

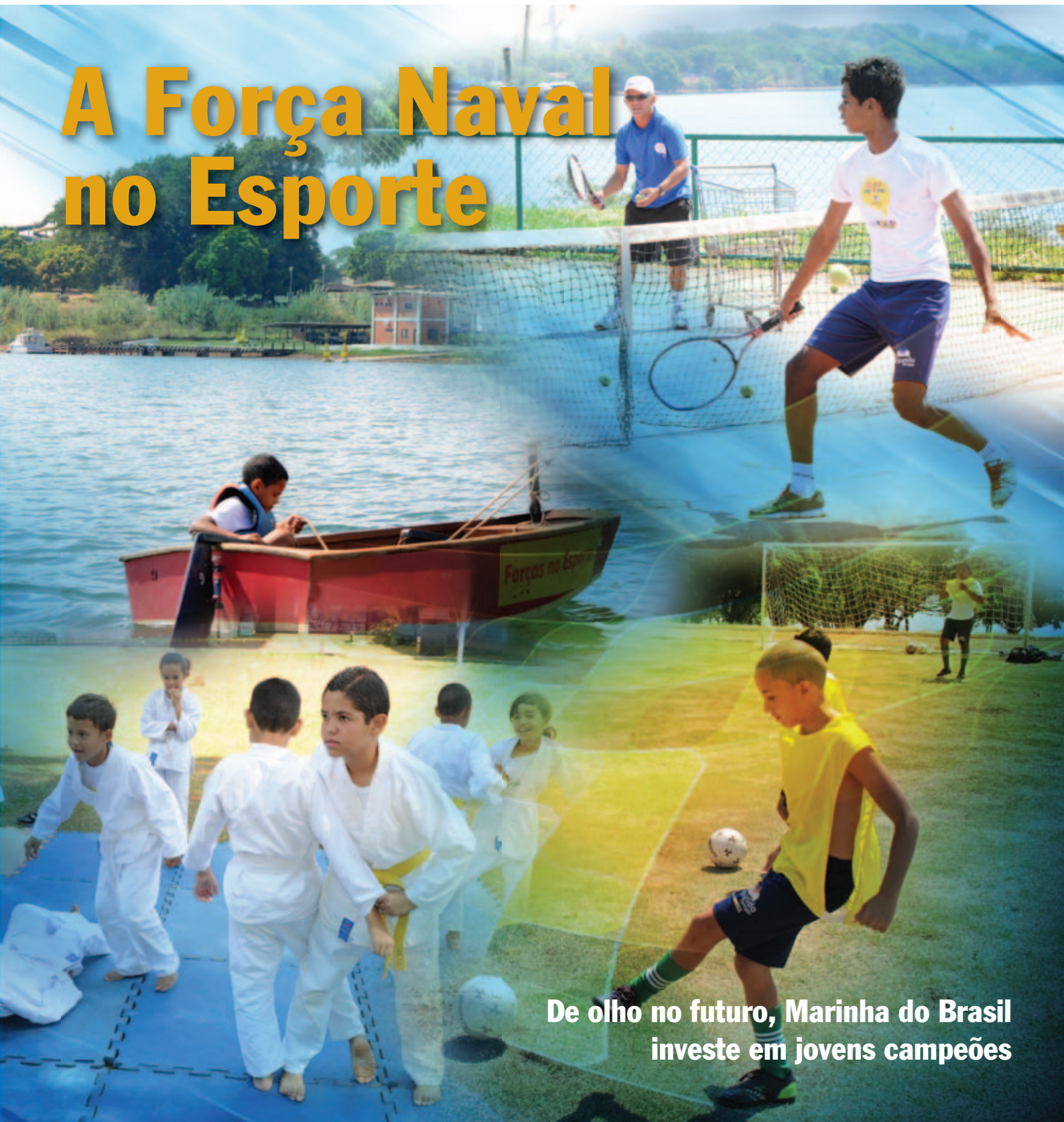
# Âncora *social*



A REVISTA DO BEM-ESTAR SOCIAL DA MARINHA

ANO 5 • NÚMERO 5 • DEZEMBRO • 2012

## A Força Naval no Esporte



De olho no futuro, Marinha do Brasil  
investe em jovens campeões

MILITAR OU PENSIONISTA  
DA MARINHA, COM O  
CRÉDITO **CONSIGNADO** BRADESCO  
VOCÊ REALIZA MUITO MAIS.

PATROCINADOR  
OFICIAL



Bradesco



Y&R

É PRÁTICO.  
É FÁCIL.  
É BRADESCO.



Fale com o Gerente Bradesco  
ou vá a um Correspondente  
Autorizado da Bradesco  
Promotora mais próximo.  
**Ou ligue para (0800) 015 7722.**

Crédito sujeito a aprovação e a margem consignável disponível.



Baixe um leitor de  
QR Code em seu celular  
e aproxime o telefone  
do código ao lado.

SAC – Alô Bradesco: 0800 704 8383  
SAC – Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 722 0099  
Ouvidoria: 0800 727 9933

[bradescopromotora.com.br](http://bradescopromotora.com.br)

@Bradesco

[facebook.com/Bradesco](https://www.facebook.com/Bradesco)

[youtube.com/Bradesco](https://www.youtube.com/Bradesco)



**Bradesco**  
Promotora

TM Rio 2016 | Todos os direitos reservados.

## EDITORIAL

É com imensa satisfação que dirijo-me ao estimado público da Revista Âncora Social, que chega a sua quinta edição. Esta publicação, ao longo dos últimos cinco anos, firmou-se como um importante e eficaz veículo de divulgação das ações de cunho assistencial da Marinha do Brasil, desenvolvidas em todo o País, que denotam o zelo da Força com o seu maior patrimônio: as pessoas que fazem da Instituição um motivo de orgulho para todos os brasileiros.

O ano de 2012 foi marcado pela realização dos Jogos Olímpicos de Londres, em que atletas militares tiveram um destacado desempenho. As Marinheiras Sarah Menezes e Mayra Aguiar foram vitoriosas no judô, ganhando medalhas de ouro e bronze, respectivamente, em suas categorias. Essas valorosas desportistas, que conduziram a nossa bandeira ao pódio, contaram com um significativo apoio da Marinha durante seus treinamentos, por intermédio do "Programa de Incorporação de Atletas de Alto Rendimento nas Forças Armadas", iniciado em 2008.

Em que pese as conquistas dos atletas de elevada performance, a Marinha também participa do Projeto "Forças no Esporte", que atua em outra vertente dessa importante atividade, beneficiando cerca de 3.100 crianças e adolescentes carentes em todo o Brasil. Nessa iniciativa, o propósito principal não é a obtenção de resultados expressivos em grandes competições, mas, sim, propiciar a inclusão e a melhoria da qualidade de vida

aos jovens que necessitam de estímulo e motivação. A prática esportiva é, sem dúvida, uma eficaz e viável solução para diversos problemas que atingem uma camada considerável da população brasileira. A atuação da Marinha nessas duas frentes, seja com os atletas de alto rendimento ou na iniciação esportiva de crianças e adolescentes, é um inspirador convite à reflexão. Esperamos que os bons exemplos ilustrados nesta edição sejam amplamente propagados, contribuindo para que o esporte seja um alicerce seguro para as gerações futuras, possibilitando, ainda, que nossos atletas brilhem, cada vez mais, nas próximas competições de vulto, como os 6º Jogos Mundiais Militares na Coreia do Sul, em 2015, e os Jogos Olímpicos de 2016, no Rio de Janeiro.

As ações em prol da Família Naval, da qual fazem parte todos os militares, servidores civis e seus familiares, mesmo aqueles que já se encontram na inatividade, são o cerne da Revista Âncora Social. O crescente número de matérias recebidas, sobre o trabalho desenvolvido pela Marinha em benefício do seu pessoal, demonstra a franca expansão do Setor Social da Instituição. Nesse sentido, esta nova edição nos traz matérias de nítida importância que, certamente, despertarão o interesse dos leitores, tais como a inauguração das novas instalações da Área Recreativa, Esportiva e Social em São Gonçalo (ARES-SG), a assistência do N-SAIPM aqueles em Missões Especiais, a ampliação da construção de Próprios Nacionais Residenciais

para a Família Naval, as comemorações do Dia dos Inativos da Marinha, a Humanização como processo de valorização das pessoas, a Musicoterapia facilitando a expressão verbal e corporal, entre muitas outras.

A revista apresenta, também, entrevista com o Diretor-Geral do Pessoal da Marinha, Almirante-de-Esquadra Luiz Fernando Palmer Fonseca, que discorre sobre a atenção e o apoio da Assistência Integrada da Marinha do Brasil aos militares envolvidos em Missões Especiais e seus familiares; além de artigos escritos pela Srª Sheila Royo Soares de Moura, Diretora Departamental das Voluntárias Cisne Branco, que faz um apanhado geral sobre o trabalho voluntário em apoio à Diretoria de Assistência Social da Marinha; e da Srª Francisca de Paula Harley, presidente da Américas Amigas, organização que luta pela diminuição do número de mortes causadas pelo câncer de mama no Brasil, especialmente entre a população de baixa renda.

Parabenizo aqueles que participaram, direta ou indiretamente, desse belo trabalho da Marinha e enalteço a importância das atividades promovidas para o bem estar da Família Naval. Por fim, conclamo todos a conhecerem e divulgarem o conteúdo dessa revista, possibilitando, assim, o surgimento de novas propostas que possam beneficiar e levar assistência a quem precisa.

Uma boa leitura!



Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto  
Comandante da Marinha

#### **Comandante da Marinha**

Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto

#### **Diretor-Geral do Pessoal da Marinha**

Almirante-de-Esquadra Luiz Fernando Palmer Fonseca

#### **Diretor do Centro de Comunicação Social da Marinha**

Vice-Almirante Paulo Mauricio Farias Alves

#### **Diretor de Assistência Social da Marinha**

Contra-Almirante Marcelo Francisco Campos

#### **Assessor de Produção e Divulgação do Centro de Comunicação Social da Marinha**

Capitão-de-Fragata Marcus Teixeira da Silva

#### **Assessor-Adjunto de Produção e Divulgação do Centro de Comunicação Social da Marinha**

Capitão-de-Corveta Dino Avila Busso

#### **Conselho Editorial da Revista Âncora Social**

Senhora Sheila Royo Soares de Moura

Vice-Almirante Paulo Mauricio Farias Alves

Contra-Almirante Jose Roberto Bueno Junior

Capitão-de-Mar-e-Guerra André Luiz de Mello Braga

Capitão-de-Fragata Rogerio da Rocha Carneiro Bastos

Capitão-de-Fragata (T) Sandra Helena de Oliveira

Capitão-de-Fragata Marcus Teixeira da Silva

Capitão-de-Corveta Dino Avila Busso

Capitão-de-Corveta (T) Carla Cristina Daniel Bastos Peixoto

Primeiro-Tenente (T) Ellen Franciana Vieira Silva

Luciana Carteri Couto Bastos (VCB)

#### **Responsáveis pela organização do material que compõe a Revista Âncora Social**

Primeiro-Tenente (T) Ellen Franciana Vieira Silva

Suboficial (ED) Lílíam Helena de Lima

#### **Revisor**

Capitão-de-Fragata Marcus Teixeira da Silva

#### **Jornalista responsável**

Primeiro-Tenente (T) Ellen Franciana Vieira Silva – Reg MTb 09966/MG

#### **Colaboração**

Capitão-de-Corveta (T) Carla Cristina Daniel Bastos Peixoto – Reg MTb RJ19135

Luciana Carteri Couto Bastos (VCB) – Reg MTb RJ23393



#### **TDA Brasil**

[www.tdabrasil.com.br](http://www.tdabrasil.com.br)

**Direção de Arte:** Rael Lamarques

**Projeto Gráfico:** João Filipe de Souza Campello

**Diagramação:** Rael Lamarques

#### **Fotografia**

Arquivos da Marinha do Brasil e colaboradores

#### **Foto da capa**

Segundo-Sargento (RM1-FN) Vicente Paulo de Carvalho

#### **Impressão**

Gráfica e Editora Qualidade

#### **Tiragem**

120 mil exemplares

#### **Centro de Comunicação Social da Marinha**

Esplanada dos Ministérios, Bl. N, Anexo A, 3º andar

Brasília • DF • CEP 70055-900

Telefone (61) 3429-1040 Fax (61) 3429-1027

Sítio: [www.mar.mil.br](http://www.mar.mil.br)

E-mail: [faleconosco@ccsm.mar.mil.br](mailto:faleconosco@ccsm.mar.mil.br)

Brasília, dezembro de 2012



5º Festival Âncora Social

## A FORÇA NAVAL NO ESPORTE

# 65

Entrevista	4	Drogas? Estou Fora!	52
Bem-Estar Integrado	6	Orçamento Equilibrado	57
Aprendizagem Contínua	16	Amigos da Marinha	60
Amigos Especiais	22	Presença na Comunidade	65
Apoio à Família	28	Voluntariado	77
De Bem Com a Vida	35	Perspectiva	102
Maturidade Saudável	41	Artigo	104
Abrigo do Marinheiro	49		



# ENTREVISTA COM O DIRETOR-GERAL DO PESSOAL DA MARINHA

## ASSISTÊNCIA INTEGRADA NO APOIO ÀS MISSÕES ESPECIAIS DA MARINHA DO BRASIL

**Âncora Social** – Em que consiste o apoio da Assistência Integrada nas situações em que os militares estão em Missões Especiais?

**Alt Esq Palmer** – O Programa de Atendimento Social aos militares e servidores civis em Missões Especiais e às suas famílias executa uma série de ações antes, durante e depois de missões, a fim de apoiá-los em relação aos aspectos psicossociais que envolvem esse momento. Tais aspectos são decorrentes de vulnerabilidades diversas, que podem ocorrer durante o afastamento do militar ou servidor civil de suas famílias. Para tal, emprega-se a

systemática multidisciplinar da Assistência Integrada, englobando áreas do Serviço Social, Psicologia e Direito.

**Âncora Social** – Como é realizado esse apoio?

**Alt Esq Palmer** – Esse trabalho é feito por meio de entrevistas, acompanhamentos dos militares e servidores civis durante as missões, seja presencial ou a distância, e uma avaliação realizada após o regresso. As entrevistas, que antecedem as missões, são feitas juntamente com os familiares e têm o propósito de preparar e orientar quanto aos aspectos psicossociais


que envolvem o afastamento, visando a prevenir o surgimento ou agravamento de situações adversas. Nesse momento, as famílias também têm a oportunidade de se conhecer melhor e formar uma rede de apoio mútuo.

**Âncora Social** – Quais são as missões onde esse apoio acontece?

**Alt Esq Palmer** – Considera-se, para efeito desse apoio, missões que acarretem o afastamento do militar ou servidor civil, tanto de sua família como do ambiente social, por longos períodos de tempo, no desempenho de atividades em localidades isoladas,

bem como as missões de paz. Estão sendo acompanhados os militares que integram o Grupo Operativo do Corpo de Fuzileiros Navais no Haiti, os que se encontram em missões de paz no exterior, os que estão no Posto Oceanográfico da Ilha da Trindade e os integrantes do Programa Antártico Brasileiro (PROANTAR).

**Âncora Social** – Qual a importância do trabalho realizado pela Assistência Integrada?

**Alt Esq Palmer** – Nossos militares e servidores civis passam por preparação diversificada, que visam a qualificá-los operativamente e tecnicamente para executar as tarefas que lhes forem atribuídas. Contudo, o apoio psicossocial tem sido ampliado na Marinha do Brasil, pois contribui para o fortalecimento interno dos indivíduos e o enfrentamento de situações de “stress” ou adversidades encontradas, além de fornecer conforto àqueles em missão por saberem que suas famílias estão sendo igualmente apoiadas por ocasião do afastamento. Por fim, reflete, ainda, a valorização da dignidade humana, devida a todos aqueles que, por aspectos inerentes à vida militar, encontram-se em pleno exercício de atividades, cujas exigências são intensas. 



Almirante-de-Esquadra Luiz Fernando Palmer Fonseca



Diretoria de Assistência Social da Marinha



*Assistência Integrada*



**Serviço Social**



**Direito**



**Psicologia**



[www.dasm.mar.mil.br](http://www.dasm.mar.mil.br)



DASM

## “ELOS DO BEM”

### A importância dos Elementos de Ligação para o Serviço de Assistência Integrada

Cada Órgão de Execução do Serviço de Assistência Integrada da Marinha (OES) possui um grupo de Organizações Militares (OM) sob sua responsabilidade. Para facilitar a disseminação de informações dos serviços prestados, bem como o acesso aos mesmos, foi criada a figura do Elemento de Ligação. São militares ou

servidores civis que atuam como elo entre a OM em que estão inseridos e o Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (SAIPM).

Os Elementos de Ligação são verdadeiros “elos do bem”, responsáveis por disseminar, para a Família Naval, informações relativas aos atendimentos do SAIPM

e calendário das atividades desenvolvidas por aquele Serviço, especialmente as de caráter preventivo, como cursos, palestras, atividades socioeducativas e culturais. Também são atribuições desses militares e servidores civis facilitar o acesso à Assistência Integrada e estimular o interesse de todos em sua OM.





## PROGRAMAS SOCIAIS DO SAIPM

Para implementação de sua sistemática, o Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (SAIPM) executa programas sociais, contando com profissionais das áreas de Serviço Social, Psicologia e Direito.

### PROGRAMA DE ASSISTÊNCIA FINANCEIRA

Prevê aos assistidos, que são selecionados mediante critério estudo social, o fornecimento de itens indispensáveis à solução de problemas financeiros. São realizadas doações de cestas básicas, pagamentos de tarifas de serviços essenciais em atraso, compra de medicamentos não ofertados pelo Sistema de Saúde da Marinha,

entre outros. São executadas, também, por meio de palestras e cursos, abordagens preventivas e firmados convênios com empresas e instituições para que sejam concedidos descontos para a Família Naval.

### PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO SOCIAL

Tem o propósito de estimular a reflexão sobre as questões inerentes ao convívio social, em especial àquelas

ligadas às relações familiares e de trabalho. São realizadas atividades como orientação vocacional, planejamento familiar e demais ações voltadas para a solução de problemas do dia a dia.

### PROGRAMA DE MOVIMENTAÇÃO E REMOÇÃO POR MOTIVO SOCIAL

Destina-se a prestar a assessoria necessária para os



Projeto "Forças no Esporte" no Comando do 7º Distrito Naval



casos em que os fatores sociais estejam afetando de forma negativa a vida pessoal, familiar ou profissional do militar ou servidor civil.

### PROGRAMA DE QUALIDADE DE VIDA

Tem o propósito de contribuir para a elevação da qualidade de vida dos militares e servidores civis da Marinha, ativos e inativos, seus dependentes e pensionistas, no trabalho, na família e na sociedade, visando ao bem-estar social e psicológico, por meio de ações socioeducativas.

### PROGRAMA DE ATENDIMENTO ESPECIAL (PAE)

Proporciona à Família Naval apoio e esclarecimento sobre o processo de reabilitação. É realizado em parceria com o Sistema Saúde da Marinha e instituições especializadas.

### PROGRAMA DE ATENDIMENTO SOCIAL AOS MILITARES E SERVIDORES CIVIS EM MISSÕES ESPECIAIS E ÀS SUAS FAMÍLIAS

O programa é voltado para as famílias dos militares e servidores civis, em serviço ativo,

designados para desempenhar funções em missões especiais e tem por finalidade prestar o apoio psicossocial necessário, de forma a minimizar os óbices que, por ventura, possam ocorrer por ocasião do afastamento prolongado de seus lares.

### PROGRAMA EDUCACIONAL

Tem como foco proporcionar aos dependentes de militares e servidores civis a gradativa ascensão aos níveis sucessivos de escolaridade, refletindo a importância da educação para o grupo familiar e para a formação social dos indivíduos. Podem ser feitas



5º Festival Âncora Social



Workshop "Contato Sutil"

doações de material, uniformes escolares e pagamento de mensalidades em atraso. Além disso, são firmados convênios com instituições de ensino fundamental, médio e superior para fornecer descontos à Família Naval.

Prevê, ainda, o pagamento de cursos profissionalizantes de curta duração para dependentes e militares em processo de licenciamento do SAM.

### **PROGRAMA DE PREVENÇÃO À DEPENDÊNCIA QUÍMICA**

Destina-se a promover a formação de atitudes de prevenção à dependência química, mediante processo de reflexão e orientação, para minimizar as circunstâncias que a originam. São promovidos cursos de noções básicas sobre prevenção

à dependência química, cursos de multiplicadores e proferidas palestras sobre o assunto.

### **PROGRAMA DE MATURIDADE SAUDÁVEL**

Visa a facilitar a integração social de militares e servidores civis da Marinha do Brasil, seus dependentes e



Colônia de Férias do Comando do 3º Distrito Naval



Colônia de Férias do Centro de Instrução Almirante Alexandrino

pensionistas, com idade igual ou superior a 60 anos, para que desempenhem papel social ativo no âmbito da família e da comunidade, bem como estimular a sua autonomia, por meio de ações de cunho preventivo, promocional, assistencial e educativo.

### PROGRAMA DE ORIENTAÇÃO PARA A RESERVA OU APOSENTADORIA

Tem o propósito de contribuir para a manutenção da integridade psicossocial dos militares, servidores civis e suas famílias, em

especial no período de transição da atividade para a inatividade, por meio de ações que estimulem o desenvolvimento de projetos pessoais, à convivência social e familiar e à superação das dificuldades decorrentes da alteração do estilo de vida.




### PROGRAMA DE APOIO AO PACIENTE INTERNADO E CONVALESCENTE (PAPIC)

Ações sociais de caráter preventivo realizadas nos Hospitais Navais e destinadas aos

pacientes internados ou em tratamento, seus acompanhantes e familiares.

### ATIVIDADES DE CUNHO SOCIAL (ACS)

Facilidades estendidas à Família Naval, diante de situações de óbito, executadas

de forma descentralizada, pelo SIPM ou pela própria OM do militar ou servidor civil. O auxílio é prestado pela designação de um militar treinado com base nas instruções da publicação DGMP-501 ou, por meio da Carteira de Empréstimo Funeral 



BEM-ESTAR INTEGRADO

## ASSISTÊNCIA PÓSTUMA PARA O PESSOAL DA MARINHA

A Assistência Póstuma para o Pessoal da Marinha do Brasil (APPMB) é uma facilidade oferecida à Família Naval pelo Abrigo do Marinheiro, a custos reduzidos, quando do falecimento de associado. O serviço é destinado a todos que tenham vínculo de remuneração com a MB (militares e servidores civis, ativos e inativos, ex-combatentes e pensionistas), e respectivos dependentes.

### Tipos de Planos e Custos

A APPMB dispõe de diversos planos individuais, familiares e para dependentes, variando de acordo com a idade, com custo mensal a partir de R\$1,98.

Mais informações no telefones 0800 275 2011 ou (21) 2104-5380.

## ASSIST-PÓS COM VOCÊ NOS MOMENTOS MAIS DIFÍCEIS.

PLANO  
INDIVIDUAL

R\$ 1,98  
mensais

PLANO  
FAMILIAR

R\$ 3,79  
mensais

### Solicitação de Serviços:

Brasil:

0800 275 2011

(85) 3242 3249

(85) 3270 7650

Exterior

055 85 3242 3249

(a cobrar)

- Assistência funeral completa
- Call Center 24 horas
- Translado de qualquer lugar do mundo
- Desconto em folha de pagamento

Consignante da Marinha do Brasil faça seu recadastramento no SASM ou procure uma de nossas assistentes.

Rio de Janeiro/RJ: (21) 3257-0783 Fortaleza/CE: (85) 3270-7650

BRASILCRED

Rua da Quitanda, 191 - Sala 401 - Rio de Janeiro - RJ - Tel.: (21) 3527.0783

DMS / AMN

Pça. Barão de Ládario, S/N - Complexo do 1 Distrito Naval - SASM - RJ - Fone.: (21) 2518.4786





DISTRITO NAVAL	ORGÃO DE EXECUÇÃO DO SAIPM	DADOS PARA CONTATO
Com1ºDN	AMRJ	Ilha das Cobras, s/nº - Ed. 49, 4º Andar - Centro - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.091-000 Tel: (21) 2178-6341/2211-3657/3678 Contato: amrj-nsaipm@amrj.mar.mil.br
	BAMRJ	Av. Brasil, 10.500 - Olaria - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 21.010-350 Tel: (21) 2101-0752 Contato: nsaipm@bamrj.mar.mil.br
	CIAA	Av. Brasil, 10.946 - Penha - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 21.012-350 Tel: (21) 2126-6099/6100/6219 Fax: 2126-3227 Contato: comsoc@ciaa.mar.mil.br
	CIAMPA	Av. Brasil 44.878 - Complexo Guandu do Sapê Campo Grande - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 23.078-000 Tel: (21) 3402-9361 Contato: nsaipm@ciampa.mar.mil.br
	CIAW	Ilha das Enxadas, s/nº - Centro - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.091-000 Tel: (21) 2104-6981 Contato: assist.social@ciaw.mar.mil.br
	Colégio Naval	Av. Marques de Leão, s/nº - Angra dos Reis (RJ) CEP: 22.900-000 Tel: (24) 3421-3006/3008 Contato: nsaipm@cn.mar.mil.br
	ComDivAnf	Est. do Quilombo, s/nº - Bananal - Ilha do Governador - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 21.911-000 Tel: (21) 3386-4333/4335 Contato: nsaipm@divanf.mar.mil.br
	ComemCh	Ilha de Mocangue, s/nº - Niterói (RJ) CEP: 24.040-300 Tel: (21) 2189-1170/1918 Contato: nsaipm@comemch.mar.mil.br
	ComFFE	Rodovia Washigton Luiz, s/nº KM 124 - Parque Duque de Caxias (RJ) CEP: 25085-000 Tel: (21) 2189-7288/7289 Contato: nsaipm@ffe.mar.mil.br
	ComForAerNav	Rua Comandante Ituriel, s/nº - Fluminense - São Pedro da Aldeia (RJ) CEP: 28.940-000 Tel: (22) 2621-4032/4154 Contato: secsaipm@foraer.mar.mil.br
	ComTrRef	Av. Paiva, s/nº - Ilha das Flores - Neves - São Gonçalo (RJ) CEP: 24.426-140 Tel: (21) 3707-9550/9551 Contato: nsaipm@trref.mar.mil.br
	CPesFN	Praça Barão de Ladário, s/nº - Ilha das Cobras - Centro - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.091-000. Tel: (21) 2126-5135/5136 Contato: nsaipm@cpcf.n.mar.mil.br
	DHN	Rua Barão de Jaceguay, s/nº - Ponta da Armação - Niterói (RJ) CEP: 24.048-900 Tel: (21) 2189-3491/3487 Contato: nsaipm@dhn.mar.mil.br
	EAMES	Rua Enseada do Inhoá, s/nº - Prainha - Vila Velha (ES) CEP: 29.100-900 Tel: (27) 3041-5428/5429/5453 Contato: nsaipm@eames.mar.mil.br
	HCM	Ilha das Cobras - Parte Alta, s/nº Centro - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.090-000 Tel: (21)2104-6920 Contato: nsaipm@hcm.mar.mil.br
	HNMD	Rua Cesar Zama, 185 - Lins de Vasconcelos - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.725-090 Tel: (21) 2269-9698/2599-5599 R. 5321 Contato: servicosocial@hnmd.mar.mil.br
	PM	Rua Amphilóquio Reis, s/nº - Ilha das Cobras - Centro - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.090-000 Tel: (21)2126-5348 Contato: omfss@presidio.mar.mil.br
	PNNSG	Rua Conde de Bonfim, 54 - Tijuca - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.520-053 Tel: (21) 2566-1218 Contato: rp@pnns.g.mar.mil.br
	SASM	Barão de Ladário, s/nº - Complexo do Comando do 1º Distrito Naval - Centro - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.091-000 Tel: (21) 2104-5414/5378 Contato: nsaipm@sasm.mar.mil.br
UISM	Rua Marechal Serejo, 539 - Jacarepaguá - Rio de Janeiro (RJ) CEP: 22.743-380 Tel: (21) 3312-4946 Contato: ssocial@uism.mar.mil.br	



DISTRITO NAVAL	ORGÃO DE EXECUÇÃO DO SAIPM	DADOS PARA CONTATO
Com2ºDN	Com2º DN	Av. das Naus, s/nº - Conceição da Praia - Salvador (BA) CEP: 40.015-270 Tel: (71) 3507-3870/3770 Contato: nsaipm@2dn.mar.mil.br
	HNSa	Av. de França, 1.400 - Comércio - Salvador (BA) CEP: 40.010-000 Tel: (71) 3415-2439 Contato: nsaipm@hnsalv.mar.mil.br
Com3ºDN	Com3º DN	Rua Almirante Aristides Guilhem, nº 331 - Alecrim - Natal (RN) CEP: 59.040-140 Tel: (84) 3216-3347/3365/3401 Contato: n-saipm@3dn.mar.mil.br
	HNRe	Av. Cruz Cabugá, 1200 - Santo Amaro - Recife (PE) CEP: 50.040-000 Tel: (81) 3036-9105 Contato: nsaipm@hnre.mar.mil.br
	EAMCE	Av. Cel. Filomeno Gomes, 30 - Jacarecanga - Fortaleza (CE) - CEP: 60.010-280 Tel: (85) 3288-4750 Contato: nsaipm@eamce.mar.mil.br
Com4ºDN	EAMPE	Av. Olinda, s/nº - Complexo de Salgadinho - Olinda (PE) - CEP: 53.110-800 Tel: (81) 3412-7609 Contato: nsaipm@eampe.mar.mil.br
	Com4º DN	Praça Carneiro da Rocha, s/nº - Cidade Velha - Belém (PA) CEP: 66020-150 Tel: (91) 3216-4305/4380 Contato: nsaipm@4dn.mar.mil.br
	HNBa	OMFSS Apoiada pelo N-SAIPM do Com4ºDN Rua Arthur Bernardes, s/nº - Val-de-Cães - Belém (PA) CEP: 66.115-000 Tel: (91) 3216-4380/4540 Contato: nsaipm@4dn.mar.mil.br
Com5ºDN	Com5º DN	Av. Almirante Garnier nº 70 - Centro - Rio Grande (RS) CEP: 96.201-203 Tel: (53) 3233-6112 Contato: nsaipm@5dn.mar.mil.br
	EAMSC	Av. Marinheiro Max Scharamm, 3028 - Estreito Florianópolis (SC) CEP: 88.098-000 Tel: (48) 3290-5072/5081/5084 Contato: nsaipm@eamsc.mar.mil.br
Com6ºDN	Com6º DN	Av. 14 de Março, s/nº - Centro - Ladário (MS) CEP: 79.370-000 Tel: (67) 3234-1006 Contato: n-saipm@6dn.mar.mil.br.
	HNLa	OMFSS Apoiada pelo N-SAIPM do Com6ºDN Rua 14 de Março, s/nº - Ladário (MS) CEP: 79.370-000 - Tel: (67) 3234-1040/1042
Com7ºDN	Com7º DN	Esplanada dos Ministérios, Bloco "N", Anexo "A", Térreo - Brasília (DF) CEP: 70.055-900 Tel: (61) 3429-1305 Contato: nsaipm@7dn.mar.mil.br
	HNBra	EQS 711/911, s/nº - Brasília (DF) CEP: 70.390-115 Tel: (61) 3429-7308 Contato: servsocial@hnbsb.mar.mil.br
Com8ºDN	Com8º DN	Rua Estado de Israel, 776 - Vila Clementino - São Paulo (SP) CEP: 04.022-002 Tel: (11) 5080-4780/4782/4839 Contato: nsaipm@8dn.mar.mil.br
	CTMSP	Av. Professor Lineu Prestes, 2.648 - Cidade Universitária Butantã - São Paulo (SP) CEP: 05.508-900 Tel: (11) 3817-7766 Contato: nsaipm@ctmsp.mar.mil.br
Com9ºDN	Com9º DN	Rua Bernardo Ramos, s/nº - Centro - Manaus (AM) CEP: 69.005-310 Tel: (92) 2123-4675/4676 Contato: nsaipm@9dn.mar.mil.br



1º Simpósio de Humanização realizado no Hospital Naval de Salvador

## HUMANIZAÇÃO

DASM

**H**umanização é o processo de valorização das pessoas envolvidas com ações de assistência. Trata-se de atribuir a devida importância ao usuário e ao profissional para que possam formar uma rede de diálogo, a fim de aperfeiçoar a capacidade de acolhimento das suas necessidades.

Deve-se considerar que o profissional de assistência precisa de condições de trabalho adequadas para o desenvolvimento de suas tarefas. A humanização avalia, nesse sentido, a transformação do local de trabalho, em termos materiais, melhorando o conforto, além de corrigir situações indesejáveis que acarretam o cansaço excessivo e sobrecarga.

A humanização atinge, também, a esfera da gestão, transformando o acolhimento e o atendimento nos serviços prestados. O foco é estabelecer espaços de comunicação e divulgação, que facultem e estimulem a livre expressão, o diálogo, o respeito e a solidariedade, bem como a responsabilização na busca das soluções.

### Humanização na Marinha


Atenta à importância da constante atualização para melhoria dos serviços prestados à Família Naval, a Marinha vem investindo

na Humanização. Desde 2010, os Núcleos do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha envidam esforços para promover ações nesse sentido, tais como a formação de grupos de trabalho, realização de palestras socioeducativas e de um simpósio anual atinente ao tema.

### Simpósios

Em 23 de novembro de 2011, o Hospital Naval de Salvador (HNSa) promoveu o 1º Simpósio de Humanização. O propósito foi promover mudanças pessoais que privilegiem a humanização em todos os níveis naquela Unidade de Saúde, investindo na qualidade de vida dos profissionais e usuários do Sistema de Saúde da Marinha.

A participação do grupo "Os Terapeutas do Riso" mostrou o quanto a alegria e a criatividade são fatores essenciais para o desenvolvimento de ambiente hospitalar adequado.

O 2º Simpósio de Humanização das Relações de Trabalho foi realizado em 9 de agosto de 2012, no Centro de Instrução Almirante Alexandrino, no Rio de Janeiro (RJ). Nele, foram debatidos temas como comunicação nas organizações, motivação, qualidade de vida, relações humanas entre outros 





## ENTENDA A HUMANIZAÇÃO

Foco	Propósito	Exemplo
Acesso e prestação	Garantir que todos terão chance de ser assistidos em tempo hábil para atendimento de suas demandas	Eficiência na marcação de consultas; acessibilidade para qualquer usuário, independentemente de suas dificuldades; tempo de espera para atendimento razoável, etc.
Instalações, equipamentos e condições ambientais	Garantir que o comparecimento ao serviço não vá tornar ainda mais difícil o estado em que se encontra o usuário, bem como fazer com que se sinta acolhido	Existência de sala de espera; sinalização de áreas e serviços; adequadas instalações físicas; equipamentos em bom estado, etc.
Relacionamento entre usuários e profissionais	Garantir crescente resolutividade aos serviços	Eficiência; gentileza; interesse; atenção; compreensão das necessidades; privacidade; meios para efetivação de queixas e sugestões; clareza nas informações oferecidas, etc.

## N-SAIPM ITINERANTE EM VISITA DOMICILIAR

Com6ºDN



O Projeto “N-SAIPM Itinerante” teve início no Comando do 6º Distrito Naval com Visita Técnica Domiciliar, em Campo Grande (MS), onde encontram-se grande parte dos militares inativos daquela região. Realizadas de abril a maio de 2012, as visitas aproximaram os profissionais do Serviço Social da Marinha do ambiente vivido por seus usuários.

O atendimento, dificultado pela distância entre o militar inativo e a Instituição, foi viabilizado por meio da adoção da modalidade itinerante do N-SAIPM. Com orientação social, encaminhamentos e avaliação, as equipes buscam melhorar a qualidade de vida dos atendidos, em sua maioria relacionados ao Programa de Assistência Financeira e ao Programa de Orientação Social. Grande parte dos usuários é idosa e apresenta problemas de saúde, necessitando de medicamentos e cuidados especiais



# CEJA TEM PARCERIA RENOVADA ATÉ 2016

**Plataforma digital para ensino a distância e banco de questões para avaliação dos alunos fazem parte do novo perfil do “CEJA Virtual”.**

Foi renovado, até 2016, o convênio entre a Marinha do Brasil e a Secretaria de Estado de Educação do Rio de Janeiro, possibilitando a continuidade das atividades do Centro de Estudos de Jovens e Adultos (CEJA) da Casa do Marinheiro (CMN), e agregando uma nova grade de serviços com maior acesso à tecnologia digital.

Entre as novidades, os alunos, agora, beneficiam-se de um sistema de atendimento

atemporal, baseado em um ambiente virtual, denominado de “CEJA Virtual”, que traz também um banco de questões alinhado com o material didático que é usado como instrumento de avaliação formal dos alunos.


Para não perder o foco do Centro, que é permitir a conclusão do Ensino Fundamental e Médio, de acordo com a disponibilidade e o ritmo de aprendizagem de cada um, o CEJA continua

CMN

oferecendo o modelo de atendimento individual para os alunos que não estejam familiarizados com as ferramentas digitais.

As inovações foram anunciadas pelo presidente da Fundação Centro de Ciências e de Educação Superior a Distância do Estado do Rio de Janeiro, Prof. Carlos Eduardo Bielschowsky, durante visita à CMN. Na ocasião, ele participou de um debate com a Diretora Joana D’Arc e os professores sobre a implantação da nova proposta.

Para Bielschowsky, trata-se de um “trabalho social sensacional”, que conta com pessoas comprometidas com o atendimento individual e oportuno aos alunos. “Não devemos trabalhar apenas com conteúdo. Precisamos desenvolver as habilidades e competências dos estudantes”, afirmou.

O projeto é voltado para militares, servidores civis, pensionistas da Marinha e dependentes. É possível, mediante solicitação por mensagem, que uma equipe de palestrantes visite as Organizações Militares para fazer a divulgação do trabalho 

A secretária do CEJA funciona de segunda à sexta-feira, das 9h às 20h, na Av. Brasil, 10.592, Penha – Rio de Janeiro (RJ). Mais informações poderão ser obtidas pelo telefone: (21) 2101-0978.



O navegador Amyr Klink junto aos jovens participantes do Projeto "Apoio à Criança e ao Adolescente"

## JOVENS DE SALVADOR PARTICIPAM DO "EXPERIENCE DAY": UM DIA PARA COMPARTILHAR E TROCAR EXPERIÊNCIAS

Com2ºDN

Oito jovens, entre 15 e 17 anos, residentes na Vila Naval da Barragem e assistidos pelas Voluntárias Cisne Branco (VCB) Seccional Salvador, tiveram a oportunidade de participar do "Experience Day", promovido pela Faculdade Ruy Barbosa, como forma de aproximar os universitários e fomentar conhecimentos, a partir da experiência de profissionais reconhecidos nacionalmente.


O evento, ocorrido no dia 23 de maio de 2012, teve como principal palestrante o

navegador, empreendedor e escritor paulista, Amyr Klink, e contou com o apoio do Comando do 2º Distrito Naval (Com2ºDN), que montou uma exposição sobre a Marinha do Brasil, apresentando a infraestrutura atual da Instituição e as formas de ingresso.

A atividade foi diversificada e incluiu videokê; apresentação do projeto "Caça-pilhas", que estimula os alunos a coletarem em suas casas pilhas usadas e não direcionar ao lixo comum; oficinas de conservação de ambientes

aquáticos e gastronomia de frutos do mar, com a "chef" Emanuele Ribeiro; e, para animar a garotada, um show da banda "traVolta toca Rock".

Os jovens levados pelas Voluntárias fazem parte do Projeto "Apoio à Criança e ao Adolescente", desenvolvido pelo N-SAIPM em conjunto com as VCB. Para eles, foi uma oportunidade ímpar tomar parte de uma festividade que envolve o público universitário e ouvir Amyr Klink falar sobre suas aventuras marítimas, empreendedorismo, liderança e planejamento.

O projeto tem como propósito promover a qualidade de vida de crianças e adolescentes, dependentes de militares e servidores civis da Marinha no âmbito do Com2ºDN. Para participar entre em contato com o N-SAIPM 

O atendimento é realizado de segunda à sexta-feira, das 8h às 16h. Telefone (71) 3507-3770/3763. E-mail: n-saipm@2dn.mar.mil.br.



Com7ºDN

## COMANDO DO 7º DISTRITO NAVAL RECEBE PRÊMIO MELHOR GESTÃO DO PROJETO “SOLDADO-CIDADÃO”

O Comando do 7º Distrito Naval (Com7ºDN), representando a Marinha do Brasil, foi um dos vencedores do 2º Prêmio Melhor Gestão do Projeto “Soldado-Cidadão”, que reconhece as unidades que se destacaram na execução do projeto. O Com7º DN conseguiu racionalizar gastos e otimizar recursos, ministrando cursos profissionalizantes com eficiência. A cerimônia de entrega dos prêmios às Organizações Militares que se destacaram em 2011 aconteceu no dia 7 de novembro de 2011, no Teatro Poupex em Brasília, com a presença do Ministro da Defesa, Embaixador Celso Amorim.

O “Soldado-Cidadão” auxilia os militares que estão prestes a se desligar das Forças Armadas e ingressar no mercado de trabalho como mão-de-obra qualificada. Os cursos são gratuitos e realizados em parceria com instituições do Sistema S - como Senai, Senac e Sebrae - e outras entidades ligadas ao ensino profissional




Ministro da Defesa, Embaixador Celso Amorim, Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, e Comandante do 7ºDN, Vice-Almirante Walter Carrara Loureiro

e técnico. O Com7ºDN desenvolve o “Soldado-Cidadão” desde 2005 e já promoveu a capacitação de aproximadamente 800 Marinheiros-Recrutados, nas modalidades de Eletricidade Residencial, Garçom, Marcenaria, Mecânica de Autos e Cozinha Básica.

O Marinheiro Philippe Afonso Soares, de 19 anos, que recebeu o diploma do Curso de Eletricidade

Residencial, foi um dos beneficiados: “Me interessei pela área porque ajudei ao meu pai a construir nossa casa, inclusive as instalações elétricas. Por isso resolvi me especializar”, revelou o jovem Marinheiro-Recruta. “Hoje trabalho com reparos de eletricidade nos Próprios Nacionais Residenciais da Marinha e sei que essa qualificação técnica vai me ajudar a conseguir um emprego quando sair daqui”.

Em nove anos de atuação, o projeto ajudou a profissionalizar 165 mil militares em 134 municípios. O Ministério da Defesa estima que 67% dos beneficiados pelo programa fazem carreira na área em que foram qualificados, grande parte, como empreendedores 





## “SOLDADO-CIDADÃO”

O Projeto “Soldado-Cidadão” teve início em 2002, na cidade do Rio de Janeiro (RJ). Ganhou abrangência nacional, a partir de 2004, quando passou a integrar o Plano Plurianual do Governo Federal e tornou-se ação permanente, com recursos previstos no orçamento da União. O propósito é capacitar profissionalmente militares temporários das Forças Armadas para que, ao fim do tempo de Serviço Militar, estejam melhor preparados para ingressar no mercado de trabalho.

As aulas são ministradas no horário do expediente e duram dois meses, com carga mínima de 160 horas, nas áreas alimentícia, artes gráficas, automobilística, comércio, comunicação, conservação e zeladoria, construção civil, eletricidade, informática, saúde, telecomunicações, têxtil, entre outras. Em 2011, 16 mil soldados, em 134 municípios, tiveram a oportunidade de fazer cursos técnicos.

Segundo o Ministro da Defesa, Embaixador Celso Amorim, “do início do programa até 2011, somando todos os atendimentos, chegamos ao expressivo número de 165 mil egressos do Serviço Militar capacitados profissionalmente”.

### Entidades Parceiras

- ◇ Sistema “S” (SENAI – SENAC – SEBRAE – SENAR – SEST e SENAT)
- ◇ Centro de Instrução Almirante Alexandrino - Marinha
- ◇ Centro de Adestramento Almirante Marques de Leão - Marinha
- ◇ Centro de Integração Empresa-Escola
- ◇ Escola Técnica de Brasília
- ◇ Fundação Rede Amazônica
- ◇ Centro Nacional de Educação Cenequista, entre outras





# “NAVEGANDO NO SABER” O PROJETO BEM SUCEDIDO DA EAMPE


Com3ºDN

Fomentar cultura e informação aos 553 alunos do Curso de Formação de Marinheiros da Escola de Aprendizes-Marinheiros de Pernambuco (EAMPE) e à tripulação tem sido o propósito do Projeto “Navegando no Saber”, agora em sua oitava edição.

Durante a abertura das atividades culturais extracurriculares para a turma ECHO/2012, foi ministrada a palestra “Desenvolvendo pessoas por meio da Mentoria Organizacional”, pelo Prof. Paulo Erlich, Mestre em Gestão Empresarial da Faculdade Boa Viagem, em 20 de março de 2012. A escola escolheu esse tema para apresentar aos alunos, porque “mentoria” (*mentoring*) é uma prática reconhecida mundialmente como um dos melhores métodos para desenvolvimento do indivíduo em diversas dimensões



da vida, inclusive do trabalho e da carreira (veja um extrato da palestra na página seguinte).

O “Navegando no Saber” tem, também, um caráter social, pois cada participante, ao invés de adquirir um ingresso, doa 1 kg de alimento não perecível, que depois são entregues como donativos às instituições que atendem pessoas carentes em comunidades do entorno da EAMPE 

## Ajurfam

### Assistência Jurídica à Família Militar

Há mais de 15 anos, o Escritório Jairo Candido e Advogados Associados - por meio da Assistência Jurídica à Família Militar - atende os militares do Exército e da Aeronáutica.

Já realizamos milhares de consultas jurídicas; proposituras e defesas de ações; atendimentos de emergência 24 horas por dia; e ações remotas (aquelas que tramitam em local diverso do domicílio do cliente).

Contamos com uma rede nacional composta por aproximadamente 50 escritórios associados em todo o Brasil.

Todos esses anos de atendimento permitiram adquirir larga experiência jurídica em todas as áreas do direito.



[www.ajurfam.com.br](http://www.ajurfam.com.br)  
 Informações: 0800 14 1861



## “DESENVOLVENDO PESSOAS POR MEIO DA MENTORIA ORGANIZACIONAL”

A mentoria, em sua forma básica, é o relacionamento pelo qual uma pessoa (mentor) influencia o desenvolvimento cognitivo, social ou emocional de outra (mentorado). Esse processo comumente ocorre de modo natural, informal. Para melhor explicar, basta lembrar os relacionamentos que foram marcantes em nossa existência, a ponto de sinalizarem os melhores caminhos, potencializá-los para mudanças e fazer o indivíduo evoluir para os níveis desejados ou, até mesmo, para os nunca imaginados.

É possível que esse fenômeno apresente-se na maior parte das influências relacionais significativas recebidas por um indivíduo, nas mais diversas áreas de atuação humana. Há, porém, alguns contextos em que essa prática já é estudada em profundidade: educação de jovens em situação de vulnerabilidade; formação acadêmica (Medicina e Enfermagem); formação religiosa, relacionada com a preparação de líderes; e promoção de saúde e bem-estar como recurso para ajudar na mudança de comportamentos e obtenção de uma vida mais saudável.

Em razão dos efeitos altamente significativos que proporciona, a mentoria que ocorre, espontaneamente, foi profundamente

pesquisada e, a partir daí, adaptada para uso formal, estruturada como recurso para promover aprendizado, desenvolver habilidades, melhorar desempenhos, entre outros fins. Os estudos começaram a despontar no final dos anos 70, e passaram a ter maior consistência a partir dos trabalhos da americana Kathy Kram, nos anos 80. No Brasil, o pioneirismo das pesquisas sobre o tema, adaptado ao ambiente organizacional, cabe à professora Sônia Calado Dias, que há mais de 10 anos dedica-se ao assunto

Para o ambiente organizacional, existe uma classificação de funções que podem ser divididas em **instrumentais** (ou de carreira), **socioemocionais** (ou psicossociais) e **modelar**.

As **instrumentais** ajudam o mentorado a dominar o conhecimento necessário para desempenhar seu trabalho e o preparam para crescer na organização. Exemplos: *orientação e treinamento* que expandem o conhecimento e a compreensão sobre como “navegar” efetivamente no mundo corporativo; *proteção* que consiste em defendê-lo em relação a contatos prematuros ou potencialmente danosos com outros; *exposição e visibilidade* perante os pares e superiores; e *patrocínio* que apresenta-se como forma de apoio aberto, permitindo indicar o indivíduo para ocupar cargos desejados no mesmo nível hierárquico ou receber promoções.

As **socioemocionais** aprimoram no indivíduo o senso de competência, identidade e eficiência em um papel profissional; são elas: *aceitação e confirmação* que ocorrem à medida que o mentorado vai desenvolvendo competência no trabalho e o mentor lhe dirige apreciações positivas que o apoiam e estimulam; aconselhamento quando o mentor assume o papel de “caixa de ressonância” confiável que

serve à exploração e à avaliação de conflitos internos do mentorado; e *abertura para o relacionamento* que é uma consequência da interação social entre ambos, com surgimento de afeição e compreensão mútuas.

As **modelares** são a função do exemplo, do espelhamento. É um processo de aprendizagem por observação, tácito.

Com os programas de mentoria organizacional, benefícios são gerados para todas as partes. As pesquisas indicam que os mentorados podem alcançar maior rapidez no aprendizado e na ascensão funcional, melhor socialização, mais satisfação com o trabalho e com a carreira, além de menor nível de estresse.

Os mentores podem beneficiar-se com satisfação pessoal e com a carreira, maior rede de relacionamentos, lealdade e apoio dos mentorados, reconhecimento e aumento de poder. E as organizações obtêm melhora na socialização dos empregados, redução dos custos com treinamentos e da rotatividade, fortalecem ou redefinem e melhoram a produtividade.

No Brasil, a mentoria como ferramenta organizacional em gestão de pessoas está dando os primeiros passos. Ainda são poucas as instituições que conhecem o tema.





# SASM REÚNE PAIS E USUÁRIOS COM O PROJETO “TOCANDO FAMÍLIAS”

SASM

**“Quando uma criança vê que seus pais gostam de estar com ela, aumenta o valor que dá a si própria. Esse sentimento crescente de valor é uma medida importante do sucesso dos pais em criar uma criança com necessidade especial”. Michael Meyerhoff**

Visando a proporcionar maior interação entre os participantes do Programa de Atendimento Especial (PAE) e suas famílias, bem como promover a integração e o intercâmbio social entre pacientes, familiares e o Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM), foi lançado o Projeto “Tocando Famílias”, desenvolvido por meio do PAE, em parceria com as Voluntárias Cisne Branco (VCB).

A primeira edição do projeto, que ocorreu no dia 15 de junho de 2012, na Casa do Marinheiro, no Rio de Janeiro, reuniu cerca de 100 pessoas entre pais e usuários das diversas clínicas credenciadas junto ao PAE. Para esse encontro, representantes da Clínica Percepto, de São Gonçalo (RJ), prepararam atividades lúdicas, artísticas e recreativas para desenvolver com as crianças e jovens. Os pais participaram de dinâmicas de grupo e momentos de discussões com reflexão e troca de experiências sobre as situações vividas com os filhos portadores de necessidades especiais.


A Servidora Civil Mônica Marques, mãe de um beneficiado, declarou aos presentes



o valor do projeto em sua vida. “É muito importante o trabalho realizado pelo PAE, que nos apoia em momentos de dificuldade. Nada seria possível sem a ajuda da Marinha, pois não teríamos como custear o tratamento do nosso filho, declarou Mônica.

O segundo encontro do “Tocando Famílias”, realizado no dia 16 de agosto, na Área Recreativa Esportiva e Social (ARES-SG), seguiu os padrões do anterior, congregando um elevado número de participantes que vieram para fortalecer seus laços familiares, com os

amigos e com a Instituição e, acima de tudo, partilhar de gratificantes depoimentos dos que possuem a sublime missão de cuidar, zelar e amar os portadores de necessidades especiais.

Ao final da atividade, a dependente de militar, Antonia Hosana Ramos, mãe de um usuário, emocionou os presentes com suas palavras: “O meu filho é normal, eu o amo como amo os meus outros filhos. Fui escolhida por Deus para amá-lo. Assistir ao vídeo sobre superação deu-me mais força para seguir em frente. Não tem lição maior que o amor”, disse Antonia 

Mais informações sobre o Projeto “Tocando Famílias” podem ser obtidas junto ao SASM nos telefones (21) 2104-5461 e 2104-6434, ou no site [www.sasm.mar.mil.br](http://www.sasm.mar.mil.br).

Participantes do “Tocando Famílias” reunidos





## MUSICOTERAPIA NO GAAPE

PNNSG

Em seu contínuo esforço pela manutenção da excelência, desde abril de 2012, o Grupo de Avaliação e Acompanhamento ao Paciente Especial (GAAPE), em ação conjunta com a Policlínica Naval Nossa Senhora da Glória (PNNSG) e a Unidade Integrada de Saúde Mental (UISM), vem usando a musicoterapia em parte de suas ações voltadas para as crianças.

A cada quinze dias, a Primeiro-Tenente (RM2-S) Flávia Pizzol, da UISM, desenvolve o trabalho terapêutico na PNNSG, situada no Rio de Janeiro (RJ). O propósito é aprimorar potenciais e

restabelecer funções do indivíduo, atuando como meio facilitador da expressão verbal e corporal. O uso da música e de instrumentos musicais otimiza a comunicação, a aprendizagem e a organização (física, emocional, mental, social e cognitiva) da pessoa.

O trabalho do GAAPE é realizado por uma equipe interdisciplinar, treinada para assistir a crianças e adolescentes com deficiência ou sob risco de desenvolver alguma deficiência. São profissionais das seguintes áreas: psiquiatria da infância e adolescência; pediatria do desenvolvimento; genética clínica; psicologia; psicopedagogia; neuropsicologia; terapia de família; fonoaudiologia; fisioterapia; e terapia ocupacional e musicoterapia. O Serviço conta, ainda, com o apoio franco e inestimável das Voluntárias Cisne Branco, personificado pela Sr<sup>a</sup> Márcia Viveiros, que atua acolhendo as crianças, durante a permanência das famílias na sala de espera do GAAPE 🚢



Militares do GAAPE usam musicoterapia com pacientes especiais

## MÃOS QUE CUIDAM\*

A oportunidade de ser uma VCB no GAAPE tem me trazido muitas alegrias. Minha satisfação vem desde presenciar o excepcional atendimento de seus profissionais, do amor incondicional dos pais às crianças, até o carinho de cada uma delas comigo. Os pequenos demonstram seu afeto por meio de um olhar ao me ver chegar, um sorriso tímido, na mãozinha dada ou num simples acolcho em meu colo.

Posso dizer que meu apoio como voluntária no GAAPE é simples e se baseia em apenas estar com as crianças, na sala de espera, enquanto não são atendidas. Nesse momento, tento, por meio de brincadeiras, deixá-las tranquilas e, o mais importante, felizes! Enquanto estão comigo, brincamos de massinha de modelar, desenhamos e pintamos, permitindo que a imaginação voe. Criamos fazendinha com bichinhos, foguetes com bonecos e o mundo dos dinossauros. Quando há tempo, leio uma historinha para eles ou crio algo que sirva como motivo para uma boa conversa. Tudo o que é desenvolvido é baseado no interesse deles, no que eles desejam fazer naquele dia, para que flua naturalmente e possamos ficar unidos.

Para mim, nada tem sido mais especial e gratificante do que chegar no GAAPE e ver aquelas crianças sentadas a minha espera, ou junto aos seus pais, abrindo um sorriso ao perceberem a minha presença. Isso sim é maravilhoso e faz valer a pena!

A alegria contagia a todos e é mérito de cada um dos envolvidos: crianças, pais e profissionais do GAAPE.

O voluntariado dá a oportunidade de conhecer situações novas, de amar pessoas e coisas que jamais teríamos chance em outras circunstâncias. Estou vendo e tendo a total certeza de que ser voluntária requer duas coisas muito simples: tempo e muito amor. Os sentimentos são como uma "rodovia de mão dupla". Se você se doa e faz alguém feliz, com certeza isso te fará muito mais feliz ainda.

**(\*) Sr<sup>a</sup> Márcia Viveiros**  
**VCB Seccional do Rio de Janeiro**



# PROJETO “CONQUISTANDO ESPAÇOS” SENSIBILIZA COM O USO DA ARTETERAPIA

Com2ºDN

O trabalho interligado entre o Núcleo de Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM) do Comando do 2º Distrito Naval, por meio do Grupo de Apoio à Pessoa com Deficiência, e as Voluntárias Cisne Branco da Seccional de Salvador, tem proporcionado importantes conquistas para a Família Naval. O Projeto “Conquistando Espaços” é voltado para os usuários do PAE, seus familiares e cuidadores, que fazem acompanhamento escolar e terapêutico em instituições de ensino e clínicas conveniadas.

Como parte do projeto, 68 portadores de necessidades especiais, dependentes de militares e servidores civis, ativos e inativos, têm sido acompanhados por meio do *Workshop* “Contato Sutil”. Trata-se de uma proposta baseada na arteterapia, desenvolvida a partir de encontros sistemáticos realizados, semanalmente, na Associação Recreativa Esportiva Social Cabana da Barra.

O *workshop* consiste em uma forma diferente e especial de sensibilizar as pessoas e promover a inclusão, utilizando-se da música, da dança e da

fotografia, em dinâmicas de grupo e vivências. Essas atividades proporcionam a troca de experiências, o desenvolvimento da percepção corporal, da criatividade e da autonomia dos participantes.

As atividades terapêuticas e pedagógicas do PAE e do Projeto “Conquistando Espaços” de 2011 foram encerradas em uma festividade no salão do Hotel de Trânsito de Inema. O evento contou com a presença da Diretora Seccional Voluntárias Cisne Branco em Salvador, Maria Cristina Veloso Mamede Amaral.

De acordo com a equipe de organizadores, professores e voluntários do projeto, o comprometimento da família com o trabalho desenvolvido tem sido a condição primordial para a evolução do usuário e o êxito do tratamento. Aos interessados em participar do projeto, seja na qualidade de familiar de portador de necessidade especial ou voluntário, a proposta está aberta. Os organizadores apenas salientam que aqueles que estiverem dispostos a participar irão fazer parte de um grupo que tem a gratificante peculiaridade de “não ser igual” 🐣

O atendimento é realizado de segunda à sexta-feira, das 8h às 16h. Tel. (71) 3507-3770/3763 E-mail: n-saipm@2dn.mar.mil.br ou taiana.rubim@2dn.mar.mil.br



Participantes do *Workshop* “Contato Sutil” em momento de descontração





# AUMENTA O NÚMERO DE PARTICIPANTES DA “CAMINHADA DA PRIMAVERA ESPECIAL”

Com2ºDN



Cadeirantes presentes na “IV Caminhada da Primavera Especial”


Faz parte do calendário de eventos do Grupo de Apoio à Pessoa com Deficiência da Diretoria Seccional Voluntárias Cisne Branco em Salvador promover, em parceria com a Associação de Pais e Amigos da Pessoa com Deficiência do Banco do Brasil, Escola Alcance, Centro de Arte e Educação Alternativa, Espaço Via Ponte e Instituto de Organização Neurológica, a “IV Caminhada da Primavera Especial”. O evento, que ocorreu no dia 16 de outubro de 2011, foi alusivo ao “Dia Nacional de Luta da Pessoa com Deficiência” e teve como propósito sensibilizar comerciantes, empresários e a população acerca da inclusão social e da busca por melhores condições de acessibilidade.

A caminhada contou com aproximadamente 800 participantes, o que demonstrou um crescimento de mais de

200% se comparado ao movimento do ano anterior (cerca de 300). Esse aumento deu-se em virtude da ampliação das parcerias e da divulgação, atendendo ao investimento e às expectativas das instituições organizadoras.

O grupo, com o apoio da Polícia Militar do Estado da

Bahia e da TRANSALVADOR, concentrou-se no Bairro de Ondina e caminhou em direção ao Farol da Barra. Durante todo o percurso, os participantes arrancaram aplausos dos transeuntes e aproveitaram a oportunidade para distribuir folhetos com informações sobre os direitos das pessoas com deficiência. Uma animada banda de fanfarra, bonecos com perna de pau, faixas com dizeres em prol da inclusão social e muita animação também fizeram parte da festa. O encerramento ocorreu na Área Recreativa Esportiva Social Cabana da Barra, com agradecimentos e distribuição de lanche.

Cerca de 170 membros da Família Naval, incluindo usuários com deficiência, assistidos pelo Programa de Atendimento Especial (PAE), além de familiares e a equipe de apoio, estiveram presentes e registraram grande satisfação em participar do evento. “O nosso muito obrigado às Voluntárias, à equipe da Marinha e a todos que se empenharam para que tudo pudesse acontecer! E que os nossos passos sejam ainda maiores em 2012.”, disse A.N., militar inativo, pai de usuário do PAE, bastante engajado em todas as atividades proposta 





“Um Dia Especial” é realizado com crianças no 5º Distrito Naval



Com 5º DN

## “UM DIA ESPECIAL” INTEGRA SOCIEDADE COM CAPITANIA DOS PORTOS DO PARANÁ


O Comando do 5º Distrito Naval, por intermédio da Capitania dos Portos do Paraná (CPPR), promoveu, no dia 30 de agosto de 2011, um evento dedicado às crianças com necessidades especiais. Denominado “Um Dia Especial”, a ação teve o propósito de promover a inclusão social e a interação da Capitania com a comunidade.

Atividades como rapel, acampamento modelo, visitação às lanchas da Capitania, noções de segurança no mar, oficinas de vela e de nós marinheiros fizeram parte da programação que contou com a participação de cerca de 100 crianças vindas da Associação de Pais e Amigos dos Excepcionais de Paranaguá e da Escola de

Educação Especial CENTRAU, que atende deficientes auditivos em Curitiba (PR).

Segundo o Capitão dos Portos do Paraná, Capitão-de-Mar-e-Guerra José Henrique Corbage Rabello: “Foi a forma encontrada para homenagear a Semana Nacional dos Portadores de Necessidades Especiais e promover a integração com a sociedade. Tivemos a satisfação de receber essas crianças e poder realizar

o evento que deverá se repetir em breve”.

A iniciativa teve grande aceitação por parte do público, conforme afirmou a diretora da Escola CENTRAU: “Só temos a agradecer esta oportunidade, que foi única para nossos alunos. Fomos tratados com muito carinho e atenção por todos. As crianças voltaram felizes com o que aprenderam com os militares e com os Escoteiros do Mar”, disse 



# PROJETO “PAIS E MÃES CUIDADORES” FAZENDO DIFERENÇA NA VIDA DA FAMÍLIA NAVAL

Com9ºDN

O Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM) reuniu os integrantes do Projeto “Pais e Mães Cuidadores” para apresentar a nova clínica credenciada com a Marinha do Brasil na área do Comando do 9º Distrito Naval (Com9ºDN) e inserir quatro novos pacientes ao projeto. O encontro ocorreu no dia 27 de março de 2012, nas dependências do N-SAIPM e contou com a presença de 15 participantes, entre militares e seus cônjuges.

Na ocasião, foi distribuído aos pais o material socioeducativo intitulado “Brincar é desenvolver um caminho para o mundo do autismo”, cujo conteúdo alerta para a importância do vínculo entre pais e filhos no desenvolvimento da criança e para os benefícios do tratamento.

O “Pais e Mães Cuidadores”, que agora possui dez usuários, está vinculado ao Programa de Atendimento Especial (PAE), com o propósito de apoiar os militares, servidores civis e pensionistas no tratamento de seus dependentes com necessidades especiais. Além do serviço que é oferecido pelas clínicas credenciadas, o projeto congrega grupos de caráter terapêutico e informativo, com a participação dos pais, visando orientá-los e apoiá-los. Essas atividades, coordenadas por uma Oficial da área de Psicologia, favorecem a troca de experiências entre familiares,

o relato de suas angústias, ansiedades e expectativas, bem como o fornecimento de informações sobre as diversas condições patológicas que envolvem os usuários. São previstos, também, atendimentos individuais aos pais, sempre que manifestarem essa demanda ou quando é verificada sua necessidade por parte da coordenação do projeto.

A Srª Rita de Cássia Paula de Andrade, mãe de Isabela, 25 anos de idade, ao ser questionada sobre o que esperava da nova clínica credenciada, disse: “A minha maior expectativa é de melhoria na parte da comunicação. Espero que ela receba mais estímulo para se comunicar melhor com a família e diminua sua ansiedade”.

Para a Srª Adriana de Souza Felix, mãe de um dos novos pacientes incluídos no PAE, a expectativa também é

grande. Ela e o marido adotaram duas crianças, uma delas foi diagnosticada com déficit de atenção. “Ele não andava e nem falava até dois anos e meio de idade. Não reconhecia nada, nem alimentos. Também não demonstrava nenhum tipo de afeto, se pedíssemos um beijo ou um abraço, ele não sabia dar. Já houve um certo progresso, no colégio e em casa, mas queremos que ele melhore ainda mais”, disse a mãe.

O Primeiro-Tenente (RM2-T) Alexandre Moreira de Queiroz, pai de Alexander, 3 anos de idade, outro paciente recém incluso no PAE, está bastante confiante na melhora do filho e reconhece a grande ajuda que a Marinha presta às famílias por meio do programa. “Os tratamentos são caros, encontrar um lugar em que meu filho possa ter pelo menos três níveis de atendimento poderá ajudá-lo a falar e a andar. A Marinha me estendeu a mão no tratamento do meu filho. Aproveito essa oportunidade para externar meus agradecimentos, porque cuidar de uma criança normal já é difícil e mais ainda de uma criança com necessidades especiais”, comentou o pai 🚢

Militares e dependentes participam do projeto





Com2ºDN

# RIR É O MELHOR REMÉDIO



Grupo Terapeutas do Riso em apresentação a uma paciente no Hospital Naval de Salvador

Uma das iniciativas de apoio à Família Naval, desenvolvidas pela Assistência Integrada da Marinha do Brasil, é o Programa de Apoio ao Paciente Internado e Convalescente (PAPIC). Criado em 2010, tem como propósito promover ações sociais nos Hospitais Navais, de forma preventiva e socioeducativa, em atenção aos pacientes internados, seus acompanhantes e familiares. Também são atendidos aqueles que receberam alta, mas ainda necessitam de cuidados.

Assim, em 19 de dezembro de 2011, como parte das atividades do PAPIC, o Hospital Naval de Salvador (HNSa) realizou o musical “Desconcerto de Natal”. Com muito bom humor, o Grupo Terapeutas do Riso apresentou, em ritmo

vibrante, as principais canções natalinas, provando que rir ainda é o melhor remédio. Percorrendo leitos das alas materno-infantil e adulto, além dos corredores da administração e do ambulatório, o grupo arrancou sorrisos de pacientes, familiares e profissionais de saúde do HNSa.

Tendo em vista o resultado extremamente positivo, a “risoterapia” continuou iluminando as terças-feiras de usuários e integrantes da equipe do HNSa, ao longo dos meses de janeiro e fevereiro 🚢



# HNBra ATENTO À MEDICINA DE FAMÍLIA E COMUNIDADE

Com 7ºDN

Promoção da saúde, por meio da prevenção de doenças, diagnóstico precoce e tratamento adequado são ações que, integradas, compõem o Programa “Medicina de Família e Comunidade” do Hospital Naval de Brasília (HNBra). Desde o início do segundo semestre de 2012, o HNBra vem envidando esforços nesse sentido, procurando potencializar os serviços nas áreas de Atenção Básica aos usuários do Sistema de Saúde da Marinha residentes na Vila Naval Visconde de Inhaúma (VNAVI).

Segundo a Organização Mundial de Saúde, Atenção Básica é função central do Sistema de Saúde de um país, visando ao desenvolvimento social e econômico global da comunidade. É o primeiro nível de contato dos indivíduos, da família e da comunidade com o Sistema Nacional de Saúde, levando cuidados médicos o mais próximo




Paciente em consulta no Posto Médico da VNAVI

possível do local onde as pessoas vivem e trabalham.

As consultas médicas e odontológicas realizadas no Posto Médico da VNAVI, bem como as visitas domiciliares são importantes ferramentas para a criação de vínculo com os usuários, antes mesmo de eles adoecerem.

Em atividade há cerca de 40 anos, o posto funciona 24 horas por dia, sempre com um enfermeiro de plantão. É possível realizar

consultas médicas, com um Clínico Geral, segundas, quartas e sextas-feiras, das 10h às 13h. O atendimento odontológico ocorre nas terças, quartas e sextas-feiras, das 7h30min às 11h40min 

O agendamento de consultas médicas e odontológicas no Posto Médico da VNAVI é feito pelo telefone: (61) 3394-0105.



## SUPERANDO SAUDADE E DIFICULDADES ALÉM MAR

Partir para uma missão que implica em longos afastamentos requer planejamento rigoroso. Nesse contexto, o aspecto psicológico dos militares envolvidos é de grande importância, pois exerce influência determinante em seu desempenho e bem-estar. E a atenção estende-se àqueles que permanecem em terra: a Família Naval. A fim de preparar os envolvidos para as peculiaridades desse momento, foi criado o Projeto “Missões Especiais”, no qual profissionais da

Assistência Integrada da Marinha do Brasil realizam palestras sobre aspectos sociais, jurídicos e financeiros a bordo de navios, inclusive. Além disso, são feitas entrevistas, preenchida a ficha social para pronta localização da família, se necessário, e entregue material informativo.

A aproximação estabelece vínculos importantes para que seja prestado melhor apoio à família no Brasil dando mais tranquilidade aos militares no exterior ou isolados por longos períodos. Desde sua criação, em 1996, o



“Missões Especiais” vem sendo aperfeiçoado e, hoje, agrega profissionais de Serviço Social e Psicologia.

### FTM-UNIFIL

Como atividade do Projeto “Missões Especiais”, uma equipe do N-SAIPM do Comando-em-Chefe da Esquadra (ComemCh) esteve a bordo da Fragata “União”, antes de sua partida para o Oriente Médio, a fim de integrar a Força-Tarefa Marítima (FTM) da Força Interina das Nações Unidas no Líbano (UNIFIL). Para o Cabo (EL) Frankbergson Rocha Ferreira, um de seus tripulantes, o apoio da Assistência Integrada foi um grande diferencial. Ele conta que, ao partir para o Líbano, deixou a mulher grávida no Brasil. “A



No regresso da Fragata “União”, o Cabo (EL) Frankbergson concedeu entrevista à TV Marinha, após o reencontro com a esposa e a filha


primeira vez que vi o rosto de minha filha foi por meio da *Internet*”, lembrou. Após os seis meses da missão, no retorno ao Rio de Janeiro (RJ), o encontro com a criança foi emocionante. “O que confortou-me durante o

período em que estive longe de casa foi saber que minha esposa estava amparada. Ela provou que tem garra para vencer as dificuldades de minha carreira ao meu lado. E o apoio da Marinha foi fundamental”, afirmou.

A mesma abordagem de instrução e preparo foi realizada com militares a bordo da Fragata “Liberal”, que substituiu a “União” na FTM-UNIFIL, em 17 de maio de 2012. Também o destacamento de fuzileiros navais que embarcou na “Liberal” recebeu orientações e apoio do N-SAIPM do Comando da Força de Fuzileiros da Esquadra.

### POIT

Outra missão que demanda a atuação do N-SAIPM do ComemCh é a do Posto Oceanográfico da Ilha da Trindade (POIT). Os militares selecionados podem permanecer por até quatro meses na ilha, distante cerca de 700 milhas náuticas da costa do Estado do Espírito Santo. O afastamento da família, bem como a situação de trabalho isolado, são questões acompanhadas sob olhar atento da Assistência Integrada, a fim de melhor apoiar os envolvidos.

Em junho de 2012, militares em preparação para o POIT receberam orientações psicossociais e jurídicas do N-SAIPM, tendo a oportunidade de iniciar um planejamento adequado para o período da missão. Foram abordados assuntos como trabalho em equipe, relacionamento interpessoal, motivação, gerenciamento de conflitos e a autonomia da família. 

Militares, seus familiares e técnicos durante Entrevista Psicossocial







# MILITARES UNIDOS EM AJUDA A SOLDADO VÍTIMA DE ACIDENTE

Com5°DN



Irigoite utiliza rampa de acesso construída por militares do Com5°DN


A solidariedade norteou as ações dos militares do Comando do 5º Distrito Naval, durante o mês de fevereiro de 2012. Juntos, eles realizaram obras de melhoria e acessibilidade na residência do Soldado fuzileiro naval João Irigoite, de 22 anos. Vítima de acidente automobilístico, em 2011, quando se deslocava do Grupamento de Fuzileiros Navais do Rio Grande para casa, ele ficou paraplégico, além de ter reduzidos, significativamente, os movimentos dos membros superiores.

Sensibilizada com as condições mínimas necessárias para a locomoção do militar em sua residência, a Primeiro-Tenente (RM2-5) Luziana Cardoso do Nascimento de Brito, fisioterapeuta do Ambulatório Naval do Rio Grande, empenhou-se em conseguir doações do material necessário à reforma. “O pátio era de areia, com declives, o que inviabilizava o uso da cadeira de rodas elétrica fornecida pela Marinha do Brasil”, conta a Tenente.

Calçamento externo e construção de uma rampa de acesso, reestruturação da fiação elétrica, colocação de campainha, reforma do banheiro e da tubulação de esgoto da moradia foram algumas das melhorias realizadas pelos militares com o material doado.

“Não tinha como sair da minha residência com independência. Não tenho palavras para agradecer o apoio. Hoje, posso me locomover e tenho forças para tentar recuperar meus movimentos”, garantiu Irigoite.

## Companheirismo

Tocado pela situação, o Terceiro-Sargento (FN-IF) Jaime Ferreira, 43 anos, casado e pai de um adolescente de 15 anos, também solidarizou-se. Três vezes por semana, em seu veículo particular, ele o transporta de casa para as sessões de fisioterapia, no Ambulatório Naval. “Sinto a força de vontade dele. Durante o carnaval, todos os dias foram de folia na fisioterapia”, declarou. Para Irigoite, o companheirismo do Sargento é fundamental. “O Jaime é meu segundo pai. Nele, busco forças para não desistir”, assegurou 



Durante fisioterapia, o Sargento Jaime apoia o Soldado Irigoite



Com7ºDN

# MAIS MORADIAS PARA A FAMÍLIA NAVAL

O Comando do 7º Distrito Naval (Com7ºDN) ampliou sua capacidade de atendimento de moradias para a Família Naval sediada no Distrito Federal. Foram entregues as 370 primeiras unidades habitacionais, de um total de 784 Próprios Nacionais Residenciais (PNR), em Águas Claras (DF).

O Prédio Almirante Alexandrino foi inaugurado em novembro de 2011, sendo destinado às Praças. Estiveram presentes na solenidade, o Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, o Comandante do 7º Distrito Naval, Vice-Almirante Walter Carrara Loureiro, o Diretor da Sociedade Amigos da Marinha do Distrito Federal, Antonio Carlos Martins, e autoridades. As chaves foram entregues ao primeiro morador, o Primeiro-Sargento (OS) Antônio Lima da Silva, que representou, juntamente com seus familiares, a Família Naval no Distrito Federal.

Em fevereiro de 2012, foi a vez do Capitão-de-Corveta Marcelo de Oliveira Sá, acompanhado de esposa e filha, receber as chaves do primeiro apartamento do prédio Almirante Soares Dutra, destinado aos Oficiais. A cerimônia foi presidida pelo Comandante do 7º Distrito Naval, Vice-Almirante Walter Carrara Loureiro.

As novas unidades representaram um significativo acréscimo de moradias na área do Com7ºDN e diminuição do tempo de espera por PNR



Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, descerra placa de inauguração do prédio Almirante Alexandrino, junto ao Comandante do 7º DN, Vice-Almirante Walter Carrara Loureiro

## PNR NO BRASIL EM 2011/2012





## ORIENTAÇÃO DE PAIS

Durante o mês de maio de 2011, a equipe do N-SAIPM da Base Aérea Naval de São Pedro da Aldeia participou de capacitação proferida pelo Instituto Fernandes Figueiras, da Fundação Oswaldo Cruz. O adestramento contribuiu para que novas atividades fossem somadas ao Projeto "Orientação de Pais". Desenvolvido pelo N-SAIPM desde 2002, o projeto orienta os



responsáveis quanto à conduta e ao comportamento das crianças, incentivando os pais que dediquem, rotineiramente, períodos de tempo exclusivamente aos pequenos.

Nesse sentido, foram realizados dois cursos, nos meses de setembro e outubro de 2011 e março e maio de 2012, nos quais foram postos em prática o aprendizado da equipe. Cada curso contou

com sete encontros, em que foram trabalhados temas como: relacionamento familiar, regras e limites, autonomia e reconhecimento, punições, direitos e deveres das crianças. Ao todo, mais de 150 pessoas participaram. "Vou usar tudo que aprendi aqui na educação das minhas filhas", afirmou Vanilda Félix Souto, esposa do Terceiro-Sargento (AV-SV) Vagner Souto 🚢

Para mais informações entre em contato com o N-SAIPM do ComForAerNav, no telefone (22) 2621-4154.

## QUANDO A UNIÃO FAZ A FORÇA

Desde 2010, o Comando do 7º Distrito Naval promove, por meio da Superintendência de Patrimônio Imobiliário (SPI), mutirões para recuperação dos Próprios Nacionais Residenciais (PNR) da Marinha nas Vilas Navais do Distrito Federal.

Em junho de 2012, cerca de 300 militares realizaram a recuperação de PNR na Vila Naval Visconde de Inhaúma (VNAVI), em Santa Maria (DF). Foram reformados 16 imóveis, o que incluiu serviços de pintura, limpeza e pequenos reparos. Foi restaurado,

também, o mastro da Escola Sargento Lima.

Com atitude proativa e corresponsável dos permissionários, a dinâmica do processo tem sido acelerada. Os mutirões ajudam a deixar os PNR prontos para utilização pelos próximos usuários. "Quando os militares entregam as moradias em boas condições de habitabilidade, evitam-se os serviços de reparo, resultando na diminuição do tempo de espera dos militares movimentados para o Distrito Federal", afirma o Superintendente do Patrimônio Imobiliário, Capitão-de-Mar-e-Guerra (RM1-T) Francisco José Souza Gouveia 🚢

Com7ºDN



Militares do Com7ºDN realizam reforma em PNR





# AJUDA SEM FRONTEIRAS




Equipe da Assistência Integrada em atendimento à Família Naval, em Além Paraíba (MG)

SASM

Imbuída pela missão de apoiar a Família Naval, a Marinha não mede esforços e percorre distâncias interestaduais. Foi assim que uma equipe da Assistência Integrada do Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) percorreu cerca de 190 km, do Rio de Janeiro (RJ) até o município de Além Paraíba (MG), a fim de levar solidariedade às famílias vitimadas pelas fortes chuvas ocorridas naquela região, em janeiro de 2012.

De 6 a 10 de fevereiro deste ano, eles levantaram dados socioeconômicos e prestaram apoio psicológico e jurídico à população. Esse trabalho de campo possibilitou a verificação das reais necessidades

daquelas famílias. Para o Segundo-Sargento (CN-Refº) Alvaro José dos Santos, um dos vitimados naquela calamidade, a presença da equipe da Marinha foi fundamental até mesmo para a melhora da autoestima. “Quando vamos

para a reserva, pensamos que seremos esquecidos, mas percebi que não é verdade. Ter recebido a ajuda da Assistência Social, após uma perda material tão grande, mostra o quanto ainda somos importantes para a Marinha”, disse 





# FESTIVAL “ÂNCORA SOCIAL”

DASM

O Festival “Âncora Social” apresentou uma inovação em sua 5ª edição. Foi a primeira vez que foram realizados dois eventos no mesmo ano, em datas e locais distintos. Em 14 de abril de 2012, além da versão já tradicional, na Casa do Marinheiro, no Rio de Janeiro (RJ), também foram efetuadas ações nas dependências da Área Recreativa, Esportiva e Social

em São Gonçalo (ARES – SG), pertencente ao Abrigo do Marinheiro. Assim, a Família Naval de Itaboraí, Niterói, São Gonçalo e adjacências teve acesso a serviços, orientações, cultura, entretenimento e conhecimento das mais diversas atividades desenvolvidas pela Marinha.

O propósito foi apresentar os benefícios e facilidades que a Marinha oferece aos militares e

servidores civis, ativos e inativos, pensionistas e seus familiares.

O evento realizado na ARES-SG contou com o apoio de instituições civis que em muito ajudaram para que o número de atendimentos em um único dia passasse de 6.500. Contribuíram com a iniciativa: Associação de Veteranos do Corpo de Fuzileiros Navais, Banco do Brasil, Brasilcred, Caixa Econômica Federal, Centro de Integração





Empresa-Escola, Embelleze, Fundação para a Infância e Adolescência, Mapma, Papelaria MIP Santos, Projetos “Adolescer” e “Pequenos Marinheiros” do Abrigo do Marinheiro, Qualicorp, Salão Beleza Permanente, Spa das Sobrancelhas, Sulamérica e Unimed.

### Prevenção à Dependência Química

Por meio da distribuição de material informativo e ações lúdicas, como encenações curtas, o N-SAIMM da Diretoria de Hidrografia e Navegação trabalhou o tema “Prevenção à Dependência Química”. Inserida no Projeto

“Cuca Legal”, o propósito da ação foi conscientizar os militares, servidores civis, inativos, e seus dependentes, sobre prejuízos sociais e implicações negativas do uso de drogas.

Em estande montado na ARES-SG, profissionais do teatro exibiram várias apresentações. Vestido de palhaço, um ator interagia com as crianças, distribuindo livretos de passatempos com o tema da dependência química. Outro ator representou um usuário de *crack*, sensibilizando o público para a importância do acolhimento das pessoas afetadas por esse vício 📌

Ator vestido de palhaço entrega livreto sobre dependência química à criança



AMRJ

## N-SAIMM DEBATE ASSÉDIO MORAL E CONSUMISMO



Diversas expressões são usadas em diferentes países para designar o assédio moral. Na Austrália, Inglaterra e Irlanda, normalmente, utiliza-se o termo *bullying*. Nos Estados Unidos da América e no Brasil, *mobbing*. Assim, esses nomes definem a violência pessoal, moral e psicológica no trabalho.

Esse fenômeno social e as repercussões que causa nas pessoas no ambiente escolar, institucional e na *Internet* foi tema de debate promovido pelo N-SAIMM do Arsenal de Marinha do Rio de Janeiro (RJ), em 28 de junho de 2012. A iniciativa integra o Projeto “Vida Melhor”, que visa a estimular mudanças de hábitos, a partir de um processo reflexivo, produzindo alterações favoráveis na vida pessoal do indivíduo.

A psicóloga Cristina Werner explicou que o assédio moral pode partir de um colega de trabalho, do chefe ou de um subordinado e apontou as possíveis questões para o seu surgimento, destacando a inveja, quer relativa à promoção, ao destaque profissional ou aos bens materiais conquistados pelo outro, por exemplo. Segundo ela, quem sofre *mobbing*, muitas vezes, acaba desestimulado, tendo comprometidos seu rendimento profissional e a própria saúde.

Outro tema trabalhado pelo N-SAIMM foi o consumismo, durante a encenação da peça “Compulsivo(a) eu?”, da Companhia O Teatro Institucional. Os diretores Jitman Vbranovski e Paulo Antunes, arte-terapeutas especializados em dependência química e alcoolismo, abordaram as armadilhas do consumo atual, de forma cômica e envolvendo situações do cotidiano. Após a apresentação, foi realizado debate com a plateia.

Para a Servidora Civil Claudia Cristina Albuquerque da Silva, a peça serviu como alerta. “Tomarei mais conta de mim, principalmente em relação ao cigarro. Além de afetar a saúde, os vícios acarretam problemas financeiros e familiares. Muitas vezes, não temos oportunidade de debater esses assuntos com profissionais especializados, e fomos brindados pelo N-SAIMM com a iniciativa” 📌



## PESQUISAS BUSCAM MELHORIA NA QUALIDADE DE VIDA DA FAMÍLIA NAVAL


DASM

A Diretoria de Assistência Social da Marinha (DASM), por meio do recém-criado Departamento de Pesquisas de Pessoal (DPP), vem dando continuidade à realização, iniciada em 1996, de dois estudos. Um deles é o Perfil Socioeconômico e Cultural da Família Naval (SISPERFIL), realizado em forma de senso, sobre os integrantes da Força, no que tange à estrutura familiar, moradia, interesses e hábitos. Outro levantamento é o de Satisfação do Pessoal da Marinha (SATPES), que mede as percepções de militares e servidores civis da ativa, relativas aos aspectos institucionais que influenciam a motivação para o trabalho. Os dados obtidos subsidiam a elaboração de Programas e Projetos Sociais em benefício da Família Naval.

Diversas medidas, ao longo do tempo, foram implementadas como resultado do SISPERFIL, a exemplo da criação e aprimoramento contínuo de benefícios e facilidades relacionadas aos Programas Sociais; incentivo à participação dos militares nos eventos culturais promovidos pela Marinha; divulgação das atividades recreativas oferecidas pelos Clubes Navais, Casa do Marinheiro e Áreas Recreativas, Esportivas e Sociais, acessíveis aos militares e seus dependentes; elaboração de

campanhas e atividades voltadas para a promoção da saúde no ambiente de trabalho, com incentivo da prática do Treinamento Físico Militar; entre outras.

De julho de 2010 a junho de 2011, foram respondidos no atendimento *online* do site da DASM 43.357 questionários de SISPERFIL e 32.517 de SATPES, o que corresponde à participação de 89,39% e 67%, respectivamente, do efetivo de pessoal militar da Marinha.

Ressalta-se a importância dos militares e servidores civis responderem às pesquisas realizadas pela DASM, pois os resultados auxiliam no desenvolvimento de ações em prol da melhoria das condições de trabalho, das relações interpessoais e da qualidade de vida 



## BRINCADEIRAS E CIDADANIA

SASM

Colônia de Férias no 9º Distrito Naval



As férias são a melhor época para a prática de atividades recreativas que preencham o tempo das crianças, de modo a fazê-las interagir com a sociedade e vivenciar novas experiências. Pensando nisso, como parte das atividades desenvolvidas no Programa “Qualidade de Vida”, os N-SAIPM do Centro de Instrução Almirante Alexandrino (CIAA) e dos Comandos dos 3º, 6º, 7º e 9º Distritos Navais promoveram Colônias de Férias, nos meses de janeiro e julho de 2012.

As Colônias de Férias trabalham autonomia, bem-estar psicológico e socialização entre as crianças e adolescentes, em um ambiente de descontração, por meio de ações socioeducativas, recreativas e desportivas.



Colônia de Férias no 3º Distrito Naval



Autoconfiança, motivação e trabalho em equipe foram alguns dos temas abordados durante as oficinas de pintura e reciclagem, gincanas, jogos, apresentações de filmes e desafios de dança e música.

De 23 a 27 de janeiro de 2012, o N-SAIPM do Comando do 3º Distrito Naval realizou atividades lúdicas, esportivas e educacionais com crianças entre 5 e 11 anos de idade. Com o intuito de desenvolver a coordenação motora e os dons culinários, os pequenos tiveram a oportunidade de preparar o próprio

lanche, sob a supervisão de instrutores. A programação incluiu, ainda, atividades aquáticas, realizadas na piscina, e



Colônia de Férias no 6º Distrito Naval

um animado baile à fantasia. Para Danielle de Lima Soares, 11 anos, “foi bom, porque fiz novas amizades, me diverti

com os colegas e achei os monitores super legais”.

No Comando do 6º Distrito Naval, de 18 a 25 de julho de 2012, os participantes realizaram um passeio no Rio Paraguai, a bordo do Monitor “Parnaíba”, navio subordinado ao Comando da Flotilha de Mato Grosso, em que foram trabalhados temas como a importância da preservação ambiental e do desenvolvimento sustentável.

A Colônia de Férias da Vila Naval Visconde de Inhaúma (VNAVI), ocorrida nos dias 21 a 22 de julho de 2012, sob a coordenação do Comando do 7º Distrito Naval, foi de tirar o





Luanna Ambires e Millena dos Santos, autoras do poema "Respeito", produzido durante a Colônia de Férias do Comando do 9º Distrito Naval

## POEMA "RESPEITO"

*Respeito é uma lição que todos devem aprender.*

*Respeito deve ser dado antes de um retorno esperado.*

*Respeito é algo que é dado de graça.*

*Respeito é sobre nós e nunca sobre você ou eu.*

*Respeito é a base sobre a qual as relações são fundadas.*

*Respeito é âncora que mantém uma pessoa bem fundamentada.*

*Respeito constrói o caráter e define quem somos.*

*Respeito define o padrão e levanta a barra.*

*Respeito é magnânimo e contribui para a concretização.*

*Respeito é o parceiro que se sente com boa vontade.*

*Respeito é tão doce como o mel é percebido.*

*Respeito é o gosto de saborear para quando é recebido!*

fôlego. Corrida de revezamento ao redor da igreja, campeonato de ciclismo, palestra sobre cuidados bucais e escovação, entre outras atividades animaram cerca de 40 crianças, acompanhadas de seus pais ou responsáveis. "Meu filho estava nervoso e não queria ir de jeito nenhum. Mas eu insisti, e ele gostou tanto da Colônia de Férias, que mal conseguiu dormir de tão ansioso para chegar o segundo dia de diversão e brincadeira com os novos coleguinhas", conta a Segundo-Sargento (SC) Poliana Marina da Silva Rodrigues, mãe de Pedro, de 4 anos.

De 2 a 13 de julho de 2012, em sua 12ª edição no Comando do 9º Distrito Naval, o evento contou com um momento cultural, espaço de

expressão das habilidades do grupo, por meio da apresentação de danças, música, imitações, peças teatrais etc. O destaque ficou por conta

de duas das participantes, Luanna Ambires e Millena dos Santos, ambas de 9 anos, que inspiradas pelo tema "Respeito", produziram um poema 🚢

## NÚMEROS DE CRIANÇAS NAS COLÔNIAS DE FÉRIAS

**CIAA 73**  
**3º DN 70**  
**6º DN 180**  
**7º DN 40**  
**9º DN 130**





## “VIVER BEM” CONQUISTA 26 NOVAS ADEPTAS

Com9ºDN

No primeiro semestre de 2012, o N-SAIM do Comando do 9º Distrito Naval recebeu 26 novas integrantes do Projeto “Viver Bem”. Na ocasião, foi abordada a importância da adoção de um estilo de vida saudável, por meio da prática regular de atividades físicas.

O “Viver Bem” visa à promoção da qualidade de vida e integração social, por meio da prática de atividades físico-esportivas e terapêuticas para dependentes de militares e servidores civis.

As atividades são realizadas em grupo e conduzidas por profissionais de Educação Física. O projeto inclui caminhadas, corridas, hidroginástica, alongamento e ginástica localizada. Os grupos também abordam questões relativas à qualidade de vida, por meio de dinâmicas e palestras, além de contribuir para o bem-estar dos participantes 🚢



Com7ºDN

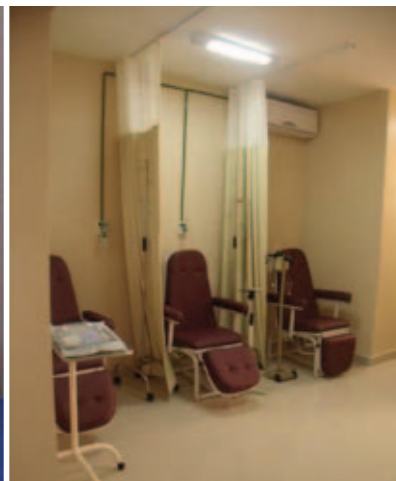
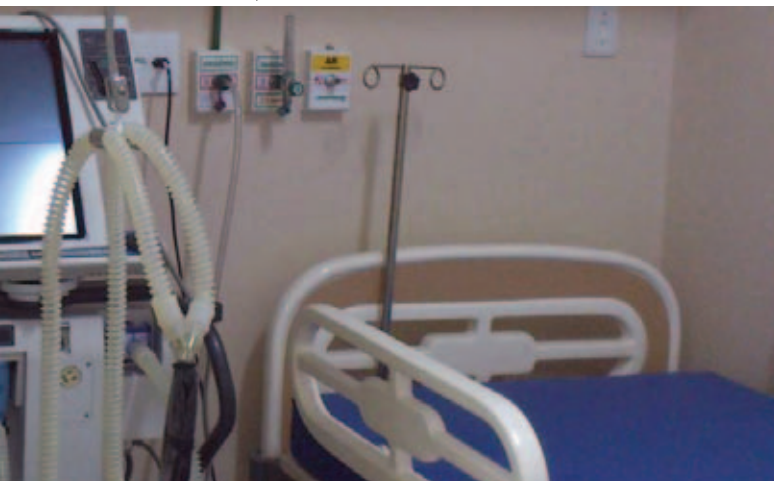
O Hospital Naval de Brasília (HNBra) realizou diversas melhorias que visam ao aumento da qualidade do atendimento à saúde. Entre as novidades, estão Gastroenterologia e Endoscopia Digestiva Alta (EDA), fruto da parceria e cooperação entre o HNBra e o Hospital da Força Aérea de Brasília.

Outra melhoria foi a reforma das instalações do Serviço de Pronto Atendimento (SPA).

## HNBra APOSTA EM MELHORIAS

Com essa iniciativa, o Hospital passou a contar com parâmetros arquitetônicos de maior conforto e equipamentos modernos, cumprindo a meta de buscar, permanentemente, o aumento da qualidade dos serviços médico-hospitalares.

Segundo o Diretor do Hospital, Capitão-do-Mar-e-Guerra (Md) Alvaro Acatauassú Camelier, “o propósito principal é disponibilizar aos pacientes serviços que atendam as suas expectativas e que promovam, efetivamente, a garantia da qualidade de vida da Família Naval” 🚢





# DIA DOS INATIVOS DA MARINHA

SIPM

## COMEMORAÇÕES EM 2011

**Ao celebrar o Dia dos Inativos da Marinha, militares e servidores civis rendem justas e merecidas homenagens àqueles que tanto fizeram pela Instituição. Pelos sólidos exemplos de ontem, valorizados no trabalho de hoje, a Marinha projeta-se para o amanhã.**

### Comando do 1º Distrito Naval

Mais de mil pessoas, entre militares, servidores civis e seus familiares, compareceram à Casa do Marinheiro, no Rio de Janeiro (RJ), para comemorar a data em 10 de outubro de 2011. Sob organização da Diretoria-Geral do Pessoal da Marinha, o evento foi presidido pelo Comandante da Marinha e contou com a presença do Almirante-de-Esquadra (Refº) Alfredo Karam, ex-Ministro da Marinha, que emocionou-se ao agradecer a homenagem. Na ocasião, os inativos foram agraciados com o Distintivo de Militar Inativo e o Distintivo de Civil Inativo.

Foram realizadas, também, atividades socioeducativas voltadas aos inativos, com o propósito de atualizá-los sobre as atividades desenvolvidas pela Marinha no presente e as perspectivas futuras para a Força.



Comando do 1º Distrito Naval reuniu mais de mil pessoas durante solenidade

Historicamente, a Marinha do Brasil tem se caracterizado pela valorização constante e crescente do seu pessoal. Em 2010, o Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, aprovou a criação do Dia dos Inativos da Marinha, que passou a ser comemorado em 10 de outubro. Um reconhecimento aos homens e mulheres, militares e civis, que dedicaram grande parte de suas vidas ao engrandecimento da Instituição.

A escolha da data reverencia a promulgação do Decreto nº 49.096, de 10 de outubro de 1960, que aprovou o Regulamento da Lei de Pensões Militares e criou a Pagadoria de Inativos e Pensionistas da Marinha, atual Serviço de Inativos e Pensionistas da Marinha (SIPM).

Empenhada em assistir aos militares e servidores civis após a passagem para a inatividade, a Marinha presta-lhes apoio em todo o território nacional, por meio do desenvolvimento de programas médico-odontológicos e

assistenciais executados pela Diretoria de Saúde da Marinha e pela Diretoria de Assistência Social da Marinha e pelo atendimento qualificado no SIPM e nas Organizações Militares de Apoio e Contato.

## DMI E DCI

A fim de valorizar os Oficiais, Praças e Servidores Civis inativos, evidenciando a importância de suas participações no desenvolvimento da Instituição, foram criados, em 2011, por proposição da Diretoria-Geral do Pessoal da Marinha (DGPM), os Distintivos de Militar Inativo (DMI) e de Civil Inativo (DCI) da Marinha do Brasil.



Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, agracia o ex-Ministro da Marinha, Almirante-de-Esquadra (Refº) Alfredo Karam



### Comando do 2º Distrito Naval

No dia 18 de outubro de 2011, o Comando do Segundo Distrito Naval (Com2ºDN) comemorou o Dia dos Inativos da Marinha, nas instalações do Grupamento de Fuzileiros Navais de Salvador. As atividades tiveram início às 8h, com um café da manhã de confraternização entre os cerca de 120 militares e servidores civis inativos. Em seguida, foi realizada cerimônia onde foram entregues distintivos para os agraciados. Foram proferidas ainda, palestras sobre “A Marinha nos dias atuais” e “A Sistemática da Assistência Integrada na Área do Com2ºDN”.



No Com2ºDN, o Vice-Almirante Autran presidiu a cerimônia do Dia dos Inativos

### Comando do 3º Distrito Naval

Para homenagear militares e servidores civis inativos foi realizada, no dia 10 de outubro de 2011, uma manhã de eventos no Grupamento de Fuzileiros Navais de Natal. Mais de 600 pessoas, entre integrantes da Sociedade Amigos da Marinha (SOAMAR), civis, militares e familiares participaram das atividades socioeducativas e culturais. Para o Capitão-Tenente (RM1-FN) Antônio Benigno, foi uma excelente iniciativa. “Estou satisfeito em estar aqui, para enaltecer nosso amor à Pátria”.

De acordo com o Capitão-de-Mar-e-Guerra (Refº-FN) Affonso Henriques Corte Real Nunes, “se nos fosse dada oportunidade, faríamos tudo outra vez. Usaremos, com orgulho, o Distintivo Militar de Inativo, que nos ajudará a lembrar os dias dedicados à Marinha, nossas realizações, amizades, encontros e desencontros que, por anos, forjaram nosso espírito de corpo, de navio, assim como o vibrante juramento que fizemos à bandeira, prometendo defendê-la, se necessário, com o sacrifício da própria vida”.

Também na Área do Comando do Terceiro Distrito Naval, a Capitania dos Portos da Paraíba reuniu cerca de 30 militares inativos para as comemorações alusivas à data, em 9 de outubro de 2011.

Durante o evento, foi realizada a entrega do DMI ao Primeiro-Tenente (Refº) Ricardo César Montenegro Cavalcante. Emocionado, ele declarou: “Sinto-me honrado em receber este distintivo, representando os que outrora ajudaram a construir a nossa Marinha”.



Homenageados pelo Comando do 3º Distrito Naval

### Comando do 4º Distrito Naval

Nas comemorações, realizadas no dia 14 de outubro de 2011, 40 militares inativos assistiram às palestras com informações sobre as atualidades da Marinha do Brasil e suas perspectivas. Eles ainda realizaram um passeio pela orla de Belém (PA), a bordo do Navio-Patrolha “Bracuí”, momento em que foram recordadas memoráveis passagens daqueles que serviram no Setor Operativo da Força.



Inativos em visita ao Navio-Patrolha “Bracuí” no 4º Distrito Naval

### Comando do 5º Distrito Naval

Para as homenagens do Dia dos Inativos da Marinha, o Comando do 5º Distrito Naval (Com5ºDN) organizou uma programação, no dia 10 de outubro de 2011, em Rio Grande (RS), incluindo a palestra “Melhor Idade na Atividade”, que abordou os benefícios dos exercícios físicos na inatividade, como também a participação social e cultural na comunidade. Na ocasião, houve a cerimônia militar presidida pelo Comandante 5ºDN, Vice-Almirante Sergio Roberto Fernandes dos Santos, que entregou os distintivos aos homens e mulheres homenageados.

Na Capitania dos Portos do Paraná, as comemorações incluíram apresentação de coral, exposição de lanchas, oficina de pintura e passeio de barco.

No Com5ºDN, o Vice-Almirante Fernandes homenageia os distintivos alusivos ao Dia dos Inativos da Marinha





Militares e servidores civis confraternizam-se na Casa do Marinheiro de Ladário

### Comando do 6º Distrito Naval

As comemorações do Dia dos Inativos da Marinha realizadas pelo Comando do 6º Distrito Naval foram iniciadas, em 10 de outubro de 2011, no Hotel de Trânsito da Marinha em Ladário, com atividades socioeducativas e culturais. Em seguida, a cerimônia militar com entrega dos distintivos a militares servidores civis inativos foi realizada na sede daquele Comando. Encerrando o evento, a Casa do Marinheiro de Ladário abrigou uma animada confraternização.

### Comando do 7º Distrito Naval

Cerca de 400 pessoas reuniram-se no Clube Naval de Brasília (DF), em 11 de outubro de 2011, para a cerimônia em Homenagem ao Dia dos Inativos da Marinha, presidida pelo Chefe do Estado-Maior da Armada, Almirante-de-Esquadra Luiz Umberto de Mendonça. O Comandante do 7º Distrito Naval, Vice-Almirante Walter Carrara Loureiro, recebeu, ainda, o Secretário de Pessoal, Ensino, Saúde e Desporto do Ministério da Defesa, Almirante-de-Esquadra (RM1) Julio Saboya de Araujo Jorge; o Presidente do Superior Tribunal Militar, Almirante-de-Esquadra Alvaro Luiz Pinto; e o Secretário-Geral da Marinha, Almirante-de-Esquadra Eduardo Monteiro Lopes.

No evento, 42 militares e civis foram contemplados com os distintivos.



Inativos recebem homenagem realizada pelo Comando do 7º Distrito Naval

### Comando do 8º Distrito Naval

Mais de 100 pessoas participaram da homenagem aos inativos preparada pelo Comando do 8º Distrito Naval, em 18 de outubro de 2011. Durante a solenidade, foram entregues distintivos aos militares e servidores civis inativos. As comemorações ainda contaram com atividades socioculturais, recadastramento de inativos, verificação e concessão de beneficiários suspensos, entre outras ações.



Comandante do 8º Distrito Naval, Vice-Almirante Gusmão, homenageia inativo



Militares e servidores inativos agraciados no Comando do 9º Distrito Naval

### Comando do 9º Distrito Naval

O Comando do 9º Distrito Naval (Com9ºDN) realizou evento em comemoração ao Dia dos Inativos da Marinha, em 10 de outubro de 2011, na Área Recreativa Esportiva e Social Cisne Branco. Para a ocasião, foram organizadas atividades socioculturais, como núcleo de saúde, em que médicos especialistas em Oftalmologia, Dermatologia, Cardiologista, Odontologia e Nutrição realizaram atendimento aos presentes; núcleo de arte e música, composto pelos integrantes da Banda de Música do Com9ºDN; núcleo de lazer, com torneios de dominó, xadrez e ping pong; e visitação à Estação Naval do Rio Negro e ao 3º Esquadrão de Helicópteros de Emprego Geral. A cerimônia que agraciou os militares e servidores civis inativos reuniu mais de 250 pessoas 🚢




## SASM

A fim de contribuir para a integração social de militares e servidores civis inativos e cônjuges, o Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) acompanhou um grupo de 40 pessoas em visita ao Forte de Copacabana, no Rio de Janeiro (RJ), em 25 de julho de 2012. A ação integra o Projeto “Idade Madura” (PIM), e teve o propósito de reviver parte da história das Forças Armadas, no início do século XX.

Durante a visita, o grupo conheceu o Museu da Fortificação e a Cúpula dos Canhões, além de apreciar a bela vista da Praia de Copacabana e da entrada da Baía de Guanabara. O Segundo-Sargento (RM1-CA) Aires Henriques e sua esposa Iracema são participantes frequentes das atividades do PIM. “Não perdemos um encontro. Estamos sempre aproveitando

para conhecer novos lugares e adquirir conhecimento”, declarou a esposa do Sargento.

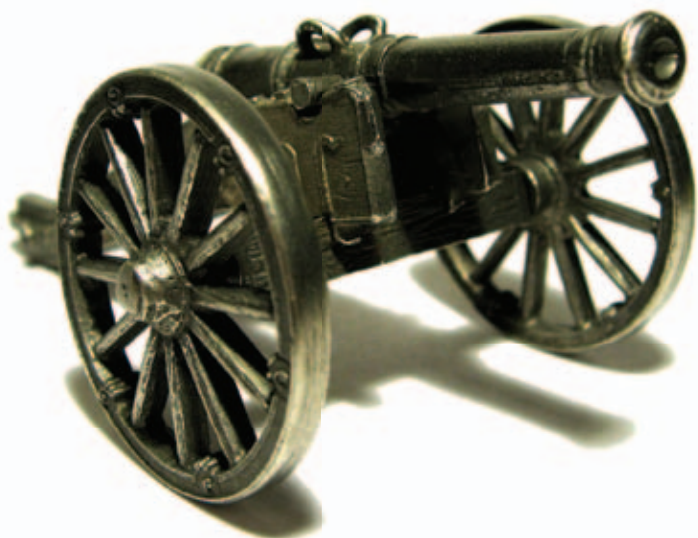
Para a pensionista Maria da Conceição Carvalho, o PIM proporciona o encontro entre pessoas que estão distantes por já terem ido para a inatividade há algum tempo. “Revemos amigos e reciclamos

ideias. Depois que comecei a participar do Grupo “Eternamente Jovem”, na Casa do Marinheiro, estamos sempre em contato”, disse 

Mais informações sobre o Projeto “Idade Madura” podem ser obtidas no SASM, pelos telefones (21) 2104-6954/5341/6434 ou no site [www.sasm.mar.mil.br](http://www.sasm.mar.mil.br).



## VOCÊ SABIA? VOCÊ SABIA?



Com a transferência da capital do Brasil, de Salvador para a cidade de São Sebastião do Rio de Janeiro, em 1763, houve a necessidade de reforço nas defesas da Baía de Guanabara contra possíveis invasores, por meio da construção de Fortificações de Artilharia. Em 1908, foi iniciada a instalação do Forte. Ocupando

uma área de cerca de 114.000 m<sup>2</sup>, o Forte de Copacabana foi inaugurado em 28 de setembro de 1914, pelo então Presidente da República Marechal Hermes da Fonseca. Mais tarde, foi palco de um dramático acontecimento do Movimento Tenentista, conhecido como a “Epopéia dos 18 do Forte”, em 5 de julho de 1922.




## ORIENTAÇÕES PARA RESERVA E APOSENTADORIA

SASM

Grande parte dos militares e servidores civis da Marinha do Brasil passa cerca de 30 anos servindo à Força. O momento de transição para a inatividade ou aposentadoria pode ser difícil. Embora alguns queiram descansar, muitos pretendem investir em projetos e sonhos ainda não realizados. Para auxiliar nesse processo, o Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) promoveu nos

dias 26 e 27 de setembro de 2011, no auditório do Comando do 1º Distrito Naval, a 2ª edição do ano do Seminário de Orientação para a Reserva ou Aposentadoria. O propósito foi orientar os que estejam a até dois anos de passar para a inatividade.

Palestras, dinâmicas de grupo e encenações teatrais são alguns dos recursos utilizados. Por meio de momentos de descontração,

os participantes são levados à reflexão. “Faltam 10 meses para eu ir para casa e estava sem direcionamento. Com esse encontro pude pensar sobre o que fazer futuramente e, hoje, sinto-me mais preparado”, disse o Segundo-Sargento (PL) Victor Roberto de Oliveira Messa 

Mais informações sobre o Projeto “Novos Horizontes” podem ser obtidas no SASM, pelos telefones (21) 2104-6954/5496 ou no site [www.sasm.mar.mil.br](http://www.sasm.mar.mil.br).

## PROJETO “CONSTRUINDO O FUTURO”


CGCFN

O Comando-Geral do Corpo de Fuzileiros Navais (CGCFN) está empenhado em estimular a autonomia dos que estão se encaminhando para a inatividade, por meio de ações de cunho preventivo, promocional, assistencial e educativo. O intuito é fazer com que esses militares e servidores civis encarem a nova etapa da vida como uma oportunidade para desempenhar papel social ativo, no âmbito familiar e comunitário.

Para tanto, o CGCFN vem realizando palestras e debates, enfatizando temas como orçamento e planejamento financeiros e a importância do comprometimento do militar e seus familiares no processo.

Nos dias 23 e 24 de novembro de 2011, foi realizado painel da Associação de Veteranos do

Corpo de Fuzileiros Navais (AVCFN), na Casa do Marinheiro, no Rio de Janeiro (RJ), como parte do Projeto “Construindo o Futuro”. Apresentado por seu presidente, Contra-Almirante (R-FN) José Henrique Salvi Elkfury, cinco membros daquela associação expuseram suas experiências pessoais sobre o cotidiano de quem passou para a inatividade, dividindo experiências com o público.

O Suboficial (FN-CI) Walkinis Gutemberg Campos Maia saiu satisfeito do evento. “Foi muito interessante o debate das possibilidades futuras, porque a vida não acaba aqui, na reserva. Começamos, sim, uma segunda fase e devemos desempenhá-la da melhor forma possível”, disse. Para o Segundo-Sargento (FN-IF) Jorge Galdino Delgado, o projeto atingiu os objetivos. “Agora posso dizer que tenho plena consciência do que pretendo fazer quando chegar à reserva, junto com minha esposa, é claro!” 



Veteranos do Corpo de Fuzileiros Navais realizam painel sobre a inatividade



Auditório do Arsenal de Marinha do Rio de Janeiro

AMRJ

## PROJETO “VITAL IDADE”

fatalidades antecipadas”. Segundo ela, atualmente, na inatividade ou na aposentadoria deve-se optar por um ritmo mais tranquilo de obrigações, com a priorização dos 3R:

- ♦ **Redirecionamento:** busca de uma nova profissão, um novo espaço de trabalho, muitas vezes, resgatando desejos e habilidades ainda não postos em prática, mas que agora podem ser realizados;
- ♦ **Recolocação:** quando a transferência para a inatividade ou aposentadoria não significar abandono da função, mas sim uma recolocação na mesma área de atuação, porém de maneira mais leve, com redução de carga horária, por exemplo; e
- ♦ **Renovação:** em que mudanças são realizadas, sempre buscando transformar sonhos e ideais em realidade.

Para a Servidora Civil Débora Thompson, da Assessoria de Comunicação Social do AMRJ, “a discussão fez pensar a importância da busca de novos valores. E, como um dia todos vamos chegar lá, vou preparando, desde já, minha cartilha dos 3R, vislumbrando o futuro com renovação de vida. É como num jogo, em que almejamos passar bem para a próxima fase” 🚢

O N-SAIPM do Arsenal de Marinha do Rio de Janeiro (AMRJ) realizou, em 25 de agosto de 2011, um encontro para debater as possíveis mudanças na dinâmica familiar e social, a partir da inatividade ou aposentadoria, enfatizando a importância da construção de novos hábitos e interesses. A psicóloga Dulcinéia da Mata Ribeiro, especialista em Saúde e Envelhecimento do Idoso, ministrou palestra, explicando que “ao longo dos anos, a sociedade associou o termo ‘aposentadoria’ ao encerramento de toda uma vida ativa. Era como se a alizez fosse exclusiva dos jovens. Consequentemente, a velhice do corpo fluía para a mente, gerando acesso rápido a canais de doenças físicas, psíquicas e a

## PROJETO “ALÉM DA ATIVIDADE NAVAL”

Com3ºDN

A reinserção no seio familiar, com estímulo ao desenvolvimento da autoconfiança e realização de novos projetos, a fim de facilitar o processo de mudança que a transferência para a inatividade acarreta, em militares e servidores civis, foi tema do seminário de orientação promovido pelo N-SAIPM do Comando do 3º Distrito Naval. Realizado em outubro de 2011, em parceria com as Voluntárias Cisne Branco da Seccional de Natal, o evento que integra o Projeto “Além da Atividade Naval”, contemplou mais de 40 participantes.

Para o Primeiro-Sargento (FN-ET) Paulo Ricardo Façanha, o seminário foi esclarecedor. “Passamos 30 anos trabalhando e muitas vezes, não sabemos como deveremos agir quando formos para a reserva”. O Terceiro-Sargento (ES) Wilton Lira Batista disse que ficou convencido do rumo que tomará, quando o momento chegar: “a certeza que tenho é a de que irei continuar trabalhando”. O mesmo acredita o Segundo-Sargento (ET) Rosano Santiago

Dantas, “quando for para casa, com certeza, abrirei um negócio. Serei um empreendedor!”

Os participantes contaram, ainda, com uma oficina de empreendedorismo, realizada em parceria com o Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial (Sebrae-RN). A estudante Ana Lúcia Rodrigues, esposa de militar, disse que, pensando na reserva do marido, já está fazendo o curso de gastronomia para, juntos, abrirem um negócio. “O seminário nos incentivou ainda mais” 🚢



Participantes do seminário realizado pelo Comando do 3º Distrito Naval





Militares e servidores civis inativos em visita à Fragata "Greenhalgh"

## PROJETO "LEMBRANDO"


CPesFN

Visando a estimular a participação plena da pessoa em idade madura, por meio de atividades sociorecreativas e visitas às instalações da Marinha, como forma de recordação e atualização, o Comando do Pessoal de Fuzileiros Navais (CPesFN) promoveu mais uma edição do Projeto "Lembrando".

Em 26 de abril de 2012, o destino foi o Comando-em-Chefe da Esquadra, na Ilha de Mocanguê, em Niterói (RJ), onde o grupo de militares e servidores civis inativos e dependentes foi recebido pelo Comandante do Pessoal de Fuzileiros Navais, Vice-Almirante (FN) Carlos Alfredo Vicente Leitão.

O cronograma de eventos teve início com uma apresentação sobre a Esquadra, seguida

da exibição de um vídeo institucional sobre o Centro de Adestramento Almirante Marques de Leão (CAAML). Foram visitados a Fragata "Greenhalgh", atracada na Base Naval do Rio de Janeiro (BNRJ); os simuladores do Centro de Operações de Combate do CAAML; e o Comando da Força de Submarinos (ComForS), onde o grupo assistiu a palestra sobre a modernização de instalações, equipamentos, e a construção do Submarino com Propulsão Nuclear Brasileiro. Os integrantes do projeto ainda percorreram as instalações do Centro Hiperbárico, Treinadores de Imersão e de Ataque e Grupamento de Mergulhadores de Combate, onde estavam expostos equipamentos e material utilizados por esses profissionais da Marinha.

O Suboficial (FN-IF) Neidson Albuquerque Campelo, veterano, falou da importância do Projeto "Lembrando" para os que não estão mais na ativa. "Essas atividades só me fazem bem. Não perco nenhuma edição. Sempre que visito as Organizações Militares que fizeram parte de minha vida, sinto uma saudade enorme. Sou muito grato à Marinha" 





Paciente realiza atividade física

## A TERCEIRA IDADE E A ATIVIDADE FÍSICA

Com7ºDN

A prática frequente e sistematizada de exercícios físicos é benéfica ao processo saudável de envelhecimento, aumentando a resistência muscular e o equilíbrio corporal. O impacto positivo da atividade física ocorre, também, nas doenças crônico-degenerativas de idosos, devido ao incremento das habilidades funcionais.

Foi com essa premissa que o Centro de Estudos do Hospital Naval de Brasília (HNBr) e o N-SAIM do Comando do 7º Distrito Naval firmaram parceria para ampliar as intervenções oferecidas pelo Programa "Maturidade Saudável". Assim, no primeiro semestre de 2012, teve início o Programa "Atividade Física para a Terceira Idade",

em parceria com a Universidade de Brasília (UnB), por meio do suporte científico do Grupo de Estudos e Pesquisas sobre Atividade Física para a Terceira Idade (GEPAFI) daquela Instituição de Ensino.

Sob a coordenação de um fisioterapeuta e de um professor de Educação Física, o programa oferece, gratuitamente, treinamento supervisionado para aumento da força e massa muscular de indivíduos sedentários com idade superior a 60 anos. Antes e após o período de treinamento, são avaliados a composição corporal e o desempenho muscular dos indivíduos. Mais de 40 idosos foram atendidos no primeiro semestre de 2012 📌

## ENVELHECER

O envelhecimento populacional é uma realidade mundial. Esse processo desafia a saúde pública, pois, concomitante ao aumento da média de idade dos indivíduos, existe um crescimento dos problemas crônico-degenerativos, relacionados ao aparelho locomotor. O fato exige atenção dos profissionais e serviços de saúde, a fim de garantir a qualidade de vida desses indivíduos.

De acordo com a Síntese de Indicadores Sociais, realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil concentra 20 milhões de idosos, representando 10,5% do total da população. De 1997 a 2007, houve um crescimento de 21,6% do povo brasileiro, sendo 47,8% na faixa dos 60 anos, chegando aos 65% no grupo de idosos de 80 anos ou mais.

Envelhecer é um processo multifatorial, caracterizado por modificações na função das células, tecidos e órgãos do corpo humano, podendo causar impacto sobre a mobilidade geral dos indivíduos, aumentando, conseqüentemente, o risco de quedas. A diminuição da força muscular é considerada um dos eventos mais importantes relacionado à elevação da idade em humanos, declinando a partir da quarta década de vida e acelerando depois dos 65-70 anos, sendo possível encontrar diminuições de força que variam entre 20% e 40%.





DASM

# A IMPORTÂNCIA DAS ÁREAS RECREATIVAS, ESPORTIVAS E SOCIAIS PARA A FAMÍLIA NAVAL

O Abrigo do Marinheiro conta, atualmente, com 22 espaços para lazer, recreação e esporte, denominados Áreas Recreativas, Esportivas e Sociais (ARES). São ambientes

criados para proporcionar à Família Naval integração, prática de esportes e atividades socioeducativas.

Nesses locais, além de poder usufruir de piscina, churrasqueira, salão de

festas e de jogos, é possível participar de projetos sociais diversos, como "Adolescer" e "Pequenos Marinheiros", voltados para o público infanto-juvenil, bem como atividades religiosas.

A Diretora Departamental das VCB, Sr<sup>a</sup> Sheila Royo Soares de Moura, o Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto e a neta Luana, em visita às novas instalações da ARES-SG





Capela Nossa Senhora Aparecida e Centro Gastronômico "Amazônia Azul", na ARES-SG



## INAUGURAÇÃO DE NOVAS INSTALAÇÕES NA ARES-SG

Em 18 de dezembro de 2011, foram inauguradas as novas instalações da Área Recreativa, Esportiva e Social em São Gonçalo (ARES-SG). Entre os espaços inaugurados, a Capela Nossa Senhora Aparecida, a Biblioteca "Cisne Branco" e o Parque Aquático foram os mais visitadas pelas cerca de 2,6 mil pessoas presentes ao evento. Ao final da tarde, Papai Noel chegou de lancha na nova Marina, alegrando a garotada.

### **Bênção da Capela**

A abertura e o início das atividades da Capela Nossa Senhora Aparecida contou com a bênção do Capelão-Chefe da Marinha, Capitão-de-Mar-e-Guerra (CN) Emanuel Teixeira Pereira da Silva. Participaram da celebração o Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, a Diretora Departamental das Voluntárias Cisne Branco, Sr<sup>a</sup> Sheila Royo Soares de Moura e aproximadamente

160 convidados. A apresentação do coro das Meninas

Cantoras de Petrópolis emocionou os presentes.

A ARES-SG está aberta aos frequentadores, de terça-feira a domingo, das 9h às 18h. Mais informações podem ser obtidas na Secretaria Social, pelo telefone (21) 3707-9599.

Para agendamento de cerimônias na Capela Nossa Senhora Aparecida, os interessados deverão procurar a Capitão-de-Fragata (CN) José Paulo Barbosa, telefone: (21) 2104-6158, de 8h às 17h, ou pelo e-mail: jose.paulo@1dn.mar.mil.br, no Comando do 1º Distrito Naval.



## CONHEÇA AS NOVAS INSTALAÇÕES!

Capela Nossa Senhora Aparecida  
Biblioteca "Cisne Branco"  
Salão de festas para até 800 pessoas  
Centro gastronômico  
Parque aquático  
Parque infantil  
Ginásio poliesportivo coberto  
Vestiários e banheiros  
Academia ao ar livre

Quadras de tênis e vôlei  
Campos de futebol infantil e society  
4 quiosques grandes  
7 quiosques pequenos (todos com churrasqueira, geladeira duplex, refrigerador e mesas com cadeiras)  
Marina e garagem de barcos  
Pier fixo e flutuante com energia elétrica e água para apoio de embarcações





SASM

# MULTIPLICAR PARA PREVENIR


Quem matriculou-se no curso de Multiplicadores em Prevenção à Dependência Química, oferecido pelo Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM), achou que a abordagem seria limitada às ferramentas para o combate ao vício. Mas

ela foi além. “Uma novidade para mim, porque ensinou a conhecer-se, a aceitar-se, a tornar-se alguém melhor e acolher o próximo como ele é. Conseguimos nos libertar de preconceitos”, declarou a assistente social Maria Cristina França, Servidora Civil do

N-SAIPM do Centro de Instrução Almirante Alexandrino, com 31 anos de serviços prestados à Marinha. “Para trabalhar na prevenção ao uso de drogas são necessários sensibilidade e autoconhecimento”, acrescentou.

Ministrado em setembro de 2011, pelo psicólogo Roberto Pereira, da equipe de profissionais da Secretaria de Saúde do Município do Rio de Janeiro, o curso contou com 42 participantes, entre militares e servidores civis. Durante duas semanas, eles assistiram aos vídeos e participaram de oficinas, palestras, dinâmicas e reflexões com o propósito de fornecer instrumentos para auxiliar o trabalho de prevenção ao uso de drogas, tanto no ambiente familiar, quanto no de trabalho.

Conhecer e respeitar as pessoas, seus valores e ideias são tarefas de um agente multiplicador. Antes de tudo, ele deve ter uma postura positiva frente à própria vida, além de ser capaz de tratar com naturalidade as questões abordadas, incentivando a troca de opiniões e a reflexão.

Para o palestrante, é um desafio quebrar o paradigma de que uma pessoa envolvida no mundo das drogas não tem valor. “Trabalhamos para mudar essa visão, comum na sociedade, de que um viciado não tem mais jeito. Muitas vezes, é mais fácil repelir do que resolver a questão. Quando o gestor nega o problema, alguns funcionários tornam-se invisíveis. A instituição precisa de ferramentas para ajudar, mas existem limites. Em família é a mesma coisa”, disse .



Militares participam de dinâmica durante o curso

Mais informações sobre o Projeto “Vida Saudável, Vida sem Drogas” podem ser obtidas no SASM, nos telefones (21) 2104-6954 e 2104-5496, ou no site [www.sasm.mar.mil.br](http://www.sasm.mar.mil.br).



# PROJETO “SEMEANDO VIDAS”

CIAA



Auditório do Centro de Instrução Almirante Alexandrino

A prevenção às drogas é um trabalho árduo, que exige esforço diário e disciplina. E, cada vez mais, surge a necessidade de fornecer informações que facilitem a construção de uma postura individual e coletiva a favor de uma vida saudável. Nesse sentido, foi promovida uma ação visando a capacitar multiplicadores em prevenção à dependência química. Em agosto de 2012, o N-SAIPM do Centro de Instruções Almirante Alexandrino (CIAA) realizou o I Seminário de Dependência Química, com atividades de informação e reflexão sobre o tema.

A Servidora Civil Gisele Gigante Rongel, psicóloga do Centro de Dependência Química (CEDEQ) do Hospital Central da Marinha, falou sobre

o funcionamento do referido projeto, bem como as fases do tratamento do dependente, a importância do apoio dos familiares e noções sobre as principais substâncias químicas e seus efeitos no organismo e na vida da pessoa que se torna usuário. O Seminário teve, ainda, participação da Companhia do Humor, que apresentou a peça teatral “Bobeou, dançou: a dependência química em alerta”, em que foram abordadas diversas situações atuais sobre o uso de drogas, especialmente o crack, cujo uso abusivo tem aumentado consideravelmente nos últimos anos.

Desde 2005, o Projeto “Semeando Vidas” vem proporcionando o acesso a informações, bem como sensibilizando os militares, servidores civis e seus

dependentes, quanto à eficácia e importância da prevenção e tratamento, por meio de atividades e orientação para todos os integrantes da Família Naval 🚢



Palestra aborda o alcoolismo



Grupo de adolescentes dependentes de militares e servidores civis do Complexo Naval da Ponta da Armação

## JOVENS RECEBEM ORIENTAÇÃO SOBRE USO DE DROGAS E SEXUALIDADE

DHN

Aproveitando o período das férias escolares, o N-SAIPM da Diretoria de Hidrografia e Navegação (DHN) promoveu um evento direcionado aos adolescentes, entre 13 e 18 anos de idade, dependentes dos militares e servidores civis do Complexo Naval da Ponta da Armação. As atividades integram os Programas “Qualidade de Vida” e “Prevenção à Dependência Química”, por terem abordagem socioeducativas voltadas para o bem-estar social e psicológico dos jovens.

Uma psicóloga e um arteterapeuta, contratados pelo N-SAIPM, realizaram oficinas com

os 25 participantes, criando oportunidades para a discussão e a reflexão de temas como a descoberta do próprio corpo e sexualidade, gravidez precoce e o uso de drogas. O propósito foi conscientizar os jovens da responsabilidade que eles têm na vida, valorizando o processo de autoconhecimento e fortalecendo a autoestima.

A estudante Laura de Souza Pereira Santos destacou: “a experiência mostrou um outro lado da vida, as novas escolhas. Acredito que cada um que participou conseguiu superar a timidez e levar consigo muita informação. Para ela, eventos como esse, voltados para adolescentes, são relevantes, principalmente, quando envolvem atividades dinâmicas, divertidas, facilitando o aprendizado.

Em complemento às atividades, os adolescentes tiveram a oportunidade de realizar um passeio marítimo pela Baía de Guanabara, com a presença de uma guia, que ressaltou as histórias e curiosidades dos pontos turísticos do Rio de Janeiro 🚢







## MARINHA APOIA ESCOLA ESTADUAL COM O PROJETO “NAVEGANDO SEM DROGAS”

Com9ºDN


O N-SAIPM do Comando do 9º Distrito Naval, por intermédio do

Projeto “Navegando Sem Drogas”, promoveu ações de prevenção à dependência química na Escola Estadual Almirante Ernesto de

Mello, localizada na Vila Buriti, que atende alunos da comunidade local, inclusive, filhos de militares da Marinha do Brasil.

O “Navegando sem Drogas” tem como propósito promover, junto aos militares e servidores civis da Marinha, ativos e inativos, a adoção de atitudes preventivas e trabalhos voltados para reflexão e orientação.

Em abril de 2011, foi ministrada a palestra “Drogas: fatores de risco e proteção na adolescência”, em parceria com a equipe do Desafio Jovem, instituição local que atua na prevenção à dependência. O evento contou com a participação de 66 alunos, do 6º ano do Ensino Fundamental, entre 9 e 15 anos de idade. Na ocasião, foram incentivadas ações de diálogo com pais e professores, prática esportiva, bem como orientação na escolha do círculo de amizades. Os participantes receberam, também, material educativo sobre o tema.

As ações de prevenção ao uso de drogas foram continuadas na Escola Estadual Almirante Ernesto de Mello, ao longo de todo o ano de 2012, sob a coordenação do N-SAIPM 

## A PREVENÇÃO AO USO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS E À DEPENDÊNCIA QUÍMICA – UMA VISÃO DA PSICOLOGIA SOCIAL

DASM

O problema das drogas insere-se em um contexto amplo nos níveis social, econômico, cultural, familiar e pessoal. Todas essas áreas influenciam-se quando procuramos entender as causas do envolvimento das pessoas com drogas.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define droga como: “qualquer entidade química ou mistura de entidades que alteram a função biológica e possivelmente

a sua estrutura”. Ou seja, substância capaz de modificar a função dos organismos vivos, resultando em mudanças fisiológicas ou de comportamento. Elas podem ser lícitas ou ilícitas e se classificam, de acordo com sua atuação no Sistema Nervoso Central, nas seguintes categorias:

♦ **Depressores:** diminuem a atividade do cérebro, deprimem seu

funcionamento, fazendo com que a pessoa fique “desligada”, “devagar”, desinteressada pelas coisas;

♦ **Estimulantes:** aumentam a atividade do cérebro, intensificando seu





funcionamento, fazendo com que a pessoa fique mais “ligada”, “elétrica”, sem sono;

- ◊ **Perturbadores:** modificam qualitativamente a atividade do cérebro, distorcem o seu funcionamento.

No geral, há três propostas diferentes de atuação visando à prevenção ao uso indevido ou abusivo de substâncias psicoativas. São elas:

- ◊ **Aumento do controle social** - Os princípios teóricos desta linha afirmam que a natureza do problema do aumento do uso de drogas entre jovens, nas últimas décadas, é a recente e rápida diminuição do controle social exercido pelos adultos sobre o comportamento deles;
- ◊ **Oferecimento de alternativas** - Este modelo defende a noção de que o abuso de drogas tem suas raízes em problemas e tensões sociais enfrentados pelos jovens, que procurariam no uso uma fuga das pressões e frustrações vividas. Falta de perspectiva no mercado de trabalho, sistema educacional inadequado e distante da realidade dos jovens, carência de opções de lazer e de atividades culturais e fechamento do espaço de participação política são alguns dos fatos associados a essa teoria;
- ◊ **Educação** - Atualmente, nesta categoria existem seis modelos de prevenção ao uso indevido ou abusivo de drogas:
  - a. **Princípio moral:** defende que o abuso de drogas deve ser combatido pelas vertentes ética e moral. Geralmente, tem como base princípios religiosos ou movimentos políticos pautados em valores como patriotismo, ou sacrifício pessoal pelo bem comum;
  - b. **Amedrontamento:** pelo qual, há algumas décadas, acreditou-se que campanhas de informação expondo somente os lados negativos das drogas seriam eficientes para persuadir as pessoas a não começar, ou mesmo a parar, de usar drogas;
  - c. **Conhecimento científico:** surgiu da crítica ao modelo do amedrontamento e propõe o fornecimento de informações sobre drogas de modo imparcial e científico;



- d. **Educação afetiva:** conjunto de técnicas para melhorar ou desenvolver a auto-estima, a capacidade de lidar com a ansiedade, a habilidade de decidir e interagir em grupo, a comunicação verbal e a capacidade de resistir às pressões de grupo;
- e. **Estilo de vida saudável:** promove estilos de vida associados à boa saúde, uma maneira de viver que inclui, também, alimentação balanceada, controle de peso, das taxas de colesterol e de pressão arterial, exercícios físicos regulares dentre outros;
- f. **Pressão de grupo positiva:** ainda pouco desenvolvido, por ser recente. Tem como tese central a utilização da pressão de grupo como um fator de influência para não usar drogas.

Na Marinha, a Diretoria de Assistência Social da Marinha (DASM) é quem promove ações preventivas sobre o uso indevido ou abusivo de substâncias psicoativas e a dependência química. Os modelos adotados pela DASM são os da categoria Educação, especificamente o Conhecimento Científico, a Educação Afetiva e o Estilo de Vida Saudável. Para tal, são empregados: palestras informativas sobre drogas; distribuição de material informativo como cartilhas e pôsteres; curso de multiplicadores de

ações preventivas; dinâmicas de grupo, em que são apresentadas reflexões ligadas ao fortalecimento da autoestima e autoconfiança; campanhas de qualidade de vida; atividades lúdicas, como peças teatrais, filmes seguidos de debates, música, expressão corporal, entre outros.

Uma instituição como a Marinha do Brasil prima por valores sociais básicos, podendo ser citados como exemplo, a honestidade, a disciplina, e os preceitos éticos e morais, que integram a formação dos indivíduos em toda a carreira. Esses valores podem se constituir em fatores protetivos para os comportamentos relacionados ao uso indevido e abusivo de substâncias psicoativas. Nas ações preventivas, realizadas pela Assistência Integrada, busca-se realçar esses aspectos, de forma a potencializar a proteção para uso dessas substâncias, sobretudo por grupos mais jovens. ↴

## BIBLIOGRAFIA

Diretoria-Geral do Pessoal da Marinha – Normas Sobre Assistência Integrada na MB – DGPM-501 – 5ª Revisão.  
RODRIGUÊS, Aroldo; ASSMAR L.Eveline Maria; JABLONSKI, Bernardo. Psicologia Social. Petrópolis, Rio de Janeiro: Editora Vozes. 2003.  
SEIBEL S.D.; TOSCANO, A. Dependência de Drogas. Rio de Janeiro: Atheneu Editora. 2001.



CCCPM

# TAXAS DE JUROS MAIS BAIXAS NOS EMPRÉSTIMOS E FINANCIAMENTOS DA CCCPM



Em consonância com a política do Governo Federal de redução das taxas de juros, a Caixa de Construções de Casas para o Pessoal da Marinha (CCCPM) promoveu mudanças em relação a empréstimos e financiamentos imobiliários. Foram reduzidos os juros e melhoradas as condições de financiamento para aquisição ou reforma de imóveis para o pessoal da Marinha do Brasil.

Destaca-se no Programa "PROMORAR", destinado à aquisição de moradia em todas as faixas de renda familiar, a taxa de juros efetiva de 7,9% ao ano, para moradia com avaliação de até R\$ 170 mil. As taxas para imóveis com cotações superiores, bem como as demais condições estão disponíveis na sede da Autarquia, nos seus postos de atendimento e na *Internet*, no endereço eletrônico [www.cccpm.mar.mil.br](http://www.cccpm.mar.mil.br).

Para os empréstimos imobiliários, que visam à

aquisição de material de construção ou reforma do imóvel, a CCCPM reduziu as taxas de juros cobradas, que passaram a vigorar, a partir de 1º de agosto de 2012, para o intervalo de 0,94% a 1,59% ao mês, dependendo do prazo escolhido, limitado em 48 meses 📌



## POSTOS DE ATENDIMENTO

Para mais informações sobre a CCCPM, procurar a sede ou um dos postos de atendimento.

### Sede - Rio de Janeiro (RJ)

Tel: (21) 2105-7400  
E-mail: [atendimento@cccpm.mar.mil.br](mailto:atendimento@cccpm.mar.mil.br)

### Angra dos Reis (RJ)

Tel: (24) 3421-3039  
E-mail: [cccpm@cn.mar.mil.br](mailto:cccpm@cn.mar.mil.br)

### Belém (PA)

Tel: (91) 3216-4546  
E-mail: [cccpm@4dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@4dn.mar.mil.br)

### Brasília (DF)

Tel: (61) 3226-3900  
E-mail: [cccpm@7dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@7dn.mar.mil.br)

### Florianópolis (SC)

Tel: (48) 3024-0884 | (48) 3298-5069  
E-mail: [cccpm@eamsc.mar.mil.br](mailto:cccpm@eamsc.mar.mil.br)

### Ladário (MS)

Tel: (67) 3226-1939  
E-mail: [cccpm@6dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@6dn.mar.mil.br)

### Manaus (AM)

Tel: (92) 3615-0174  
E-mail: [cccpm@9dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@9dn.mar.mil.br)

### Natal (RN)

Tel: (84) 3216-3400  
E-mail: [cccpm@bnn.mar.mil.br](mailto:cccpm@bnn.mar.mil.br)

### Niterói (RJ)

Tel: (21) 2189-1941  
E-mail: [cccpm@comemch.mar.mil.br](mailto:cccpm@comemch.mar.mil.br)

### Recife (PE)

Tel: (81) 3424-7111 Ramal: 246  
E-mail: [cccpm@cppe.mar.mil.br](mailto:cccpm@cppe.mar.mil.br)

### Rio Grande (RS)

Tel: (53) 3233-6176  
E-mail: [cccpm@5dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@5dn.mar.mil.br)

### Salvador (BA)

Tel: (71) 3507-3848  
E-mail: [cccpm@2dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@2dn.mar.mil.br)

### São Paulo (SP)

Tel: (11) 5080-4809  
E-mail: [cccpm@8dn.mar.mil.br](mailto:cccpm@8dn.mar.mil.br)

### São Pedro da Aldeia (RJ)

Tel: (22) 2621-3934  
E-mail: [cccpm@banspa.mar.mil.br](mailto:cccpm@banspa.mar.mil.br)



Grupo realiza dinâmica durante curso promovido pelo ComemCh


## PLANEJANDO O ORÇAMENTO FAMILIAR

ComemCh

O Projeto “Refletindo a Economia Doméstica”, do N-SAIPM do Comando-em-Chefe da Esquadra (ComemCh), promove ações de reflexão e apoio a problemas financeiros, a fim de colaborar no planejamento do orçamento familiar dos militares que servem na Esquadra. Nessa nova proposta, iniciada no dia 8 de maio de 2012, com duração de cinco meses, foi ensinado como é possível traçar estratégias para superar o endividamento e equilibrar o orçamento doméstico.

Em 2012, as ações do projeto foram reformuladas, incluindo um cronograma de atividades mensal, em que os militares, servidores civis e dependentes são convidados

a participar de palestras, prestar depoimentos, formar grupos de reflexão, estudo socioeconômico e acompanhamento individualizado, incluindo a construção de planilhas orientem cada família, de acordo com a sua necessidade.

O propósito das ações é promover mudanças no comportamento dos 90 militares e servidores civis participantes, no que refere-se ao gerenciamento adequado de seus recursos e, ainda, incluir a família como parceira no processo. A intenção é permitir que, ao longo dos meses seguintes, as dificuldades sejam superadas e o equilíbrio e a saúde financeira, alcançados 



O Projeto “Refletindo a Economia Doméstica” é realizado duas vezes ao ano, com duração de cinco meses. A inscrição é feita na recepção do N-SAIPM. Entre os tópicos abordados, destacam-se:

- ◇ Necessidade e maneiras de superação do endividamento;
- ◇ Importância do equilíbrio dos gastos mensais;
- ◇ Necessidade do zelo no orçamento familiar;
- ◇ Metas de contenção e investimentos; e
- ◇ Como utilizar planilhas.



# EM BUSCA DO EQUILÍBRIO FINANCEIRO

CIAA



Capitão-de-Mar-e-Guerra (Refº) Luiz Paulo Guimarães em palestra no auditório do CIAA

Nos dias 24 e 25 de julho de 2012, foi realizada a palestra “Educação Financeira” para os militares e servidores civis do Centro de Instrução Almirante Alexandrino (CIAA), ministrada pelo Capitão-de-Mar-e-Guerra (Refº) Luiz Paulo Guimarães, Gerente de Projetos Especiais da Secretaria-Geral da Marinha. O evento teve como propósito apresentar conceitos básicos e orientações práticas sobre a importância da educação financeira.


O palestrante trabalhou as diversas questões atinentes ao tema, por meio de três módulos: “Finanças Pessoais”, abordando a elaboração de

planilhas financeiras para controle do orçamento doméstico com exercícios práticos, armadilhas de consumo e noções sobre endividamento; “Introdução ao Sistema Financeiro”, com noções de economia; e “Alternativas de Investimento”, apresentando possibilidades de ganhos e riscos.

A partir da afirmação de que todas as decisões diárias são influenciadas direta ou indiretamente por uma determinação de ordem financeira, foi abordada a necessidade de um treinamento pessoal para otimizar a administração do orçamento, bem como para que sejam estabelecidas as

prioridades de cada indivíduo e de sua família.

Poupar é considerada uma ação indispensável para qualquer organização e, quanto mais cedo isso for colocado em prática, maiores as chances de um futuro financeiro saudável. Para isso, é necessário ter disciplina e objetivos definidos que justifiquem o consumo consciente dos recursos.

Outro aspecto ressaltado pelo palestrante foi a importância da boa administração doméstica para que tenhamos um bom desempenho no trabalho. “Com a casa arrumada, melhora-se a motivação para as funções profissionais”, concluiu 



# HOSPITAL NAVAL MARCÍLIO DIAS RECEBE DOAÇÃO DE VEÍCULO

HNMD

O trabalho, que as Voluntárias Cisne Branco (VCB) vêm realizando, continua rendendo bons frutos para a Família Naval. Por meio da parceria com a empresa MAPMA Soluções Financeiras, em maio de 2012, o Hospital Naval Marcílio Dias (HNMD), no Rio de Janeiro (RJ), foi beneficiado com a doação de um veículo automotivo.

Em 2011, o Centro de Atenção Diária (CAD), da

Unidade Integrada de Saúde Mental, havia recebido uma viatura similar, também doada pela MAPMA, a fim de auxiliar na locomoção dos pacientes e em visitas domiciliares.

Dada à extensão da área do HNMD, o veículo será utilizado apenas para o transporte interno dos pacientes com dificuldades de locomoção. O carro foi adaptado de forma a atender a todos que dele

necessitam, inclusive àqueles que dependam de cadeiras de rodas.

No ato da entrega, estavam presentes o Diretor do HNMD, Contra-Almirante (Md) Paulo Cesar, o Diretor da MAPMA, Sr. Márcio Prado Maia, a Diretora Departamental das VCB, Srª Sheila Royo Soares de Moura, e a Diretora Seccional das VCB do Rio de Janeiro, Srª Graça Palmer



Veículo recebido pelo HNMD



O Diretor do HNMD, Contra-Almirante (Md) Paulo Cesar, a Diretora Departamental das VCB, Srª Sheila Royo Soares de Moura, e a Diretora Seccional das VCB do Rio de Janeiro, Srª Graça Palmer recebem as chaves do veículo do Diretor da MAPMA Soluções Financeiras, Sr. Márcio Prado Maia



# PARCERIAS COM O SENAC COMPLEMENTAM ACISO NO 3º DISTRITO NAVAL

Com3ºDN

O Serviço Nacional de Aprendizagem Comercial do Rio Grande do Norte (SENAC-RN) e as Voluntárias Cisne Branco da Seccional de Natal foram parceiros do Comando do 3º Distrito Naval (Com3ºDN) na organização de mais um dia de atividades para a Família Naval, realizado em 22 de outubro de 2011.

A ação aconteceu no Salão de Eventos Veterano Natércio, da Associação de Veteranos do Corpo de Fuzileiros Navais de Natal. Os profissionais do SENAC realizaram cortes de cabelo gratuitos, penteados, maquiagem, *design* de sobrancelhas, higienização e

massagem facial. Os visitantes foram recepcionados pela Banda de Música do Grupamento de Fuzileiros Navais de Natal (GptFNNa). A Capitania dos Portos do Rio Grande do Norte, o GptFNNa e o Grupamento de Patrulha Naval do Nordeste (GptPatNavNE) realizaram uma exposição dos materiais usados por essas Organizações Militares, como embarcação pneumática, barraca, óculos de visão noturna, uniformes militares e equipamentos básicos de mergulho e de rádio.

Na ocasião, o Hospital Naval de Natal (HNNa) proporcionou avaliação



Medição de pressão arterial durante o evento

nutricional, com dicas e distribuição de panfletos sobre alimentação saudável; sugestões de receitas nutritivas; mix de temperos para substituir o sal; medição de pressão arterial;



Militar ensina criança a escovar os dentes corretamente



Serviço de manicure oferecido pelo SENAC a pacientes e profissionais do HNRe

atendimentos por clínico geral; demonstração de procedimentos para higiene bucal, com distribuição de kits; e aplicação de flúor. Para o público infantil, o HNRe montou um teatro de fantoches, a fim de ensiná-los, de maneira simples e divertida, como escovar corretamente os dentes. Para Bruna Brahim, de 10 anos, que assistiu à peça teatral, ficou a

dica: “vou fazer igual ao que eles falaram, para eu não ter cáries”.

Segundo a coordenadora pedagógica do SENAC, Aldenora Gomes, “a parceria com a Marinha, intensificada a partir de 2004, só tende a se fortalecer”. A cabeleireira Rita de Cássia Ferreira, esposa de militar, ressaltou: “É a primeira vez que participo de um evento

assim e estou achando ótimo. Vou fazer a higienização na pele e melhorar minha sobrancelha”. De acordo com o Capitão-de-Mar-e-Guerra (RM1-T) Roberto Firmino Soares, Presidente da Associação de Veteranos do Corpo de Fuzileiros Navais de Natal, “é sempre bom que sejam feitos eventos como esse, para mostrarmos nossa Marinha a todos”.





Ainda durante o dia, foram exibidos vídeos sobre a Marinha e realizada palestras com os seguintes temas: "Nutrição", focando alimentação na infância, ministrada por uma nutricionista do SENAC; e "Alimentação Saudável para Todas as Idades", proferida por nutricionista do HNNa. Ao final do evento, foram realizados cerca de 500 atendimentos.

Outra ação social conjunta, também com o SENAC, foi realizada no Hospital Naval de Recife (HNRe), no dia 16 de março de 2012. Profissionais e alunos dos cursos técnicos oferecidos por aquela instituição, ocuparam as instalações do Hospital e ofereceram os serviços de cabeleireiro, manicure, massoterapia, limpeza de pele e SPA

dos pés para os pacientes e os profissionais do Hospital. Todos se sentiram satisfeitos com a iniciativa e disseram que não esperavam receber massagem e outros serviços num ambiente hospitalar. "É muito bom tê-los aqui hoje. Espero que venham sempre", disse Maria Filomena da Silva Santos, dependente de militar. 🇺🇲

Paciente do HNRe recebe corte de cabelo gratuito



# SOAMAR-PA FAZ DOAÇÃO PARA ESCOLA EM VAL-DE-CÃES

Com4ºDN

Dois aparelhos de ar-condicionado foram doados por integrantes da Sociedade Amigos da Marinha do Pará (SOAMAR-PA) para a Escola Almirante Renato Guillobel, localizada na área da Vila Naval dos Oficiais da Marinha, em Val-de-Cães, Belém (PA), no dia 4 de maio de 2012. Fruto de uma campanha idealizada pela escola, com o apoio do Comando do 4º Distrito Naval (Com4ºDN), as doações visam à melhoria da qualidade de vida dos alunos.

A ação foi realizada pelos Soamarinos do Estado do Pará, representados pelo Sr. Mecenas Pantoja

Gonçalves e pelo Sr. Relton Osvaldo Pureza Pinto. O Comandante do 4º Distrito Naval, Vice-Almirante Ademir Sobrinho, esteve presente na entrega dos equipamentos e agradeceu a iniciativa e o apoio prestado pelos Soamarinos.

A Escola Almirante Guillobel foi criada em 29 de março de 1955, em convênio realizado entre o Governo do Estado do Pará e o Com4ºDN, e seu prédio atual foi inaugurado em 26 de abril de 1963. O nome homenageia o Almirante Renato de Almeida Guillobel, que muito colaborou para o desenvolvimento da Amazônia. A escola funciona em dois turnos diários, atendendo a

1.580 crianças, do 1º ao 9º ano do Ensino Fundamental, dos quais cerca de 300 são dependentes de militares da Marinha ⚓



O Comandante do 4º DN, Vice-Almirante Ademir Sobrinho, com representantes da SOAMAR-PA e alunos da Escola Almirante Renato Guillobel

[www.mar.mil.br](http://www.mar.mil.br)

**Venha navegar com a Marinha na Internet**

Marinha do Brasil  
nas redes sociais

facebook flickr™ twitter YouTube  
Broadcast Yourself™



# A FORÇA NAVAL NO ESPORTE

CAPA



“Forças no Esporte”  
atende cerca de 600  
crianças e adolescentes  
no 7º Distrito Naval


## DE OLHO NO FUTURO

**Há quase dez anos, a Marinha promove inclusão social por meio do Projeto “Forças no Esporte”, transformando os pequenos em grandes campeões.**

Préstes a completar uma década, o Projeto “Forças no Esporte”, criado em 2003 pelo Ministério da Defesa, em parceria com os Ministérios do Esporte e do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, promove inclusão por meio da prática de esportes. Desde seu início, Marinha, Exército e Aeronáutica,

integram o projeto, coordenando as ações e cedendo infraestrutura e pessoal, ajudando, assim, a melhorar a qualidade de vida de crianças e jovens carentes em todo o Brasil.

Nas atividades, desenvolvidas por militares e profissionais especializados, os participantes têm a oportunidade de praticar esportes e assistir aulas de reforço escolar, além de receber atendimento médico, odontológico, alimentação, roupas e transporte.

Na Marinha, atualmente, o projeto é desenvolvido em 21 Organizações Militares, beneficiando 3.100 crianças e adolescentes 





# PELO BRASIL

## PROGRAMA É AMPLIADO EM NATAL

Com3ºDN

A Base Naval de Natal (BNN) realizou, em abril de 2012, a cerimônia de abertura oficial do “Forças no Esporte”. Presidido pelo Comandante da BNN, Capitão-de-Mar-e-Guerra Flávio Macedo Brasil, e contou com a presença de crianças e jovens beneficiados, da Prefeita de Natal, Micarla de Souza, e da Diretora Técnica da Fundação Estadual da Criança e do Adolescente (FUNDAC), Karen Barbosa Montenegro.

A BNN firmou parceria com a FUNDAC e a Secretaria Municipal do Trabalho e Assistência Social para conduzir o Projeto “Forças do Esporte”. Desde então, são desenvolvidas atividades socioeducativas direcionadas às crianças e adolescentes, entre 6 e 15 anos de idade, em situação de vulnerabilidade e risco social. Oficinas de leitura, esportes, capoeira, música, artes plásticas e de marinharia integram a programação.

Em maio de 2012, foi a vez da Estação Radiogoniométrica da Marinha em Natal (ERMN) inaugurar o segundo núcleo do “Forças no Esporte”, em parceria com a Prefeitura Municipal de São Gonçalo do Amarante. O primeiro núcleo foi instituído em setembro de 2011, com o apoio das Prefeituras Municipais de Natal e Parnamirim. Ao todo, o projeto beneficia 400 crianças e adolescentes no Estado do Rio Grande do Norte.


Para o Prefeito de São Gonçalo do Amarante, Jaime Calado, “além da prática esportiva, as crianças aprendem valores como



Crianças cantam o Hino Nacional na BNN

patriotismo, hierarquia e disciplina, contribuindo para formação de cidadãos mais conscientes”.

O Coordenador do Programa “Forças no Esporte” na ERMN, Capitão-Tenente (RM1-AFN) Luciano Bispo da Silva, explica que o projeto abrange, também, a temática escolar. “A prática do esporte é nossa base. Mas, depois que fizemos um diagnóstico junto às escolas, constatamos que o rendimento de algumas das crianças estava baixo. Resolvemos, então, fazer aulas de reforço pelo menos uma vez na semana, e recebemos retorno positivo dos professores.”

Mariana Moraes, voluntária no “Forças no Esporte” e mãe de dois dos participantes, já percebe a transformação na conduta dos filhos. “Eles se sentem pertencentes à Marinha e demonstram noções de cidadania, como respeito aos mais velhos”. A dona de casa Maria da Penha Cordeiro, mãe de duas integrantes do projeto, relata o entusiasmo das meninas: “elas chegam contando as atividades. Eram crianças rebeldes, mas depois que ingressaram no ‘Forças no Esporte’ estão bem mais calmas” 



Solenidade de inauguração do segundo núcleo do “Forças no Esporte” na Estação Radiogoniométrica da Marinha, em Natal




## EAMPE SEDIA 1ª OLIMFEPE

Com3ºDN



A Escola de Aprendizes-Marinheiros de Pernambuco sediou a 1ª Olimpíada Forças no Esporte do Estado de Pernambuco (OLIMFEPE), encerrada em 10 de novembro de 2011. Dos cerca de 200 participantes, 150 competiram nas modalidades de atletismo, futebol de campo e voleibol. A equipe apoiada pelo 7º Grupo de Artilharia de Campanha do Exército sagrou-se vencedora.

O jovem Thiago Benedito, da Federação Pernambucana de Atletismo, que participou de um projeto social semelhante ao “Forças no Esporte” quando criança, é exemplo do resultado que se pode alcançar com ações dessa natureza. “Hoje estou aqui, participando desse evento, relembando a infância e a adolescência, junto a esses jovens”, disse 


Cerimônia de encerramento da 1ª OLIMFEPE na EAMPE

## CONSTRUINDO CIDADANIA

Com7ºDN

No Distrito Federal, o “Forças no Esporte” é desenvolvido no Grupamento de Fuzileiros Navais de Brasília, no Centro de Instrução e Adestramento de Brasília e na Estação Rádio da Marinha em Brasília, atendendo 600 crianças e adolescentes, entre 7 e 17 anos, com aulas de judô, vela, tênis, futebol, música, entre outras.

A aluna Sara Elizabeth Queiroz Gomes, 13 anos, clarinetista da Banda de Música do projeto, não perde uma aula sequer e fica entusiasmada sempre que toca em público. “Foi muito legal tocar para a Presidenta Dilma. Ela nos cumprimentou e ficou pertinho da gente”, conta, referindo-se à apresentação da Banda realizada na cerimônia de substituição da Bandeira Nacional, na Praça dos Três Poderes, em setembro de 2011.

Para o Suboficial (FN-EF) Paulo Roberto Ribeiro de Faro, um dos coordenadores do projeto no Grupamento de Fuzileiros Navais de Brasília, a infraestrutura oferecida pela Marinha é fundamental para o bom desempenho dos pequenos atletas. “Consigo notar entre eles, devido ao empenho, concentração e dedicação, possíveis futuros campeões brasileiros. Esse trabalho é um prêmio. Tenho 33 anos de serviço e hoje faço algo diferente de tudo o que já fiz. É muito recompensador”, afirma 



O Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, assiste à apresentação da Banda de Música do “Forças no Esporte”



# JOVENS CAMPEÕES

## JUDÔ

Com6ºDN



No pódio, a judoca Mayra Deniz Rios

A judoca Mayra Deniz Rios, 13 anos, atleta de judô do Projeto “Esporte é Vida” do Programa “Qualidade de Vida” do Comando do 6º Distrito Naval, após classificar-se em

1º lugar nos Jogos Escolares Corumbaenses, conquistou a medalha de bronze nos Jogos Escolares do Estado do Mato Grosso do Sul, realizados na Cidade de Campo Grande, em 21 de julho de 2012.

A jovem judoca segue caminho semelhante ao da atleta Larissa Rianne Guimarães Farias, 16 anos, ex-aluna do projeto que, atualmente, integra as seleções brasileiras sub-17 e sub-20, detentora de títulos, como: Campeã Brasileira, Campeã Sulamericana, Campeã Sulamericana Estudantil e Campeã do Circuito Europeu 🇺🇵

Com7ºDN

## CORRIDA

Joseías Ferreira das Chagas, 14 anos, morador do Varjão e aluno do “Forças no Esporte” desde 2010, nucleado no Grupamento de Fuzileiros Navais de Brasília, no Distrito Federal (DF), foi campeão da 10ª Corrida Duque de Caxias, na categoria de 13 a 14 anos.

Organizado pelo Exército Brasileiro, o circuito integra o calendário oficial da Federação de Atletismo do DF 🇺🇵

O jovem corredor Joseías Ferreira é promessa no atletismo



## TÊNIS

Paulo André, de 12 anos, participa do “Forças no Esporte” há três anos e sua dedicação vem rendendo bons resultados: o jovem sagrou-se campeão do Torneio de Tênis “Batalha Naval do Riachuelo”, promovido pelo Clube Naval de Brasília. Ele conta que seu maior ídolo é Gustavo Kuerten, vencedor do Torneio de Roland Garros, a quem teve a oportunidade de conhecer quando aquele atleta visitou o Clube Naval. “Foi uma experiência incrível. Quero dedicar-me ao máximo para um dia ser como ele”, disse o jovem 🇺🇵

Com7ºDN

Paulo André sonha em ser um campeão como o tenista Gustavo Kuerten





# A MARINHA NO OURO OLÍMPICO

CCSM



A Marinheira judoca Sarah Menezes exibe a medalha de ouro conquistada nas Olimpíadas de Londres 2012

Além de contribuir para a iniciação à prática esportiva, representada pela participação no Projeto “Forças no Esporte”, a Marinha investe na experiência dos atletas de alto rendimento e se fez presente no primeiro Ouro Olímpico de uma atleta feminina no Judô.

A judoca Sarah Menezes ingressou na Marinha do Brasil em 2009, na graduação de Marinheiro, beneficiada pelo Programa de Incorporação de Atletas de Alto Rendimento às Forças Armadas, uma iniciativa dos Ministérios da Defesa e do Esporte. Ouro nas Olimpíadas de Londres 2012, na categoria leve (até 48kg), a jovem de 22 anos inspira os campeões da Marinha.

O Programa de Incorporação de Atletas de Alto Rendimento às Forças Armadas teve início em 2008, com o propósito de apoiar os esportistas, melhorando seu desempenho, bem como descobrir novos talentos. O programa preparou as equipes para os 5º Jogos Mundiais Militares, em 2011, no Rio de Janeiro (RJ), o que rendeu ao País a primeira colocação no quadro geral da competição, com 114 medalhas, das quais 47 com a contribuição, individual ou com equipes, de atletas da Marinha.

Nos Jogos olímpicos de 2012, o programa levou a Londres 51 atletas militares dos 259 integrantes da delegação brasileira. Na competição, os militares conquistaram cinco das 17 medalhas do Brasil.

A Marinheira Sarah Menezes resumiu a conquista da inédita medalha do País nas Olimpíadas: “Consegui, em Londres, um excelente resultado e a Marinha contribuiu muito com o apoio de treinamento”.

Além dela, a também Marinheira Mayra Aguiar, participante do programa, conquistou o bronze no Judô, na categoria meio-pesado (até 78 Kg), também em Londres, e falou de sua conquista. “É um orgulho levar o nome da Marinha para o esporte, pois ela nos acolheu. Quando venho para o Rio de Janeiro, tenho toda a estrutura de treinamento no Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes, Organização Militar da Marinha do Brasil”.


O Programa de Incorporação de Atletas de Alto rendimento promove uma interação que colhe resultados cada vez melhores e continuará em busca de novas conquistas nos 6º Jogos Mundiais Militares, na Coreia do Sul, em 2015, e nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, em 2016.



## CAPITANIA DOS PORTOS DE ALAGOAS DOA COLETES A JANGADEIROS

Com3ºDN

A Capitania dos Portos de Alagoas (CPAL) doou 31 coletes salva-vidas usados aos jangadeiros da Praia de Pajuçara, localizada na orla turística de Maceió (AL). Os beneficiados manobram embarcações com capacidade para sete passageiros, utilizadas na travessia até as piscinas naturais da região.

Por serem equipamentos de uso obrigatório nas jangadas, a ação da Capitania contribuiu significativamente para a segurança da navegação, conforme relato do jangadeiro Márcio Oliveira, na atividade há 20 anos: “A doação foi muito bem vinda, principalmente porque sabemos da importância de todos os passageiros usarem coletes, e muitos de nós não dispúnhamos de recursos financeiros para comprar a quantidade exigida. Somos gratos à Marinha por mais esse apoio” 



Jangadeiros recebem coletes salva-vidas da CPAL

## AGÊNCIA PROMOVE AULA A BORDO DE EMBARCAÇÃO


Com3ºDN

Atendendo à solicitação da Escola Estadual Dr. Dagmar Sabino, militares da Agência da Capitania dos Portos em Areia Branca (RN) ministraram uma aula diferente para os cerca de 50 alunos daquela instituição.

A bordo da Balsa de Travessia “Celeste Souto”, cedida por uma empresa privada, o grupo composto por militares, professores e alunos navegou cerca de 10 km, entre a Foz do Rio Mossoró e a cidade de Grossos (RN). Durante a travessia, militares da Marinha do Brasil ministraram aulas de marinharia, promoveram uma oficina de nós e voltas e teceram explicações sobre as partes de um navio, segurança da navegação, equipamentos de salvatagem, preservação ambiental e “Amazônia Azul”. A aula integra o Projeto de Educação Ambiental daquela Escola.



Alunos da Escola Estadual Dr. Dagmar Sabino assistiram à aula ministrada por militares da Marinha

De acordo com o Agente da Capitania dos Portos de Areia Branca, Capitão-Tenente (QC-CA) Rodrigo Rocha Barros, o propósito do apoio da Marinha nessas ações é fomentar a consciência ecológica e a mentalidade marítima junto à juventude local. “A cidade tem 25 mil habitantes. Desses, cerca de 5 mil são aquaviários. Grande parte das crianças que assistiram à aula são filhos de pais que tiram seu sustento das águas dos rios e mares. Portanto, essa familiarização com os temas expostos tende a motivá-los mais ainda a pensar numa carreira futura ligada às atividades marítimas” 





## HOSPITAL NAVAL DE NATAL REALIZA AÇÃO CÍVICO-SOCIAL

Com3ºDN


O Comando do 3º Distrito Naval, por meio do Hospital Naval de Natal (HNNA), realizou atendimento a crianças e adolescentes do Programa “Segundo Tempo – Forças no Esporte”, do núcleo da Estação Radiogoniométrica da Marinha em Natal, em 6 de dezembro de 2011. Na ocasião, também foram assistidos familiares dos participantes do programa.



Cerca de 80 militares e colaboradores prestaram atendimentos médicos (Pediatría e Dermatologia), com distribuição de medicamentos; procedimentos odontológicos (extração, restauração e profilaxia); escovações, com doação de kits contendo escova e creme dental; procedimentos de

enfermagem, com aferição de pressão arterial e teste de glicemia; além do “Circuito Saúde”, com avaliações de acuidade visual, medição de peso, altura, cálculo de Índice de Massa Corporal e flexibilidade motora. A ação contou, também, com exposição de equipamentos militares, oficina de artesanato,

palestras sobre alimentação saudável e prevenção e tratamento de verminoses, além de oferecimento de corte de cabelo gratuito.

Segundo a dona de casa Rosângela Costa da Silva, essa é uma oportunidade para quem não consegue atendimento no posto de saúde. “Foi uma bênção”. Kátia Cerino da Silva, também dona de casa, afirmou: “Não tive acesso a dentista em minha infância e, neste evento, estou podendo proporcionar isso ao meu filho” 


Alunos do “Segundo Tempo - Forças no Esporte” receberam atendimento odontológico e explicações sobre equipamentos navais

## MILITARES DA MARINHA REFORMAM ESCOLA ESTADUAL “ZANELI CALDAS”

Com3ºDN

Como parte das atividades desenvolvidas na Semana da Marinha, em dezembro de 2011, a Capitania dos Portos de Alagoas concluiu a reforma da Escola Estadual “Zaneli Caldas”, no município de Maceió (AL). Foram realizados reparos elétricos, pintura e substituição das portas da sala de informática, dos banheiros e do almoxarifado.

A entrega da escola reformada contou com a presença dos patrocinadores Ibratin Tintas e Texturas e Associação dos Militares da Marinha do Brasil em Alagoas (AMMBAL), que doou parte do material de marcenaria e manutenção, dos militares envolvidos diretamente nos reparos e dos alunos e professores da instituição.

Para Maria de Fátima Sampaio, Diretora da escola, a ajuda foi bem-vinda: “O excelente trabalho de melhoria realizado na estrutura física possibilitou um ambiente mais confortável e acolhedor, contribuindo para o bom andamento de nossas atividades pedagógicas” 



Militares da CPAL reunidos em frente à escola reformada



## DIGNIDADE E ALEGRIA PARA OS IDOSOS DO “ASYLO DE POBRES”

Com5ºDN Com7ºDN




Militares da Marinha realizam limpeza das áreas verdes

Uma das mais antigas entidades filantrópicas de atenção ao idoso carente do Estado do Rio Grande do Sul, o “Asylo de Pobres”, fundado no Rio Grande (RS), em 1885, recebeu a ajuda de militares do Comando do 5º Distrito Naval, durante os meses de janeiro e fevereiro de 2012.

Foram realizadas as seguintes melhorias: recuperação dos dormitórios, limpeza das áreas verdes, reparo de fiações elétricas e retirada de entulhos.

Ao final da reforma, houve apresentação da Banda

de Música do Grupamento de Fuzileiros Navais do Rio Grande, emocionando e alegrando os moradores daquela instituição. Uma equipe médica do Ambulatório Naval do Rio Grande realizou exames laboratoriais e doação de medicamentos de uso contínuo.


“O apoio da Marinha do Brasil ajuda no resgate da dignidade para aqueles que a perderam ou, ainda, na conquista, para os que nunca a tiveram. Somos muito gratos”, disse um dos administradores do “Asylo de Pobres” 

## COMUNIDADES DO DISTRITO FEDERAL SÃO AJUDADAS PELA MARINHA

Entre o final de 2011 e o início de 2012, as comunidades de Vila Planalto e Santa Maria, no Distrito Federal, foram apoiadas com Ações Cívico-Sociais (ACISO) promovidas pela Marinha.

A população teve acesso a atendimentos médicos e procedimentos odontológicos, além de assistir às palestras sobre “Amazônia Azul”, “Como Ingressar na Marinha”, “Prevenção à Dengue”, “Violência Doméstica e Sexual Intrafamiliar” e “Planejamento Familiar”. Os militares ainda se empenharam na reforma das instalações dos Centros de Ensino Fundamental (CEF) das duas localidades e da Associação “Renascer dos Pioneiros” – Lar do Idoso da Vila Planalto.

Alunos da Educação Infantil do CEF da Vila Planalto, entre 4 e 6 anos de idade, participaram da “Contação de História”, atividade baseada no livro “Cisne Branco”, de autoria do Capitão-de-Fragata (T) Marcos Vinícius Lúcio. As crianças ainda realizaram atividades de pintura dos desenhos da “Turma do Marujinho” e receberam revistas em quadrinhos sobre a “Amazônia Azul”.

Como forma de entretenimento e cultura, o Conjunto Musical Fuzijazz e a Banda de Música do Grupamento de Fuzileiros Navais de Brasília realizaram apresentações junto às comunidades 

Jovem observa cartaz sobre “Como Ingressar na Marinha”





Com9ºDN


## ESCOLA EM TABATINGA É ASSISTIDA PELA MARINHA

O Comandante do 9º Distrito Naval, Vice-Almirante Antonio Carlos Frade Carneiro, cumprimentou as crianças

Cerca de mil alunos indígenas da Escola Estadual Almirante Tamandaré, localizada na comunidade Umariçu II, em Tabatinga (AM), foram beneficiados durante a Operação “BRACOLPER 2011”, realizada entre as Marinhas do Brasil, Colômbia e Peru, em

julho de 2011. A escola tem o ensino voltado para a população Ticuna da região.

Uma equipe de profissionais de saúde da Marinha do Brasil promoveu ações profiláticas e curativas, com palestras sobre cuidados pessoais e educação sexual, e realizou consultas médicas, distribuição de kits para higiene bucal e aplicação tópica de flúor. Foram feitos, também, pintura e pequenos reparos das instalações da escola.

Como forma de agradecimento, as crianças Ticunas apresentaram músicas na língua nativa aos militares que participaram da iniciativa 



## NASH “CARLOS CHAGAS” LEVA SAÚDE ONDE HOVER VIDA

Com9ºDN

Residindo às margens dos Rios do Brasil, encontram-se mais de 6 milhões de ribeirinhos. Na Região Amazônica, eles vivem praticamente isolados do restante do País, privados do conforto e facilidades dos centros urbanos. Entre as dificuldades, destaca-se a falta de atendimento médico e odontológico adequados. Decorrente do convênio firmado com o Ministério da Saúde, a Marinha do Brasil vem auxiliando na prestação desses serviços, por meio de verdadeiros hospitais flutuantes. Os Navios



Crianças foram maioria nos atendimentos médicos




de Assistência Hospitalar (NASH), apelidados pelos ribeirinhos de “Navios da Esperança”, levam dignidade, saúde e alegria onde for necessário.

No período de 11 a 23 de janeiro de 2012, o NASH “Carlos Chagas” realizou a comissão de Assistência Hospitalar (ASSHOP) no Pólo Madeira.

Das nove comunidades atendidas, Cruzeiro, no município de Aripuanã, e Flechal, no município de Humaitá, receberam, pela primeira vez, a Equipe de Saúde de um NASH. A maioria dos atendimentos

foi realizada em crianças e os diagnósticos mais frequentes foram parasitose intestinal, dermatofitoses, anemias e cárie dentária.

Os militares prestaram atendimentos médicos, procedimentos odontológicos, de enfermagem, exames laboratoriais, exames ginecológicos, dermatológicos, oftalmológicos, e de vacinações. Juntos às comunidades, foram ministradas palestras de promoção e prevenção de saúde, abordando higiene bucal e pessoal, doenças sexualmente transmissíveis e AIDS, aleitamento materno e uso de drogas 

## NÚMEROS DO NASH “CARLOS CHAGAS” NO 1º SEMESTRE DE 2012

Ao longo do primeiro semestre de 2012, o NASH “Carlos Chagas” realizou **14.205** procedimentos, sendo **8.051** odontológicos, **2.950** médicos, **1.090** de enfermagem, além de

**1.101** exames (laboratoriais, ginecológicos, dermatológicos, oftalmológicos e eletrocardiograma), **1.003** vacinações, **8** intervenções cirúrgicas e **2** Evacuações Aeromédicas.



Militar da Marinha ensina boas práticas de higiene bucal à comunidade



# MARINHA APOIA OPERAÇÃO “SORRISO”

Com3°DN




A alegria é marcante na Operação “Sorriso”

Há cinco anos, a Marinha participa da Operação “Sorriso”, ajudando a devolver qualidade de vida e dignidade às crianças com fissura labial e fenda palatina. Essas anomalias faciais congênitas acarretam severas dificuldades na alimentação, fala e socialização. Em grande parte dos casos, as famílias não têm condições de pagar pela cirurgia corretiva. Assim, a “Operação Sorriso” cumpre um nobre papel social ao oferecer cirurgias gratuitas para crianças em mais de 50 países, inclusive no Brasil. Desde o início da parceria, em 2008, militares da Marinha percorreram as cidades de Fortaleza (CE), Maceió (AL), Rio de Janeiro (RJ) e Santarém (PA), realizando mais de 1.400 cirurgias.

Tanto a fissura labial, quanto a fenda palatina causam problemas de sociabilidade e de autoestima. Por isso, o tratamento requer abordagem multidisciplinar, isto é, a participação de especialistas na

área de cirurgia plástica, otorrinolaringologia, odontologia e fonoaudiologia, por exemplo.

Em 2012, entre os meses de abril e maio, profissionais de odontologia de diversos estados brasileiros realizaram 332 atendimentos e 170 cirurgias corretoras em pacientes das cidades de Maceió (AL) e Fortaleza (CE). Na ocasião, a Capitania dos Portos do Ceará (CPCE) e a Capitania dos Portos de Alagoas (CPAL) prestaram apoio logístico e operacional, disponibilizando militares voluntários para realizar orientações no processo de triagem, e profissionais de saúde como médico, psicólogo, fonoaudiólogo, cirurgiões dentistas, técnicos de enfermagem e de higiene dental, que auxiliaram as ações efetuadas. Ainda durante o período da Operação, foram divulgadas as formas de ingresso na Marinha do Brasil e as atividades realizadas pelas Capitânicas, com entrega de fôlderes, e apresentação de vídeos institucionais 

## SAIBA MAIS...

Conhecidas popularmente como lábio leporino e goela de lobo, a fissura labial e a fenda palatina são malformações congênitas que ocorrem durante o desenvolvimento do embrião. O lábio leporino, é uma abertura que começa sempre na lateral do lábio superior, dividindo-o em dois segmentos. Na fenda palatina, a abertura pode atingir todo o céu da boca e a base do nariz

Ainda não se conhecem as causas dessas anomalias. Sabe-se, entretanto, que os seguintes fatores de risco podem estar envolvidos na sua manifestação: deficiências nutricionais e algumas doenças maternas durante a gestação, radiação, certos medicamentos, álcool, fumo e hereditariedade.

Atividades lúdicas integram a programação da Operação





# ESCOLA DE APRENDIZES-MARINHEIROS DE SANTA CATARINA TRABALHA MÚSICA COM ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL

Com5ºDN


Em agosto de 2011, o Comando do 5º Distrito Naval, por intermédio da Escola de Aprendizes-Marinheiros de Santa Catarina (EAMSC), firmou parceria com o Projeto “Bandas e Fanfarras”, da Secretaria de Educação do Município de São José, vizinho a Florianópolis (SC), a fim de apoiar as crianças e jovens do Ensino Fundamental, por meio da música.

Desde então, a EAMSC desenvolve a participação dos cerca de 1.100 alunos, de 17 escolas, em trabalhos coletivos, possibilitando o aprimoramento de técnicas musicais e incentivando o resgate da fanfarra como patrimônio cultural e cívico.

A iniciativa oferece, ainda, a integração das crianças e jovens com o Mestre e os Grumetes que formam a Banda da EAMSC. “O acompanhamento dos nossos



treinamentos e as cerimônias realizadas na EAMSC são oportunidades para que eles se aproximem do ambiente militar, adquiram

conhecimentos musicais e desenvolvam interesse pela Marinha do Brasil”, acredita o Terceiro-Sargento (FN-MU) Edimar da Luz Domingos, Mestre da Banda 

Aluna da Rede Municipal de Ensino de São José (SC) ensaia primeiros passos como regente na EAMSC





Com1ºDN



ComForAerNav



Com2ºDN



Com3ºDN



Com4ºDN



Com5ºDN



Com6ºDN



Com7ºDN



Com8ºDN



Com9ºDN

Completamos quatro anos de voluntariado. Ao longo desse período, movidas por intensa vontade de ajudar ao próximo, nós, as Voluntárias Cisne Branco (VCB), dedicamos tempo, amor e carinho em ações e atividades voltadas para o bem-estar da Família Naval. Projetos saíram do papel e tornaram-se realidade, melhorando a qualidade de vida de crianças, jovens, adultos e idosos em todo o País. Muito foi feito, mas ainda há muito a se realizar.

Atualmente, as VCB contam com a colaboração das esposas de Oficiais, Praças e Servidores Cíveis da Marinha. Estão organizadas em dez seccionais, sediadas em cada um dos nove Distritos Navais e em São Pedro da Aldeia (RJ).

## QUATRO ANOS DE VOLUNTARIADO

As ações desenvolvidas pelas VCB complementam o trabalho da Diretoria de Assistência Social da Marinha do Brasil.

Por meio da busca de parcerias e patrocínio com entidades públicas e privadas, as VCB têm transformado sonhos em realidade. Obras como a inauguração da Brinquedoteca "O Marujinho", em Natal (RN); a construção do Espaço Cultural "Marçílio Dias", em Salvador (BA); a reforma das instalações do Ambulatório Naval da Penha, no Rio de Janeiro (RJ); a inauguração do Centro

Comunitário "Cisne Branco", em Brasília (DF); entre outras, são exemplos do resultado do empenho dessas mulheres.

A criação ou ampliação de projetos e programas sociais, viabilizados pela dedicação das VCB, são ações concretas que levam cultura, educação, lazer e cidadania à Família Naval. A importância da leitura na formação de indivíduos tem sido preocupação constante e pode ser percebida na viabilização de projetos realizados com as crianças, como: "Dando Asas à Imaginação", em

Ladário (MS) e "Brincando com as palavras: navegando nas histórias", na Vila Naval Almirante Visconde de Inhaúma (VNAV), em Brasília (DF). Também merecem destaque a continuidade do Projeto "Chá Beneficente" em Belém (PA), as Ações Cívico-Sociais em São Paulo (SP) e a realização de palestras voltadas à Família Naval em Manaus (AM).

O resultado do trabalho assistencial das Voluntárias cresce a cada ano, encantando os olhos e alegrando a alma, provando que quem ajuda ao outro, ajuda a si mesmo 🐾





Senhoras confeccionam enxovais de recém-nascidos para doação à Família Naval

## VOLUNTARIADO GLOBALIZADO

O relacionamento entre as Marinhas das Nações Amigas permite o intercâmbio de ideias e o estreitamento dos laços que unem as nações, seja nos aspectos relacionados às atividades operativas das Forças Navais, seja nas ações sociais em prol daqueles que as operam.

Esse envolvimento ocorreu, mais uma vez, por ocasião da visita do Primeiro Lorde do Almirantado Britânico, Almirante-de-Esquadra Sir Mark Stanhope, ao Brasil, realizada de 19 a 26 de julho de 2012. No período, a comitiva britânica teve a oportunidade de conhecer Organizações Militares da Marinha do Brasil, sediadas no Distrito Federal e nos estados do Rio de Janeiro, São Paulo e Amazonas.

Fazendo parte da comitiva visitante, a esposa do Almirante-de-Esquadra Stanhope, Lady Jan Stanhope, conheceu de perto uma das atividades precursoras do voluntariado na Marinha, a "Obra do Berço", que completa 65 anos produzindo enxovais para recém-nascidos, filhos de Cabos, Marinheiros e Soldados da ativa.

Acompanhando a visita, realizada em 25 de julho, ao Departamento Esportivo do Clube Naval Piraquê, a Diretora Departamental das Voluntárias Cisne Branco, Sr<sup>a</sup> Sheila Royo Soares de Moura, mostrou à visitante as instalações e o trabalho realizado pelas VCB em benefício daqueles integrantes da Família Naval que mais carecem de recursos para montar os enxovais de seus filhos.

Lady Stanhope ficou emocionada com o trabalho daquelas que dedicam seus dias ao voluntariado, confeccionando cada peça infantil com o esmero de quem o faz para um filho ou um neto.

A "Obra do Berço" é uma atividade social de caráter filantrópico, executada por senhoras esposas de Oficiais, que se reúnem, semanalmente, no Departamento Esportivo do Clube Naval Piraquê, para a confecção dos enxovais.



Esposa do Primeiro Lorde do Almirantado Britânico, Lady Jan Stanhope, conheceu o trabalho da "Obra do Berço"

Informações sobre como participar da "Obra do Berço" podem ser obtidas no telefone (21) 3077-6000, ramal 6066 (somente às quartas-feiras), com as Sr<sup>a</sup> Nina e Sr<sup>a</sup> Sueli.





Com 1º DN



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DO RIO DE JANEIRO (RJ)

### Perfil

A Srª Maria da Graça Capaccia Rocha Lima Fonseca é a atual Diretora das VCB Seccional do Rio de Janeiro (RJ). Esposa do Almirante-de-Esquadra Luiz Fernando Palmer Fonseca, assumiu a função em 19 de dezembro de 2011, em substituição à Srª Helena Barthem Wiemer.

As propostas para o ano de 2012 da Diretora Seccional foram ampliar o número de Voluntárias na área do Rio de Janeiro para expandir os projetos já existentes e procurar atender às necessidades da Família Naval.

PNN

## IDOSOS DO PROJETO “SASSARICO” CANTAM NO CORAL EM HOMENAGEM AO DIA DAS MÃES

Para comemorar o Dia das Mães, em 4 de maio de 2012, os idosos que integram o Projeto “Sassarico” realizaram a apresentação do seu coral, durante um café da manhã oferecido pelo Centro Médico Assistencial da Marinha. O evento contou com

a participação das Voluntárias Cisne Branco (VCB) e de membros da Associação dos Veteranos do Corpo de Fuzileiros Navais.

O “Sassarico” tem o propósito de desenvolver um trabalho com os idosos para que continuem ativos.



A Diretora das VCB Seccional do Rio de Janeiro, Srª Maria da Graça Fonseca, a Diretora Departamental das VCB, Srª Sheila Royo Soares de Moura e a Srª Lúcia Sobral



Confraternização no Centro Médico Assistencial da Marinha

Desde março de 2011, o projeto passou a ser aplicado na Policlínica Naval de Niterói (PNN), beneficiando cerca de 130 pessoas. A coordenação é das VCB do Rio de Janeiro, responsáveis pela captação de recursos materiais e, principalmente, pela atenção e carinho dedicados aos idosos.

Além de exercícios físicos, oficinas e confraternizações, os integrantes participam do coral. O ritmo, a coordenação motora e as atividades cerebrais são estimuladas por meio das letras das músicas e dos instrumentos musicais 🎵

# Endereços das Voluntárias Cisne Branco

**1º Distrito Naval** – Rua Conselheiro Saraiva, 8 – Térreo – Centro, Rio de Janeiro (RJ) CEP: 20.091-030  
Tel: (21) 2516-7473, e-mails: rio@vcb.org.br e seccionalrio@yahoo.com.br

**ComForAerNav** - Rua Comandante Ituriel, s/nº - Fluminense, São Pedro da Aldeia (RJ) CEP: 28.940-000  
Tel. (22) 2621-4127, e-mails: voluntarias@foraer.mar.mil.br e spdaldeia@vcb.org.br

**2º Distrito Naval** - Av. das Naus, s/nº, Comércio - Comando do 2º Distrito Naval, Salvador (BA) CEP: 40.015-270  
Tel: (71) 3507-3739, e-mail: salvador@vcb.org.br

**3º Distrito Naval** - Rua Sílvio Pélico, s/nº, Praça do COBANA - Alecrim, Natal (RN) CEP: 59.040-150  
Tel: (84) 3216-3093 / (84) 8802-8552, e-mail: natal@vcb.org.br

**4º Distrito Naval** – Rodovia Arthur Bernardes, s/nº - Val-de-Cães, Belém (PA) CEP: 66.115-100  
Tel: (91) 3216-4305 / 3216-4401 / 9135-5476, e-mail: belem@vcb.org.br

**5º Distrito Naval** – Av. Alte. Cerqueira e Souza – Centro, Rio Grande (RS) CEP: 96.201-260  
Tel: (53) 3233-6179, e-mail: riogrande@vcb.org.br

**6º Distrito Naval** – Rua 14 de março, s/nº – Centro, Ladário (MS) CEP: 79.370-000  
Tel: (67) 3234-1209, e-mail: ladario@vcb.org.br

**7º Distrito Naval** – SCES Trecho 2 - Conjunto 13, Brasília (DF) CEP: 70.200-002  
Tel: (61) 3223-9477, e-mail: voluntariascisnebranco@gmail.com

**8º Distrito Naval** – Rua Estado de Israel, 776 - Vila Clementino, São Paulo (SP) CEP: 04.022-002  
Tel: (11) 5080-4805 / 4807, e-mail: saopaulo@vcb.org.br

**9º Distrito Naval** - BR 319 km 4,5, Vila Buriti, Rua A, nº 97, Distrito Industrial, Manaus (AM) CEP: 69.010-000  
Tel: (92) 2123-4676 / 4663, e-mail: manaus@vcb.org.br





# Você pode fazer parte desta amarra! Somos Muitas!

A amarra de um navio é a corrente, formada por vários elos, que o conecta à sua âncora, que na Marinha é conhecida como ferro. Unidas como "Voluntárias Cisne Branco", nós, esposas de Oficiais e Praças da Marinha, podemos nos tornar poderosas ferramentas na área de apoio social, contribuindo para que haja mais esperança, mais crescimento individual e mais superação nas dificuldades de inserção social para os integrantes da nossa Família Naval.

Assim como a amarra de um navio lhe dá segurança, o nosso trabalho voluntário permitirá a construção de uma verdadeira amarra de solidariedade, na medida em que cada uma de nós se tornar um singelo elo, assegurando permanente e atenciosa ligação entre aqueles necessitados de apoio social e nossa capacidade de prestação e desenvolvimento de programas inovadores e envolventes.

Unidos carinhosamente sob o nome Família Naval, compreendemos hoje cerca de 70 mil militares e servidores civis na ativa, além de 230 mil dependentes, inativos, aposentados e pensionistas. Temos as mais diversas origens, idades, crenças e formações. Juntamo-nos pela escolha de um de nós em servir à Marinha do Brasil.

Originários, na sua maioria, de praças e servidores civis de nível médio e auxiliar, alguns integrantes dessa nossa família possuem elevadas necessidades de atendimento social. Dentro do possível, o Serviço de Assistência Integrada da Marinha vem desenvolvendo programas de apoio, como o de atendimento a portadores de necessidades especiais, de desenvolvimento profissional, de auxílio e de suporte a necessidades financeiras, dentre outros. Contudo, existem, ainda, elevadas carências, por força das limitações legais quanto a aplicação de verbas públicas e pela falta de recursos humanos dedicados.

Junte-se a nós! Venha ser mais um elo dessa amarra! Você pode se inscrever pelo sítio [www.vcb.org.br](http://www.vcb.org.br) ou entregar este formulário em um dos escritórios da Seccional das VCB mais próxima de sua residência.

## FAÇA PARTE DA NOSSA CORRENTE DA SOLIDARIEDADE

Preencha este formulário e entregue à Diretora da Seccional de sua localidade

### Gostaria de participar:

- ( ) Mediante trabalho voluntário  
( ) Mediante contribuição financeira mensal (Valor de referência: salário mínimo nacional)  
X                      XX                      XXX                      XXXXX  
( ) Um elo      ( ) Dois elos      ( ) Três elos      ( ) Vários elos

2,5% do SM      5% do SM      7,5% do SM      \_\_\_\_% do SM

Seu comprometimento voluntário com trabalho e/ou contribuição financeira levará sorrisos, carinho e esperança de uma vida melhor para a Família Naval!

### Identificação da Voluntária

Nome completo: \_\_\_\_\_  
Endereço: \_\_\_\_\_ CEP: \_\_\_\_\_  
Telefone residencial: \_\_\_\_\_ Celular: \_\_\_\_\_  
e-mail: \_\_\_\_\_ Data de aniversário: \_\_\_\_\_

### Identificação do Vínculo com a Marinha do Brasil

Nome completo do marido: \_\_\_\_\_  
Posto/Grad.: \_\_\_\_\_ OM: \_\_\_\_\_

### Competências ou Habilidades

Informe sua atividade profissional ou habilidades que possam ajudar nos trabalhos das VCB: (ex.: Formação acadêmica/técnico, trabalhos manuais, artesanato, música etc.)

### Dias e horários disponíveis

Levando em consideração o comparecimento às reuniões semanais, de coordenação e de avaliação

### Área de preferência de atuação

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Administrativa/secretaria | <input type="checkbox"/> Palestras                | <input type="checkbox"/> Geração de Renda       |
| <input type="checkbox"/> Eventos                   | <input type="checkbox"/> Capacitação de Recursos  | <input type="checkbox"/> Site                   |
| <input type="checkbox"/> Jornal                    | <input type="checkbox"/> Financeira/Contabilidade | <input type="checkbox"/> Elaboração de Projetos |
| <input type="checkbox"/> Atendimento               | <input type="checkbox"/> Projetos Gráficos        | <input type="checkbox"/> Informática            |
| <input type="checkbox"/> Execução de Projetos      | <input type="checkbox"/> Divulgação               | <input type="checkbox"/> Outras                 |



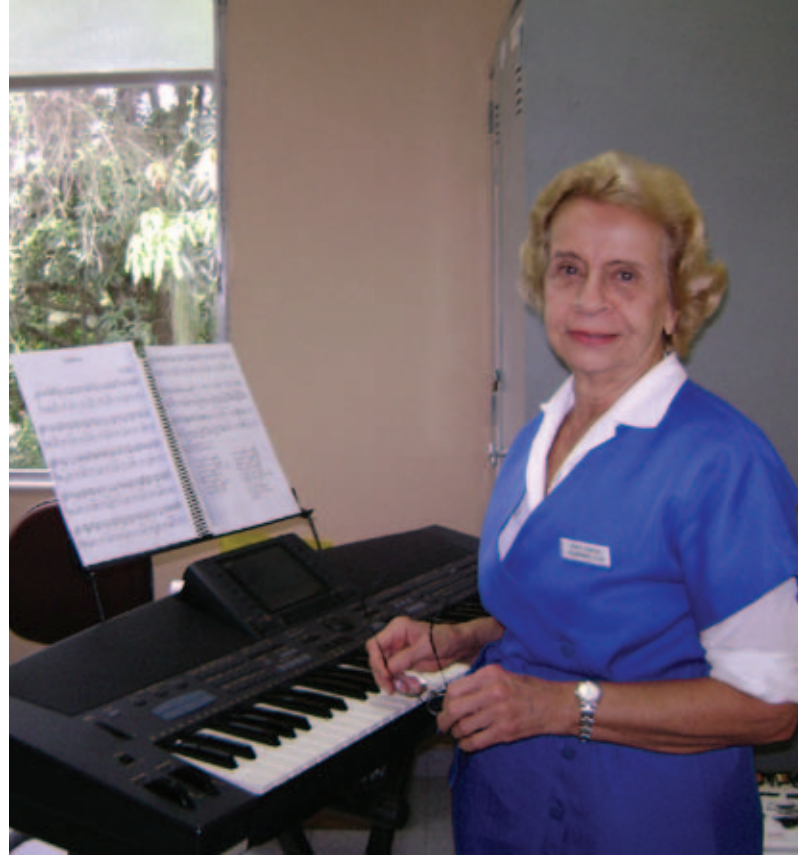
## EXEMPLO DE DEDICAÇÃO

Com 1º DN

A Srª Ceres Montenegro Ignácio de Almeida, esposa do Capitão-de-Mar-e-Guerra (Refº) Haroldo Alves de Almeida, iniciou o trabalho voluntário em 1979, no Hospital Central da Marinha, no Rio de Janeiro (RJ), na área de psiquiatria. No ano seguinte, as atividades que realizava foram transferidas para o Hospital Naval Marcílio Dias (HNMD).

Integrante dos “Anjos Azuis”, nome pelo qual ficou conhecido o grupo de voluntárias do HNMD, hoje a Srª Ceres atua junto à Unidade Integrada de Saúde Mental (UISM), no Centro de Atenção Diária. Sua dedicação leva alegria e diversão aos pacientes, por meio da música. “Quando toco piano, sinto que os levo a um estado de extrema tranquilidade. A música tem papel primordial no tratamento”, afirma.

Mesmo após mais de três décadas de voluntariado, ela afirma não pensar em parar. “Meu projeto é continuar aqui, enquanto eu tiver forças” ⚓



Srª Ceres Montenegro realiza trabalho voluntário há mais de três décadas

### ANP

Sempre atentas às necessidades da Família Naval, as VCB Seccional do Rio de Janeiro têm mais uma conquista a contabilizar. Em outubro de 2011, foram concluídas as reformas realizadas no Ambulatório Naval da Penha (ANP), no Rio de Janeiro (RJ). As melhorias compreenderam a sala de espera dos pacientes que utilizam serviços de odontologia, de distribuição de medicamentos, posto de coleta e exames laboratoriais. Parte do piso foi reformada e o espaço fechado e climatizado. A verba para o financiamento das obras foram obtidas por meio de eventos realizados pelas VCB, a fim de gerar recursos para manutenção de projetos sociais.

## VCB APOIAM REVITALIZAÇÃO DO AMBULATÓRIO NAVAL DA PENHA

Em visita às novas instalações do ANP, a Diretora Departamental das VCB, Srª Sheila Royo Soares de Moura, e a Diretora da Seccional do Rio de Janeiro, Srª Maria da Graça Capaccia Rocha Lima Fonseca, constatarem os resultados. Segundo a Encarregada do Ambulatório, Capitão-de-Mar-e-Guerra (CD) Vania Mara Martins Hecht, “as melhorias trouxeram mais conforto aos pacientes que aguardam para ser consultados”. Em resposta às pesquisas de satisfação aplicadas pelo Centro Médico Assistencial da Marinha, os usuários aprovaram as novas instalações. Atualmente, reforma similar já foi iniciada na sala de espera da fisioterapia ⚓

A Diretora das VCB Seccional do Rio de Janeiro, Srª Maria da Graça Fonseca, a Diretora Departamental das VCB, Srª Sheila Royo Soares de Moura, e a Encarregada do Ambulatório, Capitão-de-Mar-e-Guerra (CD) Vania Mara Martins plantam manacá cheirosos durante visita às instalações





ComForAerNav



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE SÃO PEDRO DA ALDEIA (RJ)

### Perfil

A Srª Sandra Lúcia Soares Vieira Gomes é a atual Diretora Seccional das VCB de São Pedro da Aldeia (RJ). Esposa do Contra-Almirante Victor Cardoso Gomes, assumiu a função em 5 de dezembro de 2012, em substituição a Srª Lenita Bezerra Zamprônio.

As metas da nova Diretora para 2012 foram promover atividades beneficentes, com o intuito de captar recursos, capacitar profissionalmente os dependentes dos militares e dar prosseguimento aos projetos já implementados, buscando o aprimoramento contínuo e a melhoria da qualidade de vida da Família Naval, por meio da realização de atividades culturais, recreativas, esportivas e assistenciais.

## ACUPUNTURA PARA A FAMÍLIA NAVAL

ComForAerNav

Atendimento realizado no Comando da Força Aeronaval



As Voluntárias Cisne Branco Seccional de São Pedro da Aldeia, pensando no bem-estar da Família Naval, iniciaram, no dia 2 de abril de 2012, uma parceria com o Centro Brasileiro de Acupuntura Clínica e Medicina Chinesa.

Por meio do acordo, são oferecidas sessões de acupuntura, uma vez por semana, no Comando da Força Aeronaval, a preços acessíveis, aos militares, servidores civis e seus dependentes. A procura pelo tratamento tem crescido e há lista de espera para os novos interessados. Dores na coluna e estresse são os motivos alegados com maior frequência pelos pacientes que procuram o serviço. O Cabo AV-CV Raphael Caetano de Andrade, após participar das sessões, relatou: "Eu praticava atividade física sem acompanhamento de professor, o que me causou fortes dores musculares. Depois que comecei a acupuntura, nunca mais senti dor" 📌

Os atendimentos são realizados às segundas-feiras, a partir das 8h, com hora marcada. Mais informações na secretaria das VCB, pelo telefone: (22) 2621-4127.

## VOCÊ SABIA? VOCÊ SABIA?

### ACUPUNTURA

Para entendermos melhor esse tratamento, a acupuntura ou acupunctura (do latim *acus* - agulha e *punctura* - colocação) é um ramo da medicina tradicional chinesa e, de acordo com a nova terminologia da OMS - Organização Mundial da Saúde, um método de tratamento complementar. Foi também declarado Patrimônio Cultural Intangível da Humanidade pela *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (Unesco), em 19 de novembro de 2010.

O tratamento acupuncterápico consiste no diagnóstico (igualmente baseado em ensinamentos clássicos da Medicina Tradicional Chinesa) e na aplicação de agulhas em pontos definidos do corpo, chamados de "Pontos de Acupuntura" ou "Acupontos" que se distribuem, principalmente, sobre linhas chamadas "meridianos chineses" e "canais", para obter diferentes efeitos terapêuticos conforme o caso tratado. Também são utilizadas outras técnicas alternativas ou complementares, sendo as mais conhecidas a moxabustão (aplicação de calor sobre os acupontos ou meridianos), a auriculoterapia e, mais recentemente, a eletroacupuntura.





ComForAerNav

## ARTESÃS PARTICIPAM DO 5º FESTIVAL ÂNCORA SOCIAL

As artesãs, Voluntárias Cisne Branco de São Pedro da Aldeia, tiveram a oportunidade de expor os seus produtos no 5º Festival Âncora Social, no dia 14 de abril de 2012, realizado nas instalações da Área Recreativa, Esportiva e Social em São Gonçalo (RJ).

O Festival mostrou-se uma excelente oportunidade para que as artesãs divulgassem os trabalhos que desenvolvem, expandindo os negócios e conquistando novos clientes. O Diretor-Geral do Pessoal da Marinha, Almirante-de-Esquadra Luiz Fernando Palmer Fonseca, prestigiou o



Voluntárias artesãs expõem produtos

trabalho das profissionais, ao visitar a barraca e proferir palavras de incentivo às vendas. Entre os produtos, estavam: caixas decorativas, fuxico, *biscuit*; panos de prato; e bolsas.

Em São Pedro da Aldeia, essas mulheres dispõem de um Box, chamado "Força do Artesanato", que é uma loja das Voluntárias Cisne Branco, localizada na Praça das Águas, onde expõem e comercializam os produtos para turistas e moradores da região ↴

ComForAerNav

## VOLUNTÁRIAS APOIAM SOCIEDADE DE SÃO PEDRO DA ALDEIA



Crianças da Casa de Apoio Sementes do Amanhã

Desde sua fundação, o Departamento Voluntárias Cisne Branco Seccional de São Pedro da Aldeia organiza, anualmente, no mês de dezembro, um Bazar de roupas e outros artigos doados pela Família Naval, para serem vendidos a Praças até a graduação de Terceiro-Sargento, a um custo mais baixo. A verba arrecadada é utilizada na manutenção dos projetos desenvolvidos pelas VCB ao longo do ano.

Com o intuito de também colaborar com a sociedade da região, em junho de 2012, foram repassados para a Casa de Apoio Sementes do Amanhã, em São Pedro da Aldeia,

parte do material angariado para os bazares. As VCB de São Pedro da Aldeia sentem-se honradas de poder ajudar as crianças da cidade que acolheu a Aviação Naval.

Sementes do Amanhã é uma instituição de natureza filantrópica, voltada para as atividades de reforço escolar e, também, de socialização e recreação, de 95 crianças, do Jardim de Infância até a 5ª série. Segundo o Fundador e Presidente em Exercício, Sr. Álvaro Gilberto Gonzaga Souza de Barros, a doação foi muito proveitosa, visto que a instituição deve colocar os artigos à venda em seu brechó, ajudando, assim, a aumentar a renda ↴



Com2ºDN



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE SALVADOR (BA)

### Perfil

A Srª Sílvia Schwingel Dias é a atual Diretora Seccional das VCB de Salvador (BA). Esposa do Vice-Almirante Antônio Fernando Monteiro Dias, assumiu a função em 27 de abril de 2012, em substituição a Srª Maria Cristina Veloso Mamede Amaral.

Após realizar algumas reuniões com as esposas de Oficiais e Praças da Área do Comando do 2º Distrito Naval, a Diretora Seccional deu andamento aos projetos pré-existentes e começou o trabalho de atendimento aos anseios de seu público-alvo, estabelecendo novas metas, como promoção a realização de feiras e aulas para o aprimoramento do artesanato e culinária. Concomitante a isso, foi inaugurado, o Espaço Cultural “Marcílio Dias”, voltado ao bem-estar da criança e do adolescente, com salas para a promoção de aulas de música, leitura de livros, apresentação de vídeos, etc.

## III ENCONTRO DA MATURIDADE

Com2ºDN


Atividade física realizada junto ao Farol da Barra, em Salvador (BA)



Em comemoração ao Dia Internacional do Idoso, a Diretoria Seccional das Voluntárias Cisne Branco de Salvador, em parceria com o Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM), do Comando do 2º Distrito Naval, e com o Serviço Social do Hospital Naval de Salvador, realizou o III Encontro da Maturidade, em 5 de outubro de 2011, nas dependências da Área Recreativa Esportiva Social Cabana da Barra.

O encontro reuniu 100 participantes, entre militares da reserva, servidores civis aposentados, pensionistas com idade a partir de 60 anos e acompanhantes. Foram realizadas atividades lúdicas, socioeducativas e de entretenimento. Os alunos da “Oficina de Música e Percussão para Idosos”, no Centro de Convivência de Idosos, abriram o evento, com uma apresentação musical.

Como início das atividades, foi ministrada palestra com o tema “Envelhecimento Saudável”, pela gerontóloga Lucinha Palmeira, professora da Faculdade da Felicidade, um espaço voltado para a Terceira Idade, que oferece cursos, atividades, reuniões e palestras para o público idoso.

O diferencial deste tipo de encontro realizado pelas VCB, que está em sua terceira edição, é a possibilidade de conduzir os participantes para os ambientes externos, mantendo-os em contato com a natureza. Com essa proposta, foi realizada, também, uma atividade física nas areias da Praia do Farol da Barra, além de um passeio histórico-cultural ao Museu Palacete das Artes, que abriga em seu acervo as obras do Escultor Rodin 

## VOCÊ SABIA? VOCÊ SABIA?

### GERONTOLOGIA

É a área de conhecimento que estuda o processo de envelhecimento humano de modo a atender às necessidades físicas, emocionais e sociais do idoso. Envolve a criação, o planejamento e a organização de projetos que visam ao bem-estar do idoso em seus aspectos psicológico, físico e social. A Gerontologia busca prever e dimensionar os problemas e assistir às pessoas da terceira idade, atuando também no combate ao preconceito e a atos considerados inapropriados de famílias e organizações assistenciais.

Em linhas gerais, a Gerontologia cuida da personalidade e da conduta dos idosos, levando em conta os aspectos ambientais e culturais do envelhecer, enquanto a Geriatria é um ramo da medicina que envolve o estudo das doenças da velhice e seus tratamentos.



## OFICINA DE MÚSICA PARA IDOSOS

Música e percussão entusiasmam participantes



Como resultante do sucesso na Oficina de Iniciação Musical, voltada para crianças e adolescentes, na Vila Naval da Barragem, a Diretoria Seccional das Voluntárias Cisne Branco de Salvador, por meio do Projeto "Apoio ao Idoso", resolveu iniciar em 3 de agosto de 2011, a "Oficina de Música e Percussão para Idosos". Iniciada com um grupo de vinte e dois idosos, a oficina ocorre semanalmente, no Centro de Convivência de Idosos, localizado no Hospital Naval de Salvador.

O professor de música, que também é voluntário, Edson Quesada, disponibiliza tempo, dedicação, alegria e seus instrumentos, para usufruto dos idosos. A iniciativa de utilizar a música como forma de expressão e união do grupo, tem despertado a atenção de outros idosos, que começam a também querer fazer parte do grupo ↴

Informações pelos telefones: (71) 3507-3782/3871, ou pelo e-mail: [dsecvcb.sa@2dn.mar.mil.br](mailto:dsecvcb.sa@2dn.mar.mil.br) e site: [www.com2dn.mar.mil.br](http://www.com2dn.mar.mil.br).

## APOIO DAS VOLUNTÁRIAS NAS AÇÕES CÍVICO-SOCIAIS

Por meio da iniciativa da Diretoria Seccional das Voluntárias Cisne Branco de Salvador, muitas instituições foram agraciadas com doações de alimentos angariados ao longo do ano de 2011.

Os alimentos arrecadados na apresentação da Banda Sinfônica dos Fuzileiros Navais, em julho de 2011, e na Festa Folclórica Regional da área do Comando do 2º Distrito Naval, em agosto do mesmo ano, foram doados a instituições carentes de Salvador, selecionadas pelas VCB, para atender aos propósitos dos seus grupos de trabalho, em especial, ao Grupo de Apoio às Pessoas com Deficiências e ao Grupo de Apoio ao Idoso.

A partir de 27 de julho de 2011, teve início a entrega do material obtido. A primeira instituição beneficiada foi a "Lar Vida", que presta um serviço de referência no apoio a crianças deficientes carentes, sem apoio familiar, encaminhadas por meio do Juizado da Infância e da Juventude, do Conselho Tutelar e do Ministério Público. Na ocasião, foram entregues 460 quilos de alimentos.

Outras instituições também contempladas com os alimentos foram: "Irmã Dulce", que recebeu mais de 700 quilos; "Núcleo de Apoio ao Combate do Câncer Infantil", com 600 quilos, tendo sido selecionado,



em decorrência da valiosa contribuição, para o aumento da expectativa de vida das crianças com câncer, em situação socioeconômica e familiar de extrema pobreza, procedentes da zona rural e municípios da Bahia; e o Asilo São Lázaro, ao qual foram entregues 141 quilos, arrecadados pela Capitania dos Portos da Bahia, durante a Campanha Legal no Mar, realizada em Salvador. O Asilo abriga mais de 100 idosos em estado de vulnerabilidade social e sem apoio familiar ↴

Mais informações pelo telefone: (71) 3507-3782/3871, ou pelo e-mail: [dsecvcb.sa@2dn.mar.mil.br](mailto:dsecvcb.sa@2dn.mar.mil.br) e pelo site [www.com2dn.mar.mil.br](http://www.com2dn.mar.mil.br).





Com2ºDN

# INAUGURAÇÃO DO ESPAÇO CULTURAL MARCÍLIO DIAS



A Diretora Seccional de Salvador, Srª Sílvia Schwingel Dias, cercada pelas crianças

Os moradores da Vila Naval da Barragem (VNB), localizada em Paripe, Salvador (BA), passaram a contar com um novo espaço destinado à cultura e ao lazer. No dia 6 de outubro de 2012, foi inaugurado, pelo Comandante do 2º Distrito Naval, Vice-Almirante Antônio Fernando Monteiro Dias, o Espaço Cultural Marcílio Dias (ECMD).

Instalado em uma área de 427 m<sup>2</sup>, o ECMD dispõe de sete espaços climatizados, que abrigam: biblioteca equipada com computadores conectados à *Internet*; sala de aula; infantil; de música com isolamento acústico; e infraestrutura necessária para a realização de atividades culturais e pedagógicas. O espaço irá

beneficiar, prioritariamente, crianças e adolescentes, dependentes das cerca de 400 famílias de Praças residentes na VNB.



A iniciativa da construção deve-se à atuação das Voluntárias Cisne Branco (VCB), que receberam ajuda de colaboradores de Salvador e da própria Administração Naval. Em seu pronunciamento, na cerimônia de inauguração, a Diretora Seccional das VCB de Salvador, Srª Sílvia Schwingel Dias, agradeceu as doações recebidas e o trabalho de todos os envolvidos na prontificação da obra. Fez, ainda, um breve histórico da iniciativa, destacando o trabalho da ex-Diretora Seccional, Srª Maria Cristina Veloso Mamede Amaral, no desenvolvimento do projeto ↴



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE NATAL (RN)

### Perfil

A Srª Catarina Walker Gambôa é a atual Diretora Seccional das VCB de Natal (RN). Esposa do Vice-Almirante Bernardo José Pierantoni Gambôa, assumiu a função em 20 de abril de 2012, em substituição a Srª Silvia Helena Mandelli Manso Pinho.

Para o ano de 2012, a Diretora Seccional de Natal, juntamente com as Voluntárias Cisne Branco da área do Comando do 3º Distrito Natal, deu continuidade ao trabalho que vinha sendo realizado pelas Diretoras precedentes. Em conjunto com o N-SAIPM, estabeleceu como metas o patrocínio de eventos de interesse da Família Naval, principalmente aqueles identificados nas palestras e encontros realizados; a captação de recursos para a consecução das ações sociais planejadas; e o apoio às ações promovidas pelas VCB de Pernambuco e de Fortaleza.

## BRINQUEDOTECA “O MARUJINHO” MOVIMENTA CRIANÇA



Espaço infantil incentiva a leitura

Pensando na diversão das crianças dependentes de Praças, foi inaugurada, no dia 18 de novembro de 2011, a Brinquedoteca “O Marujinho”, pela Diretora Seccional das Voluntárias Cisne Branco (VCB) de Natal, Srª Silvia Helena Mandelli Manso Pinho, com a presença do Comandante do 3º Distrito Naval, Vice-Almirante Airton Teixeira Pinho Filho. O evento contou com a participação de crianças que divertiram-se com o teatro de fantoches, o cantinho da leitura, os jogos educativos, a casa de brinquedo e o cinema.

O espaço infantil fica na Área Esportiva, Recreativa e Social Atlântico, localizada em

Natal (RN) e tem o propósito de proporcionar às crianças, até os 11 anos, um ambiente seguro e reservado para a aprendizagem e o desenvolvimento de habilidades de forma natural e agradável.

Idealizado e desenvolvido pela Seccional das VCB de Natal, com o apoio da Diretora Departamental das VCB, Srª Sheila Royo Soares de Moura, o projeto integra o funcionamento da brinquedoteca à própria programação cultural e social do clube. Enquanto os pais estão usufruindo das facilidades do local, as crianças têm a oportunidade de participar de diversas atividades, num espaço que é todo delas, além de se transportarem para o mundo da imaginação.

“O Marujinho” tem permitido uma interação maior entre pais e filhos, bem como sua utilização nos diversos projetos promovidos pelo Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha do Comando do 3º Distrito Naval, em prol da Família Naval 🚢





## ARTESÃS EXPÕEM EM SHOPPING DE NATAL

Com3ºDN


O Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM), do Comando do 3º Distrito Naval, promoveu, entre os dias 22 e 28 de novembro de 2011, no



Artesãs beneficiadas pelo Projeto "ArtesaMar"

Shopping 10, em Natal (RN), uma exposição com os trabalhos de 11 artesãs beneficiadas pelo Projeto "ArtesaMar".

As artesãs puderam comercializar seus produtos no Shopping, entre os quais estavam expostos: pintura em tecido; caixas de madeira; tapetes de crochê; chocolates; e *biscuit*. O resultado foi considerado positivo, pois as vendas foram boas e ainda resultou em várias encomendas. Uma oportunidade de geração de renda para as esposas de militares que fazem parte desse projeto, além da chance de ampliar a divulgação de seus trabalhos para outros públicos.

Mensalmente, o N-SAIPM promove exposições de artesanato no ARES Atlântico e, esporadicamente, em eventos promovidos pela Marinha, como o Encontro de Amigos Especiais, a Festa Julina e os da Associação de Veteranos. Além desses, as artesãs também expõem em eventos externos: no Parque das Dunas, na Árvore de Natal e nas exposições de artesanato do Governo do Estado do Rio Grande do Norte, visto que o Projeto ArtesaMar é parceiro no Programa Estadual de Artesanato (PROART), da Secretaria de Estado do Trabalho, Habitação e da Assistência Social 

## 1º ENCONTRO DAS VCB SECCIONAL DE NATAL

Com3ºDN

A Capitania dos Portos do Ceará (CPCE), em conjunto com a Escola de Aprendizes-Marinheiros do Ceará (EAMCE), promoveu, no dia 27 de abril de 2012, o 1º Encontro das Voluntárias Cisne Branco Seccional de Natal, no Ceará.


O evento ocorreu na sede da CPCE e contou com a participação das Oficiais e servidoras civis assemelhadas das Organizações Militares sediadas em Fortaleza e de diversas senhoras, entre esposas de Oficiais, da ativa, reserva e reformados, e dos integrantes da Sociedade Amigos da Marinha (SOAMAR-CE).

Foi realizada uma palestra de abertura das atividades, na qual a Srª Márcia Braz, representante da Seccional das VCB de Natal, abordou a criação, o propósito e as diversas atividades desenvolvidas pelas VCB no Brasil e, mais precisamente, em Natal (RN). Ressaltou, também, as perspectivas de eventos para o novo grupo, bem como a importância de tão abnegado trabalho para o bem-estar da Família Naval no Estado. O crescimento das VCB na região é fruto da união das voluntárias em desenvolverem um trabalho em conjunto para todos que necessitam.

Após a palestra, cerca de 40 participantes disponibilizaram-se como voluntárias para o início das atividades no Estado. Na ocasião, o Capitão dos Portos do Ceará, Capitão-de-Mar-e-Guerra Adatao Braz da Silva Junior; o Comandante da EAMCE, Capitão-de-Fragata



A Capitania dos Portos do Ceará sediou o evento

Jackson Sales da Silva; e o Agente da Capitania dos Portos em Aracati, Capitão-Tenente (AA) José Antônio Câmara Pereira, colocaram as instalações das respectivas Organizações Militares à disposição para as reuniões e atividades sociais que a Seccional das VCB de Natal vierem a desenvolver no Ceará 



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE BELÉM (PA)

### Perfil

A Srª Poliane Jabur Sobrinho é a atual Diretora Seccional das VCB de Belém (PA). Esposa do Vice-Almirante Ademir Sobrinho, assumiu a função em 4 de janeiro de 2012, em substituição à Srª Márcia Maria José Lopes de Menezes.

As metas da Diretora Seccional de Belém para 2012 foram: promover curso de corte e costura para as mulheres; aulas de futebol para crianças e adolescentes; ampliação das turmas de natação e hidroginástica; continuação dos ciclos de palestras; proporcionar cursos profissionalizantes para as mulheres; e aumentar o número de crianças nas atividades socioeducativas.

## APOIO A PROJETOS SOCIAIS



Voluntárias em ação durante bazar beneficente

Para que os projetos saiam do campo das ideias e se concretizem em ações, as Voluntárias Cisne Branco Seccional de Belém organizaram eventos beneficentes ao longo do 1º semestre de 2012, com o propósito de arrecadar fundos.

No dia 1º de abril, foi realizado um Chá das VCB no Centro Esportivo e Recreativo (CER) Espadarte, que reuniu recursos

para a realização do Bazar do Dia das Mães. A confraternização, que homenageou as aniversariantes do primeiro semestre, contou com a presença das Oficiais e esposas de Oficiais da área do Comando do 4º Distrito Naval. As participantes tiveram à disposição oficinas de automaquiagem, concorreram a sorteio de brindes.

Durante o evento, foi apresentada a nova Diretora Seccional

das VCB de Belém, Srª Poliane Jabur Sobrinho, que falou sobre as novas metas para 2012.

O Bazar do Dia das Mães ocorreu no dia 21 de abril de 2012, na Área Recreativa e Esportiva Veleiro, com a venda de utensílios domésticos a preço popular para as esposas de Praças 🇺🇸





## Com4ºDN

As aulas de futebol para os filhos de Praças, atividades esportiva desenvolvida pelas Voluntárias Cisne Branco Seccional de Belém, foram iniciadas em abril de 2012. As aulas são realizadas todos os sábados pela manhã na Área Recreativa e Esportiva Veleiro, com duas turmas divididas por faixa etária, sendo uma de 7 a 10 anos e outra de 11 a 15 anos.

O intuito é proporcionar às crianças e aos adolescentes um momento de diversão, coordenação motora e um incentivo para a prática de esportes. Elas participam com dedicação e percebem que é uma oportunidade de aprender a desenvolver as habilidades que podem estar adormecidas.

Como estímulo cultural aos jovens, as VCB inseriram mais



Aulas de violino

uma atividade voltada para crianças e adolescentes, entre 7 e 16 anos de idade. Em 2012, foram iniciadas aulas de violino

uma vez por semana, na ARES Veleiro, visando a colaborar com o desenvolvimento das habilidades musicais e fomentar a criatividade nos dependentes de Praças residentes em Belém 📍

## Com4ºDN

Em abril de 2012, as Voluntárias Cisne Branco Seccional Belém, iniciaram aulas de reforço de matemática para crianças. O sucesso da iniciativa deve-se à disponibilidade de duas Voluntárias: Srª Marília, esposa de Oficial, e Srª Cássia Heloisa, filha de Praça. Elas dedicam dois dias da semana, pela manhã e pela tarde, auxiliando os alunos que apresentam dificuldade de aprendizagem naquela matéria em suas escolas.

As aulas de reforço são dinâmicas e têm como diferencial a atenção voltada para a dificuldade individual de cada um. Atualmente, são beneficiadas 11 crianças, entre 9 e 13 anos de idade. A ação tem dado bons resultados, refletido no compromisso e no aproveitamento dos estudantes na escola e na grande satisfação dos pais 📍



Crianças beneficiadas com o reforço

## ESPORTE E CULTURA

## AULA DE REFORÇO DE MATEMÁTICA



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DO RIO GRANDE (RS)

Com5ºDN

### Perfil

A Srª Maria Célia González Delmas Küster é a atual Diretora Seccional das VCB do Rio Grande (RS). Esposa do Vice-Almirante Paulo Cezar de Quadros Küster, assumiu a função em 11 de abril de 2012, em substituição à Srª Maria de Fátima Leite dos Santos.

A principal meta da nova Diretora para 2012 foi possibilitar o aprendizado de alguma atividade produtiva que gere renda extra, proporcionando um maior entrosamento com a comunidade e a realização de sonhos ainda não concretizados. O Projeto "Oficinas" foi o foco das atividades das Voluntárias, destacando a importância dos encontros para criar vínculos de amizade, de forma a auxiliar no resgate da autoestima.

## VOLUNTÁRIAS PROMOVEM OFICINAS PARA ESPOSAS DE OFICIAIS E PRAÇAS

Com5ºDN



Oficina de pães

Possibilitar o aprendizado de uma atividade produtiva que gere renda extra, proporcionando um maior entrosamento com a comunidade e a realização de sonhos ainda não concretizados são alguns dos propósitos das Voluntárias Cisne Branco Seccional do Rio Grande que promoveram nos meses de maio, junho e julho de 2012, uma série de atividades para esposas de Oficiais e Praças do Comando do 5º Distrito Naval, residentes na cidade do Rio Grande (RS).

As VCB promoveram oficinas de cuidados com a pele; de pães; de modelagem em feltro; e de macramê. A voluntária Maria do Socorro, orientou as alunas sobre os cuidados diários com a pele, ensinando o passo a passo da limpeza, sua tonificação, hidratação e uso correto do filtro solar. "Estou super feliz com a dedicação das alunas, elas sanaram suas dúvidas e ainda se divertiram", comentou.

"Este ano, as oficinas foram o foco das atividades das Voluntárias", destacou a Diretora Seccional Célia Küster, enfatizando a importância dos encontros para as esposas criarem vínculos de amizade e uma forma de desenvolverem outras habilidades ↴

## VOCÊ SABIA? VOCÊ SABIA?

### MACRAMÊ

O Macramê é uma técnica de tecer fios que não utiliza nenhum tipo de maquinaria ou ferramenta. É uma forma de tecelagem manual. Trabalhando com os dedos, os fios vão se cruzando e ficam presos por nós, formando cruzamentos geométricos, franjas e uma infinidade de formas decorativas. O macramê tem duas formas mais conhecidas de trançado: o ponto "fostonê" e o ponto "nó duplo". No primeiro, dois fios são usados um esticado e o outro enlaça formando nós; no segundo, três fios são usados um esticado no meio e os outros dois enlaçam formando nós.

A palavra macramê significa "nó". Há versões que dizem que a palavra vem do árabe, outras do turco, outras ainda do francês. Mais provável é a origem do árabe migramah, que significa franja ornamental. Com a conquista da Península Ibérica, a técnica foi introduzida na Espanha e depois por toda a Europa. É uma arte que se originou na pré-história, quando o homem aprendeu a amarrar fibras para se agasalhar e criar objetos. Foi difundida no mundo por marinheiros que utilizavam a técnica para criar objetos marítimos que permutavam nos locais onde desembarcavam.

Até hoje, a arte de dar nós é muito apreciada pela habilidade do artesão e delicadeza do trabalho.



“Tarde Dançante” animou idosos

## VOLUNTÁRIAS ALEGRA INSTITUIÇÃO

Com5ºDN

O Asylo de Pobres do Rio Grande foi palco de uma demonstração de solidariedade na tarde de 13 de agosto de 2012. O evento, intitulado “Tarde Dançante”, foi promovido pela Seccional das VCB do Rio Grande com o intuito de levar um pouco de alegria aos vovôs e vovós que vivem na instituição.

A equipe, tomada pela vontade de ajudar ao próximo, buscou promover a valorização do ser humano e resgatar a autoestima dos idosos por meio da atenção especial das Voluntárias e da participação da Banda do Grupamento de Fuzileiros Navais do Rio Grande.

As marchinhas de carnaval tocadas pela Banda fizeram os cerca de 90 idosos relembrar de quando eram jovens. Eles passaram por todo um preparo para a “Tarde Dançante” com o apoio das Voluntárias, que realizaram corte de cabelo, pintura

de unhas, limpeza de pele e maquiagem. O Grupamento de Fuzileiros Navais do Rio Grande também disponibilizou barbeiro profissional para os vovôs.

Para a Diretora Seccional das VCB do Rio Grande, Maria Célia Küster, “o mais importante é levar alegria e promover um dia de resgate da autoestima desses que não recebem, com frequência, um carinho e atenção especial, já que muitas vezes são esquecidos por seus familiares”, destacou.

Durante a tarde, no meio do salão, vovôs, vovós e as Voluntárias dançaram muito e a canção Cisne Branco foi tocada pela Banda, a pedido, várias vezes, causando momentos de muita empolgação, levando às lágrimas a emocionada vovó Zulma Moreira Ávila, de 90 anos, “a melhor parte foi a dança. É uma alegria, só o que não gosto é da solidão”.

Os vovôs desfrutaram, ainda, um delicioso lanche e receberam kits, contendo artigos de higiene pessoal, cachecóis, sapatinhos e toucas de lã, produzidos pelas Voluntárias, para protegê-los das baixas temperaturas do rigoroso inverno riograndino 🇧🇷



Diretora Seccional das VCB do Rio Grande, Maria Célia Küster, ao lado de idoso



Com5ºDN

## BIBLIOTECA RECEBE LIVROS



Foram doados 110 exemplares

(Com5ºDN) promoveram a campanha “Livro – uma porta para o mundo”.

As doações feitas pelos integrantes das Organizações Militares subordinadas ao Com5ºDN, foram entregues, no dia 8 de dezembro, pela Diretora da Seccional das VCB do Rio Grande, Maria de Fátima Leite dos Santos, à bibliotecária daquele Comando.

Os 110 livros doados passaram a fazer parte do acervo destinado ao enriquecimento cultural dos militares e servidores civis sediados no Rio Grande 📖



Durante os meses de abril a novembro de 2011, as Voluntárias Cisne Branco (VCB) Seccional do Rio Grande, com

o apoio do Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha do Comando do 5º Distrito Naval

Com5ºDN

## VCB – RIO GRANDE PROMOVEM OFICINAS DE ARTESANATO

O Projeto “Oficinas”, desenvolvido pela Seccional das Voluntárias Cisne Branco do Rio Grande, que acontece às sextas-feiras, na sala das VCB, tem sido bastante procurado.

Recentemente, foram apresentadas quatro novas oportunidades para ampliar a renda familiar ou mesmo enfeitar o lar das 12 alunas que se dedicaram em aprender as técnicas de artesanato de “Scrapbooking”; “Scrapdecor”; “Almofada Favo de Abelha”; e “Decoupage”. A Diretoria Seccional, Célia Küster, comentou: “a procura foi tanta que, infelizmente, tivemos que limitar as inscrições das oficinas oferecidas, até que tenhamos maior espaço para atender a essa demanda que cresceu tão rapidamente”.

As instrutoras de artesanato estão animadas e já se programam para ensinar novas técnicas. Olhares atentos, criatividade e muita vontade de aprender foram alguns estímulos recebidos pelas voluntárias responsáveis pelas atividades 📖

Oficina de “scrapbooking”



Quem tiver interesse em inscrever-se nas Oficinas deve ligar para (53) 3233-6108 e procurar a Marinheira Josiele.





Com6ºDN



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE LADÁRIO (MS)

### Perfil

A Srª Ana Beatriz Silveira Salgado Dibo é a atual Diretora Seccional das VCB de Ladário (MS). Esposa do Contra-Almirante Rodolfo Frederico Dibo, assumiu a função em 24 de abril de 2012, em substituição à Srª Denise Gomes Fernandes de Mello.

A gestão atual tem se empenhado em contribuir para a promoção do bem-estar social e a melhoria da qualidade de vida da Família Naval do Pantanal. Entre os projetos programados para 2012, destacaram-se: “Contação de Histórias”, “Dando Asas à Imaginação”, “Qualidade de Vida na Melhor Idade”, empréstimo de cadeira de rodas, muletas e botas imobilizadoras, além da continuidade do “Pré-Natal Saudável”, “Bem-vindo ao Comando do 6º Distrito Naval” e “Rede de Talentos”.

Com6ºDN


## “DANDO ASAS À IMAGINAÇÃO”

Arte de contar histórias é uma tradição que se desenvolve desde a antiguidade. Há unanimidade entre os educadores de que uma criança que escuta muitas histórias amplia o seu universo literário. Além disso, a sua imaginação é estimulada por meio da construção de

imagens interiores, pois cada pessoa tem o seu próprio mundo imaginário.

A contação de histórias age na formação da criança em várias áreas, destacando-se, entre elas, o estímulo à leitura e o desenvolvimento intelectual e emocional, contribuindo para a sua socialização. E foi em busca

de resultados como esses, que as VCB Seccional de Ladário, iniciaram, no dia 31 de março de 2012, o Projeto “Dando Asas à Imaginação”, com contação de histórias para crianças entre 5 e 10 anos de idade.

O evento é realizado todo último sábado de cada mês, na Biblioteca João Lisbôa de Macedo, e conta com a participação de cerca de 20 crianças que, além de ouvirem as histórias, interagem em uma oficina de artes 



“Contação de histórias” é realizada na Biblioteca João Lisbôa de Macedo



## PROJETO “PRÉ-NATAL SAUDÁVEL”

Com6ºDN

A gestação é um momento muito importante na vida de uma mulher e mobiliza uma série de sentimentos nas pessoas envolvidas. Partindo dessa premissa, o Departamento das Voluntárias Cisne Branco Seccional de Ladário, em parceria com o Hospital Naval de Ladário e o Corpo de Bombeiros, realizou, pelo terceiro ano consecutivo, o Projeto “Pré-Natal Saudável”.

Formado por um grupo de 11 gestantes, esposas de militares e servidores civis, elas participaram ao longo do ano de 2012 de várias palestras ministradas por: obstetra; nutricionista; pediatra; odontopediatra; psicólogo; terapeuta ocupacional; enfermeira; e por oficial do Corpo de Bombeiros. Durante os encontros, as gestantes se sentiram à vontade em tirar dúvidas com os profissionais. Elas foram orientadas sobre a importância do vínculo afetivo entre a mãe e o bebê, tipos de parto, primeiros socorros e os cuidados necessários para a chegada de um recém-nascido na família.

A mulher grávida passa por uma série de transformações, tanto físicas quanto psicológicas. Nesse período, algumas adaptações são necessárias. Portanto, quanto mais acesso à informação elas tiverem, mais tranquilas ficarão.

Ao final dos encontros, o grupo recebeu um certificado, juntamente com um kit para compor o enxoval do bebê 🐣



Projeto beneficia famílias há três anos

## PROJETO “PROMOVENDO A QUALIDADE DE VIDA NA MELHOR IDADE”

Com6ºDN



Participantes da palestra realizada na Associação dos Militares da Reserva da Marinha

Acreditando que é possível chegar à terceira idade com qualidade de vida, mantendo a saúde equilibrada, as VCB Seccional de Ladário resolveram fazer

uma ação que atendesse às necessidades dos idosos, muitas vezes esquecidos pela sociedade.

No dia 16 de junho de 2012, elas realizaram um café da manhã para lançamento do Projeto “Promovendo a Qualidade de Vida na Melhor Idade”. Durante o evento, a enfermeira voluntária e professora da Universidade Anhanguera Uniderp, Graciane Nascimento, ministrou palestra na Associação dos Militares da Reserva da Marinha (AMRM). Na oportunidade, foram distribuídos fôlderes educativos e aplicada uma pesquisa de interesse para planejamento das próximas atividades.

Por meio da parceria entre as VCB e a AMRM, outras atividades voltadas para os idosos estão sendo desenvolvidas, sempre com o propósito de informar e contribuir para a melhoria da qualidade de vida dessas pessoas, incentivando a participação na sociedade e o convívio em grupo 🐣



Com7ºDN



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE BRASÍLIA (DF)

### Perfil

A Srª Marcia Monteiro Mathias é a atual Diretora das VCB Seccional de Brasília (DF). Esposa do Vice-Almirante José Carlos Mathias, assumiu a função em 18 de abril de 2012, em substituição à Srª Lúcia Maria Botto Polido Loureiro.

À frente das VCB, a nova Diretora elencou como metas para 2012 a manutenção dos projetos bem-sucedidos que já vinham sendo implementados e o desenvolvimento de novos, tendo como base as visitas e pesquisas realizadas. Segundo ela, os principais objetivos foram: buscar minimizar as dificuldades da Família Naval, principalmente as dos moradores da Vila Naval Visconde de Inhaúma (VNAVI) e do Guará, bem como incentivar maior união e confraternização das esposas de Oficiais e Praças, da ativa e da reserva, com o propósito de minimizar os possíveis problemas decorrentes das movimentações dos militares, como o distanciamento da família.

## FAMÍLIA NAVAL GANHA CENTRO COMUNITÁRIO “CISNE BRANCO”

Com7ºDN



VCB reunidas durante a inauguração

“Não vejo a hora de matricular minha filha de 14 anos no curso de informática. Quero investir em seu futuro profissional”, comemorou Adriana Tupinambá, esposa de um militar do Comando do 7º Distrito Naval. Solange de Fátima Pereira, mãe de Pedro, de apenas dois anos, sonha com a construção de uma creche para deixar o filho, enquanto participa dos cursos de culinária, artesanato e beleza que serão promovidos no local. “Queremos criar um ambiente de acolhimento e bem-estar, além de dar a essas mulheres a oportunidade de contribuir com a renda familiar”, declarou a Diretora Seccional das VCB de Brasília 🚢

A Família Naval de Brasília recebeu mais um espaço de convivência, integração e lazer. Em setembro de 2012, foi inaugurado o Centro Comunitário “Cisne Branco” (CISBRAN), no Guará (DF), onde vivem 550 famílias de militares e servidores civis da Marinha. O prédio, de aproximadamente 350 m<sup>2</sup>, possui duas salas de aula para cursos de capacitação profissional e um salão para eventos sociais e comunitários. A construção havia sido mencionada na última edição da revista Âncora Social, na seção Perspectiva.

Durante a cerimônia, o Comandante da Marinha, Almirante-de-Esquadra Julio Soares de Moura Neto, acompanhado do Comandante do 7º Distrito Naval, Vice-Almirante José Carlos Mathias, da Diretora Departamental das Voluntárias Cisne Branco, Srª Sheila Royo Soares de Moura, e da Diretora Seccional de Brasília daquela instituição, Srª Marcia Mathias, descerraram a placa de inauguração do CISBRAN. “Na próxima fase, construiremos as instalações de lazer que já estão planejadas”, disse o Comandante da Marinha, referindo-se aos projetos do parque infantil, quadra de esportes e churrasqueira.



Comandante do 7º Distrito Naval, Vice-Almirante José Carlos Mathias, e Diretora das VCB Seccional de Brasília, Srª Marcia Mathias, com Família Naval



## “CHÁS BENEFICENTES” COM NOVA ROUPAGEM

Com7ºDN



Grupo de dança flamenco

Um evento que é tradicional entre as diversas Seccionais em todo o Brasil, o “Chá Beneficente” das VCB tem o intuito de estreitar os laços de amizade, por meio de uma confraternização em um ambiente agradável, além de arrecadar recursos financeiros para subsidiar as ações sociais das Voluntárias, ao longo de cada ano. Em Brasília, são trimestrais e realizados no Salão de Chá do Clube Naval.

Pensando em alternativas para deixar o Chá ainda mais acolhedor, a Diretora Seccional Lucia Loureiro e a voluntária Márcia Fontenelle,

coordenadora do evento, resolveram inserir outros atrativos em 2011. Entre as novidades, estavam apresentações de música das crianças que participam do Projeto “Força no Esporte” coordenado pelo Grupamento de Fuzileiros Navais de Brasília; de dança Flamenco e dos alunos do Projeto de Música, desenvolvido pela voluntária Yara Salema; além de performance poética e apresentação de grupos de dança.

As novas apresentações são uma oportunidade para todas conhecerem os trabalhos desenvolvidos pelas VCB de Brasília. Em dezembro, no Chá de encerramento das atividades de 2011, as presentes conheceram de perto o que os alunos do Projeto de Música aprenderam em três meses de aula. A apresentação envolveu teclado, voz, flauta e violão. Para as irmãs Cassiana e Cássia, moradoras da VNAVI, “a música inspirou nossas vidas, ajudou muito no nosso desenvolvimento escolar e social, colocou um colorido, trouxe alegria para os nossos dias”.

Em 2012, a nova Diretora, Marcia Mathias, deu continuidade às apresentações nos Chás e, com a colaboração da nova coordenadora, a voluntária Luciana Carteri Couto Bastos, trouxe a Nutricionista Primeiro-Tenente (RM2-S) Deisilane de Oliveira França da Silva, em maio de 2012, para falar sobre “Alimentação da mulher nas fases da vida”. No penúltimo Chá do ano, em agosto, foi distribuído pôster apresentando um resumo dos programas da Seccional às potenciais colaboradoras. Além da distribuição de sacolas das VCB, feitas com material reciclado, houve, também, um desfile de moda e a exposição dos produtos confeccionados pelas artesãs 🍷



Apresentação dos alunos do Projeto de Música



## BAZAR BENEFICENTE

Com7ºDN

Realizado há alguns anos, o Bazar Beneficente das Voluntárias Cisne Branco de Brasília tem como propósito angariar recursos financeiros para a realização de projetos sociais em auxílio à Família Naval, bem como promover cursos profissionalizantes e atividades desportivas.

É uma oportunidade para aquisição de produtos de boa qualidade, novos e usados, em bom estado de conservação, a preços bem abaixo dos praticados no mercado. O que é arrecadado com a venda das doações contribui para as ações sociais que as Voluntárias desenvolvem na região.

A edição de 2011 foi realizada em 19 de novembro e atraiu mais de 200 pessoas ao Clube Almirante Alexandrino (CAALEX). Entre os produtos, estavam: edredons, travesseiros, roupas, sapatos, bolsas, brinquedos, eletroeletrônicos, itens de decoração, entre outros.

O Bazar Beneficente é preparado ao longo do ano pelas VCB sob a coordenação da Voluntária Ana Cristina Carvalho. Segundo ela, "o sucesso do evento tem a preciosa colaboração de todas as amigas que doam peças e ajudam, de acordo com suas disponibilidades, preparando os produtos para serem expostos à venda, além de participarem com muita alegria e solidariedade, no dia do bazar".

As VCB reúnem-se na Sala das Voluntárias, no Clube Naval de Brasília, para separar os produtos. No dia do evento, colaboram na venda para Praças, servidores civis assemelhados e seus dependentes, que chegam cedo ao local a fim de garantir as compras. Eles aguardam ansiosos, ao longo do ano, a chegada do dia do bazar que, para eles, tem um significado bem especial 📌

Voluntárias separam os produtos para o bazar



## PROJETO DE LEITURA RECEBE DOAÇÃO DE LIVROS

Com7ºDN

O Projeto de Leitura "Brincando com as palavras: Navegando nas Histórias" é desenvolvido para os moradores da Vila Naval Almirante Visconde de Inhaúma (VNAVI), na Biblioteca "Linda Galera", e atende crianças, adolescentes e alunos do Centro de Ensino Fundamental Sargento Lima, localizado no interior da VNAVI.

VCB de Brasília doaram 500 livros à Biblioteca

O propósito é promover atividades que estimulem o gosto pela leitura, a fim de enriquecer o vocabulário e levar os participantes a viajar pelo mundo da imaginação, ajudando na produção de textos e colaborando com a construção da reflexão crítica.

Dessa forma, a Diretora Seccional das VCB de Brasília, Srª Marcia Mathias, promoveu uma campanha de doação de livros e brinquedos educativos, na Festa Julina, realizada no Clube Naval de Brasília (DF), em julho de 2012. A barraca das VCB conseguiu arrecadar cerca de 500 livros infantis e didáticos, além de brinquedos, que foram doados à Biblioteca "Linda Galera", em agosto. Na ocasião, a Srª Marcia Mathias explicou para as crianças o valor da leitura e como elas podem viajar pelo mundo através dos livros.

No dia da entrega dos exemplares doados, as crianças estavam curiosas e atentas e aguardaram um sinal verde da nova coordenadora do projeto, Srª Samantha Mattos, para mergulharem no mundo da imaginação. No mesmo dia, cada um pode levar para casa os livros tão esperados. Atualmente, a Voluntária Samantha faz um trabalho com os alunos da Escola e com as crianças da VNAVI, duas vezes por semana, no período da tarde 📌





## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE SÃO PAULO (SP)

Com8ºDN

### Perfil

A Srª Maria Teresa da Fonseca Hermes Ornellas de Gusmão é a atual Diretora Seccional das VCB de São Paulo. Esposa do Vice-Almirante Luiz Guilherme Sá de Gusmão, assumiu a função em 26 de abril de 2011.

A proposta para o ano de 2012 foi dar continuidade ao Projeto “Educação Continuada” que visa a promover peças teatrais e palestras sobre: prevenção ao uso de drogas e às doenças sexualmente transmissíveis, principais doenças crônicas (diabetes, hipertensão arterial), orientação à saúde para mulheres, planejamento familiar e orçamento doméstico. Também permaneceram sendo implementados o treinamento para o primeiro emprego, a orientação vocacional para jovens, bem como os cursos de artesanato e “Como se relacionar com pessoas”, ambos voltados para as esposas dos militares.

## VOLUNTÁRIAS DE SÃO PAULO E “AMÉRICAS AMIGAS” UNIDAS PELA SAÚDE DA MULHER

Com8ºDN



Comando do 8º Distrito Naval, VCB e “Américas Amigas” juntos na prevenção e combate ao câncer de mama

Em homenagem ao Dia Internacional da Mulher, que é comemorado em 8 de março, Voluntárias da Seccional de São Paulo levaram para o auditório do Comando do 8º Distrito Naval (Com8ºDN) uma palestra sobre o tema “Câncer de Mama”. A iniciativa foi uma parceria entre o Comandante do 8º Distrito Naval, Vice-Almirante Luiz Guilherme Sá de Gusmão, a Diretora Seccional das VCB de São Paulo, Maria Teresa da Fonseca Hermes Ornellas de Gusmão e a Associação “Américas Amigas”, por intermédio de sua presidente, Francisca de Paula Harley.

A apresentação foi realizada, dia 6 de março de 2012, pelo Prof. Dr. Sérgio Simon que é médico, Doutor em Ciências na Área de Imunologia pela Universidade de São Paulo. Atualmente é professor adjunto do Departamento de Oncologia Clínica Experimental da Universidade Federal de São Paulo.

O palestrante trouxe informações sobre a prevenção e detecção precoce do câncer de mama na mulher, assim como esclareceu muitas dúvidas da plateia num debate enriquecedor. Vários aspectos dentro da temática foram abordados, como: câncer de mama no mundo e no Brasil, diagnóstico e tratamento; diagnóstico precoce e casos bem sucedidos, além de relatos de mulheres curadas.

O evento contou com a presença das militares da Marinha, Exército e Aeronáutica, das Voluntárias Cisne Branco, das representantes da “Américas Amigas”, das esposas dos militares, das Soamarinas e das funcionárias civis 🍷



Com8ºDN

## COMEMORANDO O “DIA DAS MÃES”



Aula de panificação, com direito à degustação, agradou a todos

No dia 15 de maio de 2012, foi realizada uma confraternização para homenagear o Dia das Mães, organizada pelas Voluntárias Cisne Branco que contou com a presença da Srª Maria Teresa da Fonseca Hermes Ornellas de Gusmão, Diretora Seccional de São Paulo, demais voluntárias, Soamarias, Oficiais e Praças do Comando do 8º Distrito Naval (Com8ºDN) e do Centro Tecnológico da Marinha em São Paulo (CTMSP).

Foram programadas atividades descontraídas e enriquecedoras. Dentre elas, destacaram-se a aula de panificação apresentada pelo Capitão-de-Corveta (CN) Odécio Lima de Souza, durante a qual foram produzidos, pelas participantes, pães doces e salgadinhos, com direito à degustação. Para as crianças foram realizadas atividades recreativas orientadas pelas Oficiais do N-SAIPM.

Ao final da comemoração, a declamação do poema “Mãe”, de autoria de Dom Marcos Barbosa, deixou os presentes emocionados 🚢

## VCB REALIZAM AÇÃO CÍVICO-SOCIAL NO CLUBE ESCOLA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO

Com8ºDN

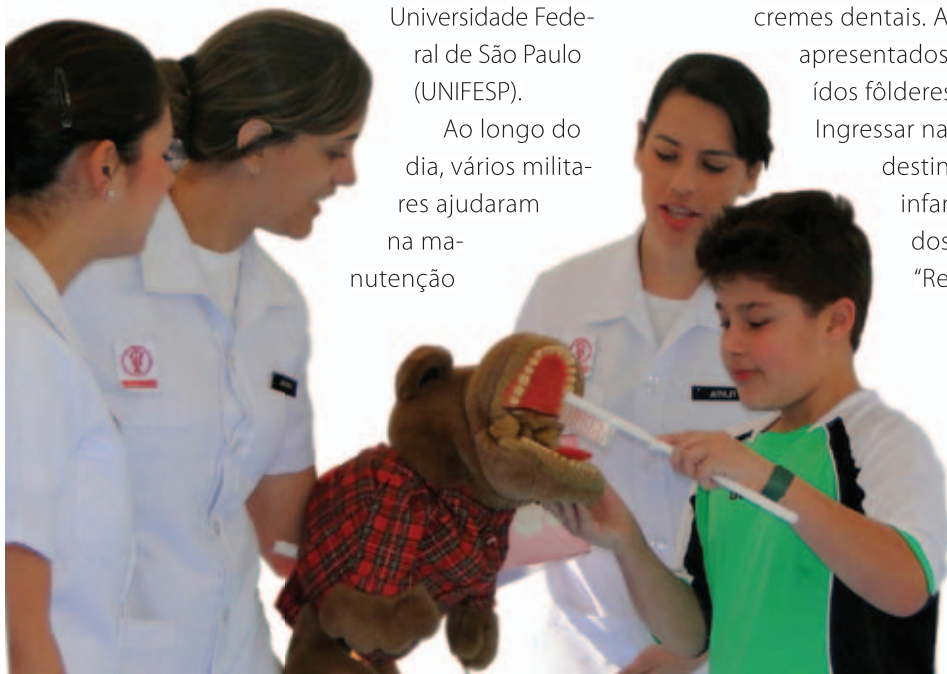
Sempre empenhadas na promoção do bem-estar da Família Naval, as Voluntárias Cisne Branco Seccional de São Paulo, realizaram uma Ação Cívico-Social, em parceria com o Comando do 8º Distrito Naval, no dia 11 de agosto de 2012,

no Clube Escola da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP).

Ao longo do dia, vários militares ajudaram na manutenção

das instalações da escola, além de prestarem atendimentos médico e odontológico, contribuindo para a melhoria de condições clínicas dos moradores das proximidades, de filhos de militares, servidores e alunos da Escola Paulistinha da UNIFESP. Aproximadamente 300 pessoas participaram da palestra sobre higiene bucal e receberam escovas de dente e cremes dentais. Ainda durante o evento, foram

apresentados vídeos institucionais e distribuídos pôsteres sobre “Amazônia Azul” e “Como Ingressar na Marinha”. Para as crianças, foi destinada uma área de recreação infantil, com animadores e brinquedos, além de uma peça de teatro “Reclamações do Dente Gigante” 🚢



De forma lúdica, militares da Marinha ensinam criança a escovar os dentes corretamente



## DIRETORA SECCIONAL DAS VOLUNTÁRIAS CISNE BRANCO DE MANAUS (AM)

Com9ºDN

### Perfil

A Srª Valéria Baptista Frade Carneiro é a atual Diretora Seccional das VCB de Manaus (AM). Esposa do Vice-Almirante Antonio Carlos Frade Carneiro, assumiu a função em 15 de abril de 2011.

A meta da atual Diretora para 2012 foi dar continuidade aos projetos: Central de Oportunidades, Musicalização, Horta, Incentivo ao Esporte, Família Naval e Casa de Apoio ao Ensino.


## PROMOVENDO A CAPACITAÇÃO DE DEPENDENTES

Com9ºDN

Capacitar e promover a inserção de dependentes de militares no mercado de trabalho de Manaus é uma das metas do Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM) do Comando do 9º Distrito Naval (Com9ºDN), em parceria com as Voluntárias Cisne Branco (VCB) Seccional de Manaus. Criado em 2006, o Projeto "Central de Oportunidades" tornou-se um elo entre os dependentes, o mercado de Recursos Humanos e Empresas que estão à procura de pessoas interessadas em se candidatar a uma vaga.

No dia 17 de setembro de 2011, buscando estreitar laços com as empresas de grande porte, instaladas no Pólo Industrial de Manaus, o N-SAIPM e as VCB assistiram à palestra "Comunicação Eficiente, Natural e Necessária", realizada pelo Coordenador de Responsabilidades Social, Péricles Balderrama, e pela Coordenadora de Marketing, Valéria Rosa, ambos da

Fundação Nokia de Ensino (FNE). Essa fundação, sem fins lucrativos e de reconhecida qualidade técnica, já participa do Programa "Marinheiro Cidadão", ministrando cursos de qualificação aos marinheiros recrutas do Com9ºDN, a fim de capacitá-los para o mercado de trabalho ao término do Serviço Militar.

O evento foi realizado no auditório da FNE com a participação da Diretora da Seccional de Manaus, Valéria Baptista Frade Carneiro, da Diretora do Projeto, Rosângela Fonseca Leite, da Encarregada do SAIPM, Capitão-Tenente Valéria, e de dependentes dos militares. A palestra elaborada pelos profissionais da FNE, contemplou técnicas de comunicação verbal direcionadas para entrevista e comunicação no âmbito corporativo, a fim de capacitar os dependentes para entrevista de emprego, como parte do Projeto "Central de Oportunidades" das Voluntárias Cisne Branco 



Palestra orientou sobre os aspectos da comunicação no mercado de trabalho





# APRESENTAÇÃO DAS VCB SECCIONAL MANAUS

Com9ºDN



Esposas dos Oficiais recém-chegados ao Comando do 9º Distrito Naval foram recepcionadas com um chá que apresentou o trabalho das VCB na região

No dia 22 de março de 2012, o Comandante do 9º Distrito Naval, Vice-Almirante Antonio Carlos Frade Carneiro, ofereceu um chá às esposas dos Oficiais que chegaram ao Comando do 9º Distrito Naval este ano, com o propósito de apresentar a importância do trabalho voluntário para a Marinha do Brasil e divulgar os projetos da Seccional das Voluntárias Cisne Branco (VCB) de Manaus, visando a

continuidade das atividades desenvolvidas em 2011 e agregar novas voluntárias.

Durante o evento, as participantes trocaram experiências vivenciadas em outros Distritos Navais, além de sugerirem a criação de novos projetos. A apresentação contou, ainda, com a participação de empresárias que apoiam as VCB em Manaus.

O segundo encontro contou com a presença das esposas dos Oficiais e Praças que embarcaram, em 2012, no Com9ºDN e em suas Organizações Militares subordinadas. O evento aconteceu no dia 26 de abril de 2012, na Área Recreativa Esportiva e Social Cisne Branco, na Vila Buriti, e teve como propósito apresentar a importância do trabalho que as VCB desenvolvem. Durante o evento, os alunos do Projeto de Musicalização fizeram uma apresentação musical, demonstrando o aprendizado que tiveram no projeto e a potencialidade e o alcance das ações sociais das VCB



"Âncora Social" lida atentamente por uma das participantes

# CONHECENDO OS DIREITOS DA MULHER

Com9ºDN

O Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM) do Comando do 9º Distrito Naval realizou a palestra "Violência contra Mulher", em parceria com a Fundação Centro de Análise, Pesquisa e Inovação Tecnológica (FUCAPI), com o Centro Estadual de Referência e Apoio à Mulher (CREAM) e com a Seccional das Voluntárias Cisne Branco (VCB) de Manaus, no dia 21 de junho de 2012, nas dependências da Área Recreativa Esportiva e Social Cisne Branco.

A palestra contou com a presença de 20 voluntárias, foi ministrada pela Psicóloga Amabel Santos Batista do CREAM, que abordou as Violências Psicológica, Sexual, Patrimonial e Moral e as Medidas Protetivas de Urgência contra o Agressor e em favor da Vítima. Segundo ela, a realização dessa palestra "só vem a contribuir. Primeiro para as mulheres que passam a ter um conhecimento mais aprofundado sobre os seus direitos e, depois, para o CREAM, que tem a oportunidade de divulgar os serviços que o Estado disponibiliza às mulheres vítimas de violência doméstica".

A Srª Érica Campos Otávio, esposa do Suboficial (AM) Otávio Bernardino Duarte, disse que a palestra serviu para conhecer os seus direitos e onde recorrer em casos de uma agressão familiar. A palestra, voltada às mulheres dependentes de militares da Marinha do Brasil, faz parte do Projeto "Viver

Bem", que é desenvolvido pelo N-SAIPM e está vinculado ao Programa "Qualidade de Vida".

De acordo com a coordenadora do Projeto "Viver Bem", Primeiro-Tenente (RM2-S) Katiúscia, essa é a primeira de um ciclo de palestras que serão voltadas à mulher como, por exemplo: Saúde da Mulher; Papéis da Mulher na Atualidade; entre outras. Também estão previstas, no projeto, atividades esportivas, ações de grupos terapêuticos, passeios e outros eventos que contribuem para a qualidade de vida e integração social das mulheres





DASM

# IPERÓ VAI ABRIGAR NOVO NÚCLEO DE ASSISTÊNCIA INTEGRADA AO PESSOAL DA MARINHA

**E**m breve, a Família Naval da área de Iperó (SP) poderá contar com a ampliação de sua rede assistencial, com a instalação do Núcleo de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM) no Centro Experimental Aramar (CEA). A Assessoria de Serviços Sociais do Centro Tecnológico da Marinha em São Paulo (CTMSP) está acompanhando a fase de finalização do projeto executivo destinado à construção da futura instalação.


A implantação do N-SAIPM na região é fruto da retomada do Programa Nuclear da Marinha e

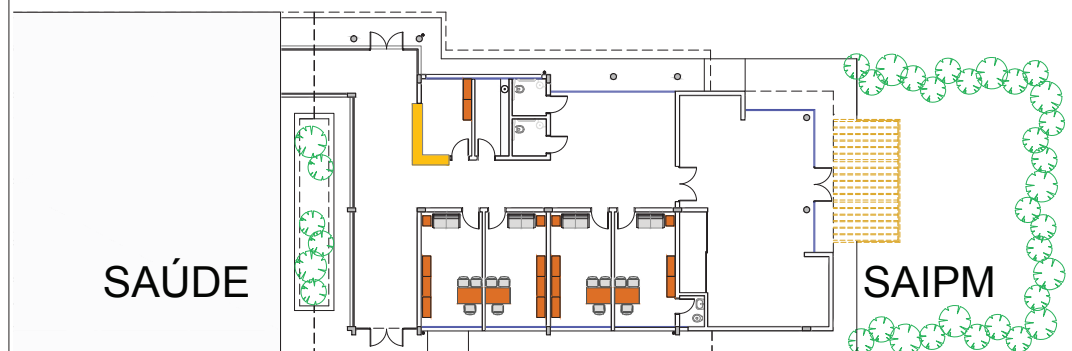
incremento acelerado de suas atividades, que vem acarretando maior número de movimentações de Oficiais, Praças e Servidores Civis dos diferentes quadros e especialidades para a região. Assim, fez-se necessária a destinação de uma nova área, mais ampla e confortável, para absorver os profissionais da Assistência Integrada, bem como ofertar um espaço apropriado à crescente demanda da Família Naval.

Atualmente, o Centro Tecnológico é classificado como uma Organização Militar com Facilidades de Serviço Social (OMFSS), atendendo a todos os militares, servidores civis e

seus dependentes em atividades locais, tanto em São Paulo – sede do CTMSP, como no CEA.

O espaço a ser destinado ao N-SAIPM prevê quatro salas de atendimento, além da área de recepção, arquivo, banheiros e um lugar para atividade interdisciplinar, bem como jardim interno voltado para práticas coletivas.

O projeto de implantação do N-SAIPM é desenvolvido pela Coordenadoria de Infraestrutura do CTMSP, em atividade conjunta às ações de readequação das áreas de atendimento do Departamento de Saúde daquela Organização Militar 





# NAVEGANDO NAS ONDAS DO RÁDIO

MANAUS - 99,9 MHz

SÃO PEDRO DA ALDEIA - 99,1 MHz

CORUMBÁ - 105,9 MHz

site: [www.mar.mil.br/radiomarinha](http://www.mar.mil.br/radiomarinha)



Centro de Comunicação Social da Marinha



# UMA CHANCE À VIDA...

Sabemos que o câncer de mama está entre as principais causas de mortalidade entre as mulheres no mundo todo, mas no Brasil essa realidade é ainda mais triste, pois estima-se que a doença vitime uma mulher a cada 36 minutos. Essa estatística torna-se ainda mais cruel, porque muitas delas são mães e, também, arrimo de família, que ao adoecerem deixam órfãos desassistidos emocionalmente e com dificuldades financeiras.

Diante desse triste quadro e inconformadas com tal situação, no ano de 2009, um grupo de amigas, entre as quais Andrea Pereira, Chella Safra, Maria Antonia Civita, Renata Feffer e eu, lideradas por Barbara Sobel – esposa do então embaixador dos Estados Unidos no Brasil –, juntou-se e decidiu fundar a “Américas Amigas” para lutar pela diminuição do número de mortes causadas pelo câncer de mama no Brasil, principalmente entre a população de baixa renda.



Capitão-Tenente (T) Ivone de Oliveira, paciente de 71 anos que fez mamografia a bordo do Navio-Auxiliar “Pará” e Presidente da “Américas Amigas”, Srª Francisca Harley

Com grande entusiasmo e determinação, demos início aos nossos primeiros projetos e, em 2010, tornamo-nos uma OSCIP (Organização da Sociedade Civil de Interesse Público), o que possibilitou-nos trabalhar mais fortemente para promover o acesso ao exame de mamografia a um número cada vez maior de brasileiras.

Hoje, temos mamógrafos e Sistemas de Mamografia Computadorizada distribuídos por todo o País, beneficiando Hospitais, Santas Casas e Centros de Saúde, cujo atendimento prioritário esteja voltado às populações carentes. Como sabemos que muitas dessas instituições enfrentam toda sorte de dificuldades, temos trabalhado, também, para promover a reciclagem dos técnicos que operam os aparelhos doados. Acreditamos que contar com profissionais treinados de acordo com padrões internacionais faz toda a diferença na detecção precoce do câncer de mama.

Assim, alcançamos, até o presente momento, a marca de 22 instituições de saúde beneficiadas no País, entre as quais o Navio-Auxiliar “Pará” e o Navio de Assistência Hospitalar “Dr. Montenegro”, ambos da Marinha do Brasil, que nos dão



Américas Amigas

especial orgulho e satisfação. Tudo isso em virtude da dedicação dos nossos membros, quase todos voluntários, e da generosidade dos doadores e patrocinadores dos projetos.

Apadrinhados pela Srª Adrienne Senna Jobim, esposa do então Ministro da Defesa Nelson Jobim, os projetos dos Navios de Assistência Hospitalar, implantados no ano de 2010, são pioneiros e permitem que as mulheres de populações ribeirinhas da Região Norte do Brasil tenham, pela primeira vez, acesso à mamografia.

Enfrentar um desafio como esse só se tornou possível devido ao esforço conjunto da “Américas Amigas”, da empresa General Eletric, responsável pela adaptação dos equipamentos às instalações daqueles Navios, e da Marinha, que modificou as embarcações de modo que todas as necessidades técnicas fossem atendidas.

Recentemente, a convite da Marinha, tive o privilégio de fazer parte de uma das viagens do Navio-Auxiliar “Pará” e confesso que fiquei comovida com o atendimento singular dado à população dessas áreas longínquas. As dificuldades enfrentadas pela tripulação e a constatação da dura realidade vivida pelos ribeirinhos deu-me ainda mais forças para continuar abraçando essa causa.

Sei que os desafios continuam, mas todas nós da “Américas Amigas” nos sentimos com ânimo e garra para seguir em frente. Principalmente, certas da continuidade do apoio daqueles que, durante todos esses anos, têm nos creditado confiança. Juntos, é possível continuar dando uma “chance à vida” às mulheres brasileiras e, em especial, às ribeirinhas.

Francisca de Paula Harley

**Presidente da “Américas Amigas”**



Presidente da “Américas Amigas”, Srª Francisca Harley / Foto: Divulgação Marie Claire

The Oi logo consists of the lowercase letters 'oi' in white, set against a bright yellow, irregularly shaped background that resembles a drop or a splash. The 'o' is a simple circle, and the 'i' has a small dot above it.

oi

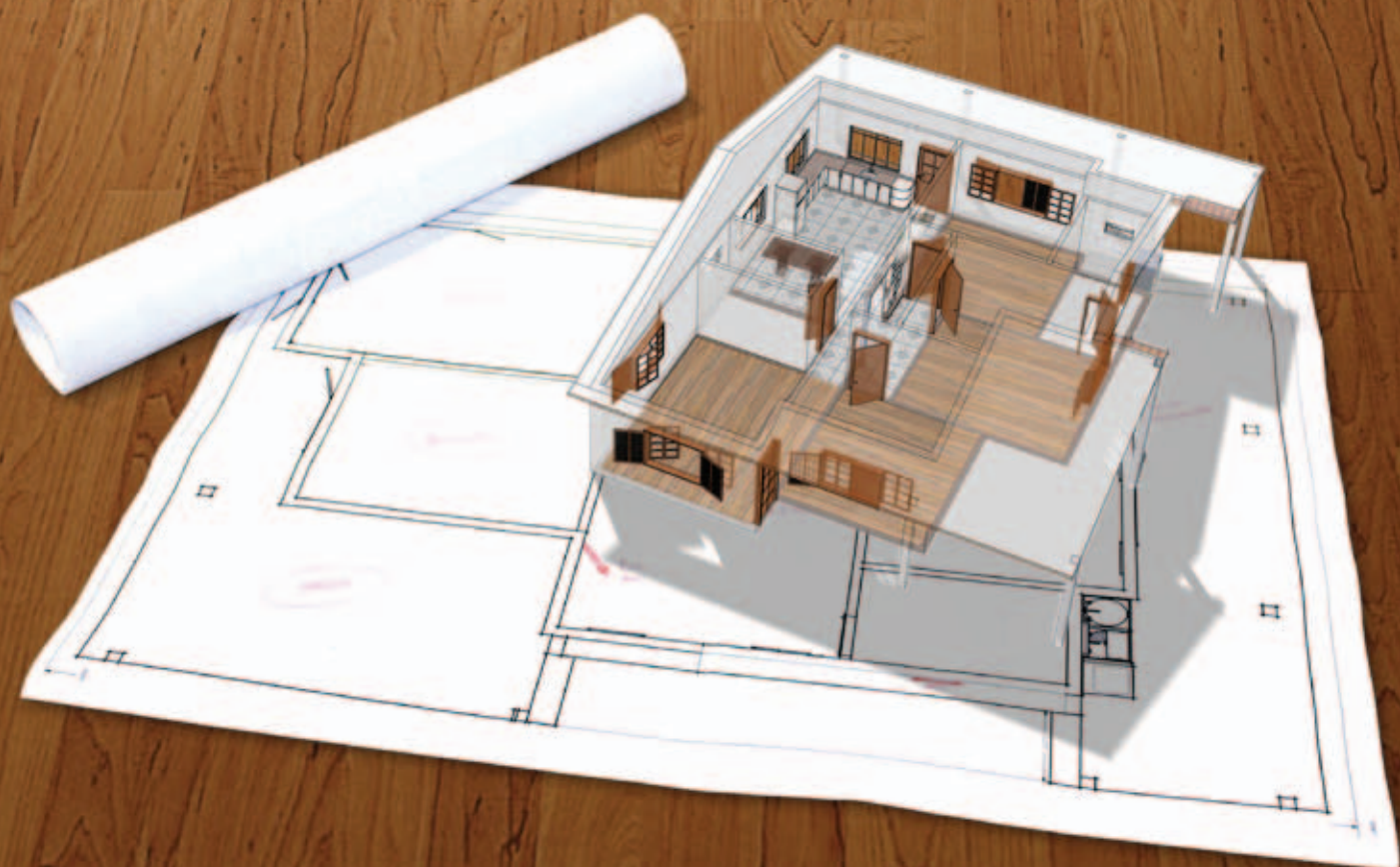
# A VIDA ÚTIL DO SEU CELULAR ACABOU? PRA GENTE, NÃO.

TRAGA SEU APARELHO E SUA BATERIA ANTIGOS  
PRA RECICLAGEM NUMA LOJA OI.

A Oi tem compromisso com a natureza. São várias iniciativas no seu Programa Oi de Sustentabilidade e um único objetivo: promover um futuro melhor pra todos. Isso se traduz na permanência da Oi pelo quarto ano no ISE (Índice de Sustentabilidade Empresarial) e pelo segundo ano no ICO2 (Índice Carbono Eficiente), ambos os índices iniciativas da BM&FBovespa. É a Oi fazendo a sua parte, pra você também fazer a sua. Consulte os pontos de coleta:

[www.oi.com.br/coletadebaterias](http://www.oi.com.br/coletadebaterias)

**Com a POUPEX é assim,  
você decide adquirir a sua casa própria e,  
quando menos espera, o sonho  
sai do papel.**



**Aquisição de imóvel residencial ou comercial, novo ou usado, construção de imóvel residencial, aquisição de terreno e de material de construção, com as melhores condições, e agilidade na liberação do crédito.**

**Mais informações: 0800 61 3040**

**ESCRITÓRIO REGIONAL DA FHE - SEDE - BRASÍLIA-DF - ESSED**

Av. Duque de Caxias, s/nº - Parte A - Térreo - Setor Militar Urbano - 70630-902  
Brasília-DF - Fone (61) 3314.7578 - FAX (61) 3314-7835

**[www.casapropriapoupepex.com.br](http://www.casapropriapoupepex.com.br)**

