

Informativo

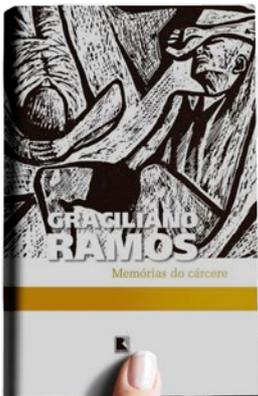


Núcleo de Aposentados
e Pensionistas



Meditação e autoconhecimento para uma melhor qualidade de vida

Nos dias 24, 25 e 26 de maio, acontece o 5º Festival de Yoga, no Tauá Grande Hotel e Termas de Araxá. O evento vai reunir professores e praticantes dessa arte milenar para trabalhar o tema interiorização. Entre as participantes está a professora de Yoga do SINJUS, Fátima Macedo. As atividades são abertas ao grande público. Para mais informações e inscrições, entre em contato com os organizadores por meio dos telefones (31) 99957-1779, 3141-1779 ou 3201-3664.



Se liga!

Marque na sua agenda. No dia 30/5 (quinta-feira), das 14h às 16h, tem Roda de Leitura na Sala de Atividades do SINJUS. O livro que será analisado será *Memórias do Cárcere - volume II*, do escritor Graciliano Ramos.

Saiba como não ser vítima de *fake news* na próxima reunião do NAP

Com as mídias sociais na palma da mão a qualquer tempo e lugar, estamos vivendo agora um momento em que há cada vez mais a propagação de notícias falsas, chamadas de "Fake News". Pela falta de familiaridade com as novas tecnologias, diversas pesquisas mostram que os idosos são mais propensos a serem vítimas desse tipo de fraude. Por isso, o SINJUS convidou a doutora em Comunicação Social Luciana Andrade Gomes Bicalho para orientar os participantes do NAP sobre como proceder ao receberem notícias por meio de aplicativos como Facebook, Twitter, Instagram e WhatsApp.

O grande desafio neste mundo hiperconectado é diferenciar informações falsas de verdadeiras, mas isso não é fácil. Se antes o conteúdo duvidoso vinha de sites e blogs de pouca expressão, agora, na tentativa de enganar os destinatários, muitas vezes os criminosos adulteram imagens fazendo parecer que foram publicadas por veículos de imprensa ou instituições de boa reputação. Assim, a regra é desconfiar de qualquer informação, até mesmo aquelas repassadas por amigos e familiares, pois eles também podem ter sido induzidos ao erro.

Para saber mais discas sobre esse assunto, compareça à **reunião do NAP no dia 13/5, às 14h30, na Sala de Atividades do SINJUS-MG.**



VIAGEM INTERNACIONAL DO NAP 2019

Embarque com o NAP em uma viagem por Portugal, Espanha e Marrocos

O próximo passeio internacional organizado pelo Núcleo de Aposentados e Pensionistas (NAP) do SINJUS-MG vai propiciar inesquecíveis vivências em terras lusitanas, espanholas e marroquinas. A viagem acontece entre os dias 26/9 e 11/10 (16 dias e 14 noites) e vai percorrer as localidades de Porto, Lisboa, Estoril, Cascais, Sintra e Évora, em Portugal; Sevilha, Córdoba, Granada e Algeciras, na Espanha; e Tanger, Fez, Rabat, Casablanca e Marrakech, no Marrocos.

Confira o roteiro que conta com a assistência da agência Saint Germain Turismo, a mesma empresa responsável pelo passeio de 2018 a Machu Picchu. O prazo para a formação do grupo é até 31/5 (mínimo de 20 pessoas). Para mais informações, ligue para o SINJUS no telefone (31) 3213-5247.

Passeio	Portugal, Espanha, Marrocos
Data	De 26/9 até 11/10
Número de dias	16 dias e 14 noites
Roteiro resumido	Porto, Lisboa, Estoril, Cascais, Sintra e Évora (Portugal) Sevilha, Córdoba, Granada e Algeciras (Espanha) Tanger, Fez, Rabat, Casablanca e Marrakech (Marrocos)
Itens incluídos	<ul style="list-style-type: none"> • Circuito em veículo de turismo com ar-condicionado; • Hospedagens em apto standard com café da manhã; • 09 Jantares nos hotéis; • Bilhete Trem 2ª classe Porto / Lisboa; • Travessia Tarifa / Tânger em Ferry Boat; • Entradas: Museu dos coches, Capela dos ossos Évora, Catedral Sevilha, Mesquita Córdoba, Capela Real e Mesquita Hassan II. • Guias locais falando espanhol /português; • Seguro assistência viagem.
Itens não incluídos	<ul style="list-style-type: none"> • Passagem Aérea; • Refeições não indicadas no roteiro, tampouco bebidas; • Excesso, extravio, danificação ou roubo de bagagens; • Gorjetas aos motoristas e guias locais; • Extras de caráter pessoal (telefonemas, bebidas, lavanderia); • Qualquer item mencionado como sugerido ou opcional; • Qualquer item não mencionado como incluso.
Investimentos	A partir de € 2.190 (R\$ 9.664*)

*Valor com base na cotação do dia 30/4/2019

Lazer e muita diversão nos clubes do Cruzeiro

Os filiados ao SINJUS têm isenção da taxa de adesão para se tornar sócios do Cruzeiro Esporte Clube e poder usufruir da infraestrutura dos clubes, que contam com piscinas, saunas, quadras, campos de grama sintética, salão de jogos, bares e restaurante. São duas unidades, uma no Barro Preto (Rua dos Guajajaras, 1.722) e outra na Região da Pampulha (Rua das Canárias, 254, Santa Branca). Para mais informações, entre em contato diretamente com o clube no (31) 3291-2599.



Expediente

Coordenador-geral: Wagner Ferreira

Diretor de Aposentados e Pensionistas: Alex Aguiar

Diretor de Comunicação: Nicolau Alves Prímola

Jornalistas: Bruno Carvalho e Laura Zschaber

Projeto gráfico e diagramação: Mitiko Mine

Revisão: Robert Wagner França

Av. João Pinheiro, 39 • Sobrelaja • Belo Horizonte • MG • Tel.: (31) 3213-5247 • www.sinjus.org.br



SINJUS MG