória sobre as vagas tenebrosas da morte”.

E convida: “Não nos cansemos de extirpar o mal da nossa vida. Possa o jejum corporal, a que nos chama a Quaresma, fortalecer o nosso espírito para o combate contra o pecado. Não nos cansemos de pedir perdão no sacramento da Penitência e Reconciliação, sabendo que Deus nunca Se cansa de perdoar”. O Papa recorda também que não devemos nos cansar de fazer o bem “através duma operosa caridade para com o próximo. Durante esta Quaresma, exercitemo-nos na prática da esmola, dando com alegria”. “A Quaresma – disse ainda Francisco – é tempo propício para procurar, e não evitar, quem passa necessidade; para chamar, e não ignorar, quem deseje atenção e uma boa palavra; para visitar, e não abandonar, quem sofre a solidão”.

A SEU TEMPO COLHEREMOS, SE NÃO TIVERMOS ESMORECIDO

Quanto ao terceiro ponto das palavras do Apóstolo o Papa falou sobre “A seu tempo colheremos, se não tivermos esmorecido”, aqui Francisco nos pede perseverança, fé. Afirmando que “cada ano, a Quaresma vem recordar-nos que o bem, como aliás o amor, a justiça e a solidariedade não se alcançam duma vez para sempre; hão de ser conquistados cada dia”.

DOM DA PERSEVERANÇA LEVA À SALVAÇÃO

“Neste tempo de conversão – explica ainda o Papa – buscando apoio na graça divina e na comunhão da Igreja, não nos cansemos de semear o bem. O jejum prepara o terreno, a oração rega, a caridade fecunda-o. Na fé, temos a certeza de que ‘a seu tempo colheremos, se não tivermos esmorecido’, e obteremos, com o dom da perseverança, os bens prometidos para salvação nossa e do próximo”.

Fonte: CNBB com informações do VaticanNews.



Doença de Alzheimer - O primeiro sinal de demência: Esquecimentos de fatos e acontecimentos recentes.

Perda de memória recente é um dos sintomas mais importantes da Doença de Alzheimer.

Esquecer faz parte da vida, pois todos esquecem algo em algum momento ou outro. Mas se isto for frequente e interferir na rotina diária, pode ser sinal de alerta para procurar ajuda profissional.

Com o envelhecimento, lapsos ocasionais de memória podem ocorrer, mas a pessoa consegue lembrar-se mais tarde. O que muda com o envelhecimento é que a velocidade de processamento da informação recebida pelos órgãos dos sentidos pode tornar-se mais lenta. Portanto, demência não é parte natural do envelhecimento.

Repetir várias vezes a mesma pergunta ou história, deixar queimar a comida com frequência, esquecer a torneira aberta, não lembrar data, eventos importantes e o nome das pessoas, são sinais de alerta.

Sabemos que esquecer, faz parte da vida, pois todo mundo esquece de vez em quando alguma coisa, porém, quando o esquecimento for frequente e descontextualizado, por exemplo: esquecer o nome de um vizinho, pode acontecer, mas não saber mais que ele é seu vizinho, é um sintoma preocupante.

Importante ressaltar que nem toda perda de memória é Doença de Alzheimer. Por isso, é preciso investigar outras doenças ou condições que também possam causar comprometimento de memória.

ATENÇÃO: Ao notar esses sinais com frequência, procure seu médico de confiança ou outro experiente neste assunto.

Extraído de

www.institutoalzheimerbrasil.org.br/estigmas-relacionados



Se você precisar saber mais sobre o a Doença de Alzheimer ou precisar de mais informações sobre tratamento entre em contato com o IAB pelos seguintes canais:

Website: <https://www.institutoalzheimerbrasil.org.br>;

WhatsApp coml.: **+55 41 99138-0454**;

Tel. Sede Curitiba: **(41) 99138-0454**,

Filial São Paulo: **(11) 97511-2018** e

Instagram: <https://www.instagram.com/institutoalzheimerbrasil>

Acompanhe no website e instagram a programação de eventos remotos (on-line) abertos ao público.



NOVOS ASSOCIADOS

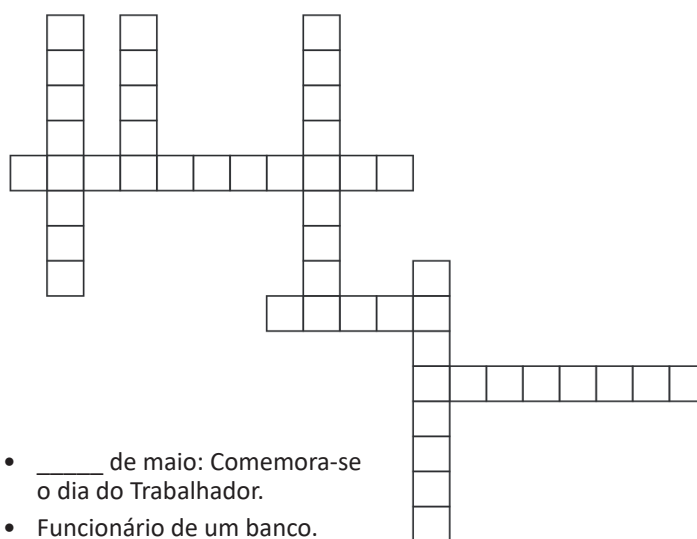
- ☆ Elza Viana Beluco - Patos de Minas - MG.
- ☆ Maria de Fátima Faria Tavares - Belo Horizonte - MG.
- ☆ Silvana Salum Castro - Belo Horizonte - MG.
- ☆ Eveline Vieira - Belo Horizonte - MG.
- ☆ Ana Maria Chaves Peixoto - Pará de Minas - MG.
- ☆ Patrícia Chiaretti Abdo - Belo Horizonte - MG.



DEIXARAM SAUDADE

- ✠ Maria Aparecida Rossi Alves Faria 15.02.2022 - BH - MG.
- ✠ Adalardo Beluco Filho - 24.02.2022 - Patos de Minas - MG.
- ✠ Helena Pereira Prado* - 15.07.2021 - Ipatinga - MG.
- ✠ Unisses de Souza - 24.01.2022 - Dolores do Indaiá - MG.
- ✠ Mário Lúcio Drumond* - 10.07.2021 - Bocaiuva - MG.
- ✠ Giannini Pinto - 09.03.2022 - Carangola - MG.
- ✠ Daniel Campos de Seixas Oliveira - Belo Horizonte - MG.
- ✠ Carlos Cesar Peixoto* - 22.07.2021 - Pará de Minas - MG.

*Somente agora a secretaria da AJUBEMGE tomou conhecimento desses falecimentos.



- _____ de maio: Comemora-se o dia do Trabalhador.
- Funcionário de um banco.
- É responsável por proteger e carregar as sementes e às vezes é comestível.
- Instante em que o Sol cruza o equador.
- Ato de apanhar produtos agrícolas.
- Tradição cristã que celebra a Paixão, a Morte e a ressurreição de Jesus Cristo.
- Parte da árvore responsável por realizar a fotossíntese.



01 Carla Aparecida Borges Marques, Delly Lutembarck de Oliveira Lima, Marco Aurelio Machado Freire, Orlando Pires de Lima, Paulo da Silva I, Ronaldo Falce Pereira Neto.

02 Heloisa Maria Palhares Vecchio, Maria Mafalda Butcovsky Galimbert.

03 Antonio Ferreira da Costa, Celia Maria Batista Carneiro de Mendonça, Veronica Reis Oliveira Lima.

04 Alaor Tavares, Carlos Antonio Pereira, Dimas Ibrahim Nogueira, Norma Sueli Reis de Carvalho.

05 Abigail Alves Rodrigues, Candido Marcio C. Tavares, Joao Estevao Quaresma da Silva, Marcelo Carvalhais Barroso.

06 Celso Brino, Dalva de Almeida Ferreira Silva, Jonas Tadeu Battalione, Jose Felix de Souza, Maria Cristina Barrot Teixeira Camargo.

07 Maria Ignes Barroca Soares.

08 Regina Coeli Barbosa dos Santos, Umberto da Silva.

09 Adenir Alves dos Santos, Ana Leticia Nunes Canhas, Antonio Alves de Alencar, Coeli Pereira de Mendonça, Jose Custodio Magalhaes Cavalcanti, Lauro Luiz Guimaraes Rocha, Samira Saade de Araujo, Talestre Maria do Carmo Mario.

10 José Carlos Baffa, Marlette de Oliveira Mendes, Oliviano Francisco Oliveira.

11 Maria Aparecida Guimarães Costa.

12 Carlos Alberto de Souza, Maria das Graças Gomes, Teresinha Benedito Guerra Abrantes, Wilson Barros Goulart.

13 José Pedro de Souza.

14 Antonio Bartolo, Eloina das Graças Pimenta, Marília de Fatima Lima Peret Teixeira, Rivadavia Saraiva do Brasil.

15 Ari Francisco Neto, Carlos Sismil, Chesney Antonio Bernardes, Dirce Favato Bastos, Maria Helena Vale de Lima, Maria Luiza Marques.

16 Malba Maria de Brito Silva, Maria da Conceição Leal Silva, Olga Batista Rocha, Silvino de Andrade Magalhães.

17 Iussef Jose Nacif, Olinda de Paula Carvalho, Vera Maria Ramos.

18 Alexandre Garcia Pereira, Antonio da Silva Otoni, Maria de Lourdes Paganini Tanure, Patricia Maria Magalhães Mourao Gonçalves, Sandra Cristina Barsand de Leucas.

19 Eunice de Souza Neves.

20 Antonio Silvestre Rodrigues, Evandro Eustaquio Alvares de Macedo, Geraldo Augusto Iacomini, Ildeu Sanches de Almeida, José Dantas da Silva, Sueli Peres Teixeira.

21 José Cerqueira Filho, Maria Nuovi.

22 Getulio Carlos Teixeira, Henrique Rodrigues Ferreira, Iza Mara Ferreira, Rosemary Drumond da Silveira, Vicente Pereira de Souza.

23 Noemia Cruz Lima, Paulo Roberto Queiroz, Roberto Santa Catharina.

24 Maria Auxiliadora de Oliveira Mattos, Maria Auxiliadora Oliveira Barcelos.

25 Adilson Martins Pereira, Edilea Evangelista Rabelo, Jane Maria Gonzaga Nascimento, Marcio José Timochenco, Sergio Nunes da Silva.

26 Ildeu Teixeira Perez, Isnard Diniz, Maria Cristina Ferreira, Nelson Andrade.

27 Celia Maris de Paiva Alves, Liliene Kely de Oliveira, Mirani Lopes Vieira Liberal, Waldyr Zappes.

28 Henrique da Cruz Reis Neto.

29 Joel da Silva Cerqueira, Marcos Antonio Pereira de Sousa, Tania Marly da Silva.

30 Anisia Manoelita Lopes Vasconcelos, Maria das Graças Silva Martins, Rita de Cassia Gomes de Souza Nascimento, Sandra Mara de Menezes Jardim, Zelia Moreira Duarte.

31 Geraldo de Sousa, Leda Graca Soares, Maria de Lourdes Pinheiro Baltazar, Noeli dos Reis Quinelato, Olavo Pereira Filho.

ANIVERSARIANTE PREMIADO

Ronaldo Falce Pereira Neto, residente em Belo Horizonte/MG, foi contemplado com um prêmio no valor de R\$ 200,00 (duzentos reais). O valor será transferido para a conta corrente cadastrada na **AJUBEMGE**.