

Seja  
associado

Junho de 2017



Jornal da  
**Aslemg**

# 57

Edição  
Comemorativa

# anos

► **Obras no restaurante**

Veja as principais  
mudanças realizadas  
na cantina

Pág. 3

► **Projeto Viver é Recordar**

Diversos roteiros de viagens  
a preços especiais  
para associados

Pág. 7

## Expediente

### Jornal da Associação dos Servidores do Legislativo do Estado de Minas Gerais (Aslemg)

Sede: Rua Dias Adorno, 300, Santo Agostinho,  
BH-MG – CEP: 30190-100  
Telefone: (31) 3337-7788

**Espaço Sociocultural:** Rua Rodrigues Caldas, 456,  
Santo Agostinho, BH-MG  
Telefones: (31) 3275-3069 / (31) 98623-8376

**Cantina da Aslemg:** Rua Dias Adorno, 300,  
Santo Agostinho, BH-MG  
Telefone: (31) 2108-7893

SAC 2.0: (31) 98611-1612  
[www.aslemg.org.br](http://www.aslemg.org.br)

**Gestão Inovar:** Abril de 2015 a Junho de 2018

**Presidente:** Luiz Antônio Dias

**Vice-Presidente:** Gilcemar do Couto de Araújo

**Diretora Administrativa:**

Maria de Fátima Alves Abreu Silva

**Subdiretora Administrativa:** Mariana Barros Silva

**Diretor Financeiro:** Juarez Costa Novaes

**Diretora de Comunicação Social:**

Carolina Soares Silva

**Diretor de Esportes:** Wesley Giordano

**Conselho Fiscal (efetivos):** Aluísio do Espírito

Santo, José Luiz Baia Henriques, Maria Telma Costa  
Oliveira Hahn, Luiz Carlos de Moraes Pinto, Jussara  
de Melo Ferreira, Alexandre Bossi Queiroz,  
Wesley Giordano Carvalho

**Conselho Fiscal (suplentes):** Haroldo Dartagnan de  
Carvalho, Márcio Juliano Vieira de Almeida, César  
Augusto Torres, Eloir Domingues Caixeta,  
José Javert Marcondes

**Jornalista Responsável:**

Bianca Nazaré - Mtb 18344 MG

**Projeto Gráfico:** Grazielle Martins

**Tiragem:** 2.000

## EDITORIAL



Associados,

Temos a maior satisfação de chegar ao último ano de administração com resultados tão positivos.

No início da nossa gestão, levantamos as necessidades e aspirações dos associados e, a partir daí, implantamos uma gestão moderna e atuante, focada na satisfação do associado, o que permitiu a consecução dos nossos objetivos.

Além de investimentos em infraestrutura, realizamos uma reestruturação administrativa, possibilitando maior controle e melhoria dos nossos processos. Com uma equipe mais qualificada, foi possível dar a resposta que a Associação esperava da nossa gestão.

Aumentamos as parcerias com as entidades da ALMG para a expansão e o aperfeiçoamento dos nossos eventos.

Iniciamos os processos de treinamento e desenvolvimento das lideranças da Aslemg com uma profissional competente - trabalho que terá a duração de quatro meses e visa a conscientização individual da essência do papel profissional de cada um. O objetivo dessa iniciativa é a interação de todos, com vistas à integração e cooperação entre os colaboradores das equipes.

Consideramos que meta não é sonho, não é desejo, meta é determinação.

Um abraço,

Luiz Dias - Presidente da Aslemg (Gestão Inovar)



## Obras trazem mais conforto e beleza ao restaurante da Aslemg

A gestão Inovar realizou uma verdadeira transformação na tradicional cantina da Associação. Após as mudanças, nosso restaurante se compara a renomadas cozinhas da região. Relembre as etapas das obras que mudaram significativamente a experiência com os alimentos na Aslemg.

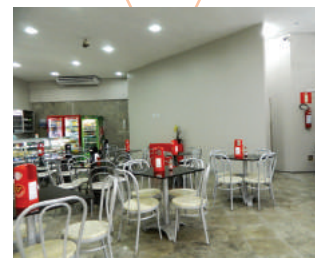
**1ª FASE** - Instalação dos sistemas de exaustão e climatização na cantina. O novo sistema de climatização reduziu a sensação de calor e de cheiro de alimentos no ambiente.



**3ª FASE** - Aquisição de novos utensílios para a cantina. Compra de mesas de madeira de demolição para substituição do antigo balcão self-service. Adoção do sistema de rechauds para a oferta dos alimentos. Pintura decorativa de parede lousa.



**2ª FASE** - Pintura e revestimento das paredes do restaurante e da lanchonete. Serviços elétricos. Remoção do espelho da parede e posterior decoração com quadros.



**4ª FASE** - Revitalização das cadeiras e mudança no layout do restaurante. Pintura da área externa do local.



### Contratação de profissionais especializados

Desde fevereiro de 2016, a Aslemg investe em profissionais com experiência obtida em grandes redes de hotéis e restaurantes de Belo Horizonte para o preparo de alimentos. A primeira contratação foi da nova gerente do restaurante, a turismóloga e especialista em gastronomia Thaise Lamounier. A profissional realizou,

inicialmente, importante trabalho de consultoria, que promoveu verdadeiras mudanças no dia a dia do restaurante.

O chef de cozinha Tiago Belchior e o cozinheiro Gustavo da Paz foram outras apostas para a promoção de pratos mais ousados e de sabores diversificados. Os novos talentos introduziram combinações de alimentos e temperos, além de enriquecer o cardápio com a soja, grãos e outras matérias-primas naturais. O garde manger Stive Douglas também trouxe sua experiência para deixar a apresentação mais criativa e divertida de saladas e frutas.

O investimento em mão de obra esteve focado, inclusive, na necessidade de aprimorar o atendimento aos associados. Novos profissionais foram contratados para a recepção da lanchonete e um rodízio interno possibilitou a ascensão de pessoas mais preparadas para o relacionamento com nossos clientes. Atualmente, o restaurante da Aslemg é formado por uma equipe de verdadeiros talentos que se superam a cada dia.

# RETROSPECTIVA

# 57 ANOS DE ASLEMG

Em 30 de junho de 1960, um grupo de servidores da Assembleia Legislativa fundava a Associação dos Servidores do Legislativo do Estado de Minas Gerais (Aslemg), uma espécie de esboço do que viria a ser a Aslemg dos dias atuais. Ao longo desses 57 anos, a Aslemg conquistou qualidade igualável aos serviços prestados por empresas reconhecidas na região.

Atualmente, a Aslemg administra um restaurante de qualidade crescente e um local dedicado à oferta de atividades de saúde e estética aos associados: o Espaço Sociocultural. Para relembrar essa jornada de quase seis décadas de existência, nossos associados nos ajudam a rememorar essa trajetória, partindo dos idos de 1960.

Um dos fundadores da Aslemg busca na memória os registros daquele período para nos contar sobre a criação da Associação. “Difícil recordar o que aconteceu há (quase) 60 anos, né? Eu tenho boas lembranças de relacionamento com os colegas. Alguns, infelizmente, já falecidos. Mas há alguns que ainda estão por aí. O objetivo da criação da Aslemg foi possibilitar uma boa comunicação com a administração da casa (ALMG) e o atendimento dos interesses dos

servidores”, revela Mauro Quintino dos Santos, 89 anos, primeiro tesoureiro da primeira diretoria da Aslemg, sob o comando de Adônis Martins Moreira, em 1960.

Mauro conta que a Aslemg funcionava como uma intermediária na oferta de serviços médicos na Assembleia e disponibilizava lanches aos servidores. Naquele período, o Palácio da Inconfidência funcionava no antigo prédio Casa D’Itália, localizado na rua Tamoios, no centro de Belo Horizonte.

Shelmer José Queiroga, 76 anos, veterano na Associação, também se recorda do período em que se desenhava as linhas que criariam o cenário atual. Sócio desde 1962, Queiroga conta que no período em que a ALMG funcionava na rua Tamoios, os servidores utilizavam a “Cantina da Assembleia”.

“Naquela época, já existia uma cantina, que supostamente seria já a Aslemg, em miniatura. Eu me lembro que existia uma senhora que vendia alguns lanches no recinto e ela também fornecia, algumas vezes, salgadinhos para a cantina. Não tinha cozinheiro... não tinha nada disso que há hoje. A Aslemg veio crescendo aos poucos”, relembra o associado.

## Galeria dos ex-presidentes

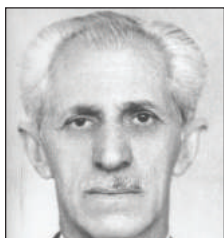
FOTOS DIVULGAÇÃO



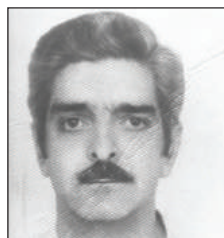
Adônis Martins Moreira  
1960 a 1963



Pedro Gonçalves Barcelos  
1964 a 1967



José Lembi  
1968 a 1971



Delso Baeta da Costa  
1972 a 1973



Felinho Santos Nascimento  
1974 a 1975



Marco Aurélio  
Gomes Lôbo  
1976-1979/1982- 1983



Altamir Hermógenes  
do Espírito Santo  
1980 a 1981



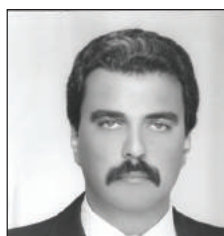
Walter de Araújo  
Zazá Filho  
1984 a 1985



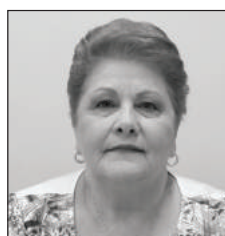
Francisco de Assis  
Nunes Coelho  
1986 a 1989



Rubens Dias Moreira  
1990 a 1995



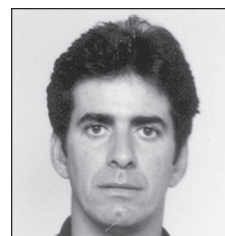
Márcio Juliano Vieira de Almeida  
1996-1997/ 1998 - 2000



Arlete das Mercês Righi  
2000 a 2003



Sebastião Aleixo de Souza Filho  
2003 a 2009



Otacílio Duarte de Freitas  
2009 a 2015

## Mudança para o Santo Agostinho

A história da Aslemg se confunde com a trajetória da Assembleia Legislativa. Quando a sede própria do Legislativo mineiro foi inaugurada, em março de 1972, no bairro Santo Agostinho, a Aslemg ganhou um espaço exclusivo para atender os associados.

Shelmer recorda que aquele foi o período em que se buscou arremontar associados para o crescimento da Associação. Com o aumento da demanda por alimentação na ALMG, deu-se início à criação de um refeitório próprio para os servidores.

“Depois que a Associação começou a ganhar mais corpo e mais solidez, passaram a fornecer alimentação. Quando a gestão da Aslemg percebeu que havia muita demanda, foi criado um pequeno refeitório. A Assembleia então forneceu o local ... A Aslemg não tinha, na época, um local próprio. A ALMG sempre cooperou com a cantina, que hoje é a Aslemg”, relembra

o associado Queiroga.

Ex-presidente e co-fundador da Associação, Walter de Araújo Zazá Filho, 72, recorda que após a criação do refeitório, a Aslemg começou a oferecer o PF (prato feito) aos servidores. Os funcionários da Casa tinham direito de realizar o desconto em folha dos valores gastos com alimentação. O benefício gerou um aumento no número de filiados.

Zazá, como é conhecido, conta que uma das funções da Aslemg era representar os servidores da ALMG, já que, naquele período, ainda não existiam sindicatos de funcionários públicos estaduais. “A mudança da Aslemg foi muito positiva para o associado e para a Assembleia. Hoje, ela faz um trabalho social, com eventos, oferta de diversos serviços, mas, em sua fundação, era como uma associação de classe, de representação da categoria”, conclui o ex-presidente.

### De cara nova

Os antigos associados reconhecem que ocorreram muitas transformações na entidade. “Hoje, o restaurante da Aslemg pode ser considerado um dos melhores da região. Com pratos variados... está excelente! A administração do nosso atual presidente, Luiz, está fora de série. Ele demonstrou uma capacidade muito boa nessa área”, relata Shelmer José Queiroga.

“O atendimento no restaurante da Aslemg melhorou muito. A comida é mais variada”, compara o ex-tesoureiro da Aslemg Mauro Quintino dos Santos. Opinião compartilhada pelo ex-presidente da Aslemg e atual presidente da Aplemg (Associação dos Servidores Aposentados da Assembleia Legislativa do Estado de Minas Gerais), Márcio Juliano Vieira de Almeida.

Márcio, associado desde 1975, aponta que cada administração cultivava boas ideias para o direcionamento das ações na Associação. “Cada presidente incorpora as mudanças do mundo. Na minha gestão (1996-1997 e 1998-2000), por exemplo, adquirimos patrimônios. Assim, eles dão retorno para a Associação por meio de alugueis”.

O ex-presidente destaca que a atual gestão, do presidente Luiz Antonio Dias, gerencia a Aslemg como uma empresa. “Hoje, o Luiz administra o restaurante como se fosse um restaurante cinco estrelas. Hoje, ela tem tudo o que um associado precisa. A cantina sofreu uma transformação muito boa”, finaliza.

## CONVÊNIOS

### Conheça alguns de nossos convênios

#### ▶ Beleza

##### **SOUL SPA URBANO E ESTETICA LTDA**

Endereço: R. Rodrigues Caldas, 700, Santo Agostinho

Telefone: 3225-0015

#### ▶ Saúde

##### **AXIAL MEDICINA DIAGNOSTICA**

Endereço: Av. Bernardo Monteiro, 1472, Funcionários

Telefone: 3237-1212

##### **CEDUS - CENTRO DIAG. MED. INT. GIN. OBS**

Endereço: Av. Barbacena, 836, Santo Agostinho

Telefone: 3298-5500

##### **CENTRO OFTALMOLOGICO DE M. GERAIS**

Endereço: R. Mato Grosso, 960, Santo Agostinho

Telefone: 4020-5060

##### **NUCLEO DE ODONTOLOGIA ALEGRO LTDA**

Endereço: Av. Afonso Pena, 732 - 12 andar, Centro

Telefone: 3271-4434

#### ▶ Drogarias

##### **DROGACHAME LTDA**

Endereço: R. Rodrigues Caldas, 196, Santo Agostinho

Telefone: 3337-3311

#### ▶ Óticas

##### **OTICA SANTO AGOSTINHO LTDA**

Endereço: R. Matias Cardoso, 63/02, Santo Agostinho

Telefone: 3337-5407

##### **OTICAS CAROL (CAMPO VISUAL PART. LTDA)**

Endereço: R. Rodrigues Caldas, 190, Santo Agostinho

Telefone: 3564-3379

#### ▶ Educação

##### **CENTRO UNIVERSITÁRIO UNA**

Endereço: R. Aimorés, 1451, Lourdes

Telefone: 3290-8826

##### **CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BELO HORIZONTE (UNI BH)**

Endereço: Av. Professor Mário Werneck, 1685, Estoril

Telefones: 3319-9231 / 3319-9500

#### ▶ Clubes

##### **CLUBE RECREATIVO MINEIRO**

Endereço: R. Grão Mogol, 197, Sion

Telefone: 2111-7715

Consulte todos os convênios em nosso site: [www.aslemg.org.br](http://www.aslemg.org.br)

## AGENDA DE EVENTOS 2017

### ▶ JUNHO

23/06 – Arraiá dos Servidores da ALMG

### ▶ AGOSTO

05/08 – Torneio de Futebol Society

### ▶ SETEMBRO

Happy Hour da Primavera

### ▶ OUTUBRO

Semana do Servidor

### ▶ NOVEMBRO

24/11- Festa de Natal dos Servidores

### PROJETO VIVER É RECORDAR – RESERVE A SUA VIAGEM COM A ASLEMG!

O Projeto Viver é Recordar é uma campanha de ações voltadas para o turismo, eventos culturais, gastronomia, lazer, saúde e bem-estar dos associados. Acompanhe nossa programação de passeios e faça sua reserva!

#### 26 de julho de 2017 - Um dia de lazer no Hotel Fazenda Vale do Amanhecer - Igarapé (MG)



Pacote com transporte rodoviário, café da manhã, lazer nas dependências do hotel, almoço com sobremesa.

Valor por pessoa: R\$ 170,00

Formas de pagamento: À vista/ desconto em folha

Informações: 3337-7788 / 99202-3434 (Hibisco Turismo)

#### 14 a 17 de setembro de 2017 Visita à Expoflora - Holambra (SP)



Pacote com três diárias, incluindo rodoviário, café da manhã, três refeições, passeios e bilhete para visita à Expoflora, maior exposição de flores e plantas ornamentais da América Latina.

Valor por pessoa (apartamento duplo): R\$ 1080,00

Formas de pagamento: À vista ou 4x de R\$ 298,00

no cartão de crédito/ desconto em folha

Informações: 3337-7788 / 99202-3434 (Hibisco Turismo)

#### 4 a 6 de agosto de 2017 Final de semana em Furnas - Capitólio (MG)



Pacote com duas diárias, incluindo transporte rodoviário, café da manhã, almoço e jantar, além de passeios de lancha e atividades livres na piscina, sauna e ofurô do hotel.

Valor por pessoa (apartamento duplo): R\$ 890,00

Formas de pagamento: À vista ou 3x de R\$320,00

no cartão de crédito/ desconto em folha

Informações: 3337-7788 / 99202-3434 (Hibisco Turismo)

#### 16 a 19 de novembro de 2017 Diárias no Tauá Grande Hotel e Termas de Araxá (MG)



Pacote com três diárias, incluindo transporte rodoviário, city tour com guia, café da manhã, almoço, chá da tarde e jantar, além de uso livre da sauna e ducha escocesa nas termas, durante o período. Valor por pessoa: R\$ 1.480 (apto duplo)

Formas de pagamento: À vista (10% de desconto),

6x no cartão de crédito ou desconto em folha

Informações: 3337-7788 / 99202-3434 (Hibisco Turismo)

## ESPAÇO SOCIOCULTURAL

# Conheça alguns benefícios da musculação para a saúde



A musculação é uma atividade física que não se resume apenas ao cuidado com a estética corporal. São diversos os benefícios comprovados para a saúde do corpo e consequente bem-estar no dia a dia.

Um dos objetivos mais buscados com a atividade é o aumento da massa muscular - ganho que contribui para a redução da gordura corporal e para a aceleração do metabolismo, bem como outros resultados.

A profissional de educação física do Espaço Sociocultural, Michele Oliveira, aponta que o mais importante na musculação é o treinamento de força. “Um dos principais benefícios com o treinamento é a facilidade para a realização das atividades diárias, além de desenvolvimentos fisiológicos e psicológicos”, avalia Michele.

Estudos demonstram que a prática correta da

elevação de sobrecarga influencia positivamente na formação e consolidação óssea. Além disso, a atividade melhora a produção hormonal, como a testosterona, hormônios do crescimento e controla a produção da insulina. A musculação também estimula a elevação de neurotransmissores responsáveis pela sensação de felicidade e bem-estar, como a dopamina e a serotonina.

No Espaço Sociocultural, cada objetivo buscado na prática da musculação é avaliado desde o início, respeitando-se a condição física dos usuários. Michele informa que o interessado realiza, primeiramente, a avaliação física com um dos profissionais de fisioterapia do local, antes do início dos treinos.

“Quando o aluno não treina há algum tempo ou é sedentário, ele é encaminhado para fazer a avaliação física. A partir disso, ele é conduzido até os professores do salão de musculação. Então, nós montamos o treinamento desse aluno e acompanhamos, ao longo do período, as evoluções e o que ele vai melhorando com o passar do tempo”, explica a educadora física.

### Atenção individualizada na prática de atividades físicas

No Espaço Sociocultural, a atenção dos educadores físicos é destinada a cada aluno, individualmente. O acompanhamento do treinamento físico, dessa forma, contribui ainda mais para o alcance do objetivo desejado. “Eu vejo como um diferencial no atendimento da Aslemg o fato de os alunos terem mais qualidade no atendimento. A média é de dez alunos por horário, no máximo. O professor consegue atender com muito mais segurança e proatividade”, avalia a educadora física.

### Academia da Aslemg:

**Rua Rodrigues Caldas, 456, Santo Agostinho**

Avaliação Física: R\$50,00

Telefones: (31) 3275-3069 / (31) 9 8623-8376

Horário de atendimento: segunda a sexta-feira, das 07h às 21h.

### Confira outras atividades oferecidas no Espaço Sociocultural

- Pilates • Fitdance (aula coletiva) • Kung Fu VingTsun • Drenagem Linfática • Massagem relaxante
- Massagem terapêutica • Massagem ayurvédica • Massagem redutora • Reflexologia podal
- Tui-ná • Limpeza de pele • Pelling • Fotobiomodulação • Depilação • Auriculoterapia
- Desbloqueio articular • Bambuterapia • Reiki • Yoga