



Fechamento autorizado, pode ser aberto pela ECT

Informativo da Organização dos Aposentados e Pensionistas da UFMG

#136  
MAR/ABR/MAI  
2025

# em açaó



**ATENÇÃO:  
UFMG ESTÁ  
REDUZINDO  
BENEFÍCIOS**

**De Sabará ao Leste Europeu: Clube de Viagem da OAP  
leva associados e amigos a todos os cantos do mundo!**

OAP OFERECE  
DIVERSOS TIPOS  
DE ATIVIDADES  
AOS ASSOCIADOS

CLUBE DE VIAGEM:  
FIQUE DE OLHO  
NAS DATAS DAS  
EXCURSÕES

# EDITORIAL

## EM AÇÃO: OAP OFERECE VÁRIOS TIPOS DE ATIVIDADES

*Aleixina Maria Lopes Andalécio  
Presidente da OAP*

### ATENÇÃO ASSOCIADOS

A OAP/UFMG disponibiliza assessoria jurídica aos seus associados, serviço que contempla orientação jurídica em todas as áreas, além de acompanhamento e resolução de questões administrativas junto à UFMG, sem nenhum custo adicional.

O serviço é prestado por advogada devidamente capacitada e com experiência profissional. Assim, o associado pode ter um atendimento individual e agendado previamente, para todo o suporte necessário às suas demandas jurídicas.

De vento em popa! É assim que a OAP iniciou o ano de 2025. O Clube de Viagem, que no final de 2024 levou associados para chupar jabuticaba em Sabará, conhecer o Leste Europeu e passear pelo Uruguai, já começou o ano embarcando no Trem da Vale rumo a Vitória, em fevereiro. O Clube programou também passeios para os próximos meses, tendo como destinos Cuba, Fernando de Noronha e China. As viagens estão entre as atividades preferidas dos associados da OAP. Aliás, é por isso que foi instituído o sorteio de uma viagem em território nacional entre aqueles associados que indicarem novas filiações. Divulgue a OAP para seus amigos e participe desse sorteio!

Mas nem só de viagens vivem os aposentados, é preciso manter o cérebro em atividade, por isso vários cursos e oficinas estão sendo oferecidos por nossa organização: Treinamento da Memória, Criação Literária (uma turma no Conservatório UFMG e outra na sede da OAP), Dança Sênior (uma turma na Faculdade de Medicina e outra na sede da OAP), Uso de Iphone (na Faculdade de Medicina) e Meditação para Iniciantes. E se você quiser compartilhar seu conhecimento com os demais associados, entre em contato conosco e ofereça um curso ou oficina.

A reabertura da Tarde Cultural trará uma interessante palestra com a geriatra e gerontóloga Mônica Campanha, idealizadora do exclusivo programa ALPES (Assessoria para Longevidade e Planejamento do Envelhecimento Saudável). Ela vai nos orientar sobre como construir uma longevidade com saúde. Não deixem de assistir! Em abril, esse evento não será realizado, devido ao feriado, mas, em maio, teremos o relato do professor Luiz Henrique Rosa, do ICB, sobre a primeira expedição oficial do Brasil ao Ártico, da qual ele é coordenador. E assim, vamos retomando nossas atividades, sempre em busca de uma melhor qualidade de vida para nossos associados. Mas, antes de tudo, é preciso que você, leitor, participe dessas atividades. Compareça! Venha encontrar velhos amigos e fazer novas amizades! A OAP te espera de braços abertos!

### CONTATO

☎ 3409-4505 [www.oapufmg.org.br](http://www.oapufmg.org.br)  
 📞 99241-0269 [f Aposentados da Ufmg](https://www.facebook.com/AposentadosdaUfmg)  
 📧 [oapufmg@terra.com.br](mailto:oapufmg@terra.com.br) [@OAPUfmg](https://www.instagram.com/@OAPUfmg)  
 📷 [@aposentadosdaufmg](https://www.instagram.com/@aposentadosdaufmg)

### EXPEDIENTE

Presidente: Aleixina Maria Lopes Andalécio  
 Endereço: Av. Antônio Carlos, 6627 - 2º andar da Praça de Serviços, Campus da UFMG. CEP 31270-901  
 Redação, edição e diagramação: MVM Comunicação - [informe@oapufmg.org.br](mailto:informe@oapufmg.org.br)  
 Jornalista responsável: Marcelo Guimarães - Reg. Prof. - MG 06172 JP

# ATENÇÃO ASSOCIADOS!

## UFMG está reduzindo benefícios

Pensionistas e aposentados da UFMG a partir de 12/11/2019, que recebem mais de um benefício (aposentadoria ou pensão) estão sendo notificados para formalizar a opção pela integralidade de um dos benefícios, com aplicação do redutor no(s) outro(s). Isso se deve implantação da Emenda Constitucional 103/2019 que altera o sistema de previdência social e estabelece regras de transição e disposições transitórias. Essa notificação é feita exclusivamente via

e-mail, dando um prazo de 30 dias para a formalização. Caso não seja feita a opção, a UFMG irá fazê-la de forma unilateral, ou seja, sem o consentimento do aposentado e/ou pensionista.

A OAP/UFMG, visando auxiliar seus associados nesse procedimento, informa que é possível agendar atendimento jurídico individual com a nossa advogada ou solicitar orientação por meio do e-mail [oapufmg@terra.com.br](mailto:oapufmg@terra.com.br). Fiquem atentos!

### EXERCÍCIO É VIDA

## Conheça o Laboratório do Movimento, na UFMG



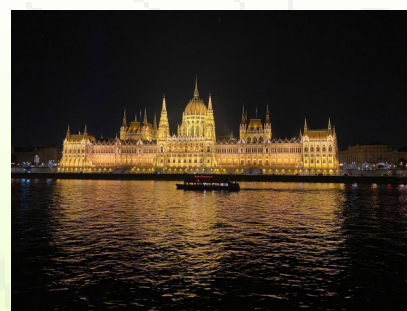
A Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais (EEFFTO/UFMG) coordena o Laboratório do Movimento (LAB.MOV), um projeto de extensão instalado na Faculdade de Medicina, que oferece a prática de exercícios físicos à comunidade.

Entre os objetivos do LAB.MOV, está fomentar a prática de atividades físicas, terapêuticas e de lazer entre os pacientes do Hospital das Clínicas da Universidade Federal de Minas Gerais e comunidade em geral. Trata-se de uma academia moderna, com as atividades supervisionadas por profissionais altamente capacitados, a preços acessíveis.

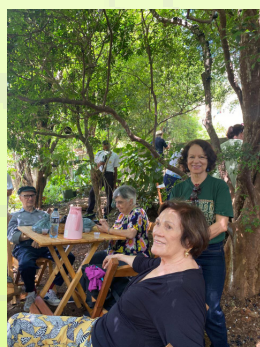
Conheça e participe das atividades do Laboratório do Movimento, que funciona no subsolo da Faculdade de Medicina. É lá também que são dadas as aulas do curso de Dança Sênior, oferecido pela parceria entre a Afamed e a OAP, e feitos os ensaios do grupo Ciranda de Minas, da Afamed.

## GALERIA - Confira as fotos dos eventos mais recentes da OAP

### Clube de Viagem - Leste Europeu - 31/10 a 13/11



### Clube de Viagem - Sabará - 20 de novembro



### Clube de Viagem - Uruguai - 10 a 19/12



### Clube de Viagem: Próximas excursões

- **POÇOS DE CALDAS** - Vinícola Casa Geraldo e Olival **FINAL DE MAIO**
- **RETIRO DAS ROSAS** - Queijaria em Cachoeira do Campo **MEADOS DE JULHO**
- **PERU** - Lima, Cusco, Puno, lago Titicaca **22/08 a 01/09**
- **PARÁ** - Alter do Chão, Belém e Ilha de Marajó **FINAL DE SETEMBRO**  
(início dos pagamentos até 15/04)
- **GRÉCIA** - Atenas e ilhas gregas **19 a 31/10**  
(início dos pagamentos até 14/04)
- **SÃO LOURENÇO / CAXAMBU** **INÍCIO DE NOVEMBRO**
- **PORTO DE GALINHAS** **INÍCIO DE DEZEMBRO**

#### A T E N Ç Ã O

Quem indicar um aposentado ou pensionista que se associar à OAP, concorre a uma viagem nacional.

Participe do sorteio!!!

# Espaço da Criação literária

**AMOR**

Ronald Claver

**NA ESQUINA DO POEMA TE ENCONTREI.**

**SUA BOCA SENSUALIZAVA BEIJO,  
MOLHADO CORPO REVELAVA O MAPA  
DOS DESEJOS: BICOS, BOCA, BUNDA  
ERAM NAUS, ILHAS, RIOS, MONTANHAS  
E OUTROS RELEVOS E MARES. NO  
PORTAL DO ENCONTRO, RABISQUEI  
PALAVRAS PERIGOSAS E ME PERDI EM  
SEU FOGO.**

**PRECISO DOBRAR A ESQUINA DESTE  
POEMA E CAPRICHAR NA CALIGRAFIA  
DE SEU CORPO.**

## Nosso Encontro retorna em abril

Desde o final de 2024, o Nosso Encontro passou a ser realizado no espaço da cantina do Centro Esportivo Universitário da UFMG (CEU/UFMG), retomando o formato original desse evento, um ambiente mais intimista, visando a socialização, a conversa, a música e, para aqueles que quiserem, a dança. A próxima edição vai ocorrer em abril, em data a ser divulgada posteriormente. Segundo orientação da diretoria do CEU, os associados que desejarem participar do Nosso Encontro precisarão, a partir de agora, se filiar ao clube. Para simplificar esse processo, o associado pode enviar os documentos necessários (foto 3x4 com fundo claro, sem óculos, com a expressão neutra e boa qualidade; documento de identidade - RG ou CNH -, com foto e número de CPF; último contracheque UFMG) para a o email da OAP (oapufmg@terra.com.br), que fará a inclusão, em trabalho conjunto com os estagiários do CEU. Será então gerada uma Guia de Recolhimento da União (GRU), no valor de R\$ 35,00, para docentes aposentados, ou R\$ 10,00 para os técnicos-administrativos. Essa guia deve ser paga exclusivamente no Banco do Brasil. Uma vez efetuado o pagamento, o comprovante também deve ser enviado para o email da OAP, que vai incluí-lo no sistema do CEU. Portanto, se você é da turma que gosta de encontrar amigos, bater um bom papo, ouvir boa música, beber uma coisinha e comer um delicioso tira-gosto, faça já a sua filiação!

## ATENÇÃO

Não esqueça de  
atualizar seus contatos  
(e-mail e Whatsapp)  
para continuar  
recebendo informações  
sobre as atividades.  
Salve nosso número  
na sua agenda do seu  
celular!

**(31) 99241-0269**

# AGENDA

## Tarde Cultural

# 20/3

### Como construir uma longevidade com saúde



**Dra. Mônica Campanha**

- Médica Geriatra titulada pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia
- Gerontóloga pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia
- Mestre em Neurociências
- Professora dos cursos de pós graduação da PUC Minas e AfyaMED

**Sede da OAP - Campus da UFMG**

**16h**

**Gratuito**

## Tarde Cultural

# 15/5

### Extremófilos polares: diversidade, biotecnologia e desafios frente às mudanças climáticas extremas



**Luiz Henrique Rosa**

Doutor em Microbiologia (com ênfase em Micologia). Atua no Programa Antártico Brasileiro (PROANTAR) em estudos de taxonomia, diversidade e ecologia de fungos da Antártica e Ártico e sua utilização em processos biotecnológicos.

**Sede da OAP - Campus da UFMG**

**16h**

**Gratuito**

## Inscreva-se nas atividades da OAP

### • Oficina de Criação Literária

14h às 15h30

Terças-feiras: Conservatório UFMG

Quartas-feiras: Sede da OAP

Mensalidade: R\$75,00 - Associados

### • Curso de Dança Sênior

Segundas-feiras: 14h - Sede da OAP

Terças-feiras: 15h - Faculdade de Medicina

Mensalidade: R\$ 70,00

### • Oficina de Meditação para Iniciantes

6/5 a 24/6

Às terças-feiras, das 10h às 11h30

Valor: R\$100,00

### • Oficina de Treinamento da Memória

Terças-feiras: 15h30 às 17h - Sede da OAP

Valor: R\$200,00 - Associados

## Fique atento

No ano passado, a OAP/UFMG firmou parceria com o Instituto de Pesquisas e Projetos Empreendedores (IPPE), que oferece cursos gratuitos, palestras, consultorias e outros conteúdos ligados à Educação Empreendedora, on-line e presenciais, voltados para o público idoso, para divulgação dessas atividades junto aos nossos associados. Entretanto, tendo em vista o grande número de atividades oferecidas pelo IPPE, a Diretoria da OAP decidiu não vai mais divulgá-las, exceto aquelas consideradas de interesse mais geral. Quem tiver interesse em continuar a receber essa divulgação, pode entrar em contato com o Leandro, pelo telefone (31) 99683-6917.

Siga-nos nas redes sociais

[www.oapufmg.org.br](http://www.oapufmg.org.br)

Aposentados da Ufmg

@OAPUfmg

@aposentadosdaufmg