

NOTICIÁRIO DE BORDO



Ano III ■ nº 11 ■ abril/maio/junho de 2011

MARINHA DO BRASIL

Divulgação

11 de junho

Data Magna da Marinha

Aniversário da Batalha Naval do Riachuelo



Como no passado, em busca de vitórias

Confira os nossos Cadernos:

REMMAR

Remmar - 75 anos



JIPE

SIPM completa
15 anos de
atividade



ESPORTES NA MARINHA

Os Jogos da Paz
acontecem
agora em julho



BALCÃO NAVAL

- A** IMÓVEIS ALUGUEL
- B** IMÓVEIS VENDA
- C** VEÍCULOS
- D** ELETROELETRÔNICOS
- E** SERVIÇOS
- F** OUTROS

CLASSIFICADOS

Editorial

A capa desta edição é uma homenagem ao 146º aniversário da Batalha Naval do Riachuelo, data magna da Marinha do Brasil, é considerada uma das batalhas mais importantes da Guerra do Paraguai. Símbolo de bravura, patriotismo e reconhecimento da história brasileira, a heróica vitória deveu-se à coragem do Almirante Barroso, do Guarda-Marinha Greenhalgh, do Imperial Marinheiro Marcílio Dias e de outros heróis anônimos.

Como reconhecimento da dedicação e do trabalho que o Noticiário de Bordo desempenha, o Congresso da Sociedade de Cultura Latina (CSCL) - Seção Brasil condecorou o Jornal. Confira na página 03.

E mais, o NB atravessou o Oceano Atlântico para documentar o trabalho do

Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) no Posto Oceanográfico da Ilha da Trindade (POIT). Assistentes sociais e psicólogas, com o objetivo de aprimorar o Programa de Atendimento Social aos Militares e Servidores Civis em Missões Especiais e às suas Famílias, escutaram os militares do local. Conheça mais sobre a importância do POIT na página 08.

Outra matéria de destaque, na página 09, o estimado leitor conhecerá o novo Projeto de Orientação para a Reserva e Aposentadoria. O jornal está recheado de matérias para orientá-lo e entretê-lo, por isso, não deixe de ler a dica do professor Maulori Cabral para acabar com a dengue no Brasil.

Boa leitura e até a próxima edição!

A REDAÇÃO

Telefones úteis

Postos de Atendimento de Assistências e Seguros (mais informações no site www.abrigo.org.br)

(SEG a SEX, de 08 às 16Hs)

Rio de Janeiro

Seguros de Automóvel e Residencial: Telefones: (21) 2104-5380/ 2102-1312 - Retelma: 8110-5380

Seguros de Vida e de Acidentes Pessoais: Telefones: (21) 2104-5380/ 2102-1312 - Retelma: 8110-5380

Assistência Póstuma: Telefones: (21) 2104-5508/ 2518-4786 - Retelma: 8110-5508

Assistência Médica e Odontológica (Qualicorp): Telefones: (21) 2104-5375/ 2514-4000. Fax: (21) 2253-1433 - Retelma: 8110-5375

Emergências Médicas e Domiciliares: Telefone: (21) 2223-1386

São Pedro da Aldeia

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefone: (21) 2621-1093

Brasília

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefones: (61) 4329-1411/ 1581 - Retelma: 8910-1411/ 1581. Fax: (61) 3429-1191 - Retelma: 8910-1191

Assistência Médica e Odontológica (Qualicorp): Telefone: (61) 3429-1453 - Retelma: 8910-1453

Salvador

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefone: (71) 3507-3840 - Retelma: 8210-

3840. Telefax: (71) 3507-3842 - Retelma: 8210-3842

Assistência Médica e Odontológica (Qualicorp): Telefone: (71) 3507-3843 - Retelma: 8210-3843

Natal

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefone: (84) 3216-3360 - Retelma: 8311-3360

Assistência Médica e Odontológica (Qualicorp): Telefone: (84) 3216-3459. Telefax (84) 3211-9487 - Retelma: 8311-3459

Belém

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefone: (91) 3216-4479 - Retelma: 8410-4479

Assistência Médica e Odontológica (Qualicorp): Telefone: (91) 3216-4479/ (91) 3257-0737 - Retelma: 8410-4479

Rio Grande

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefax: (53) 3233-6169 - Retelma: 8510-6196

Ladário

Seguros de Vida, Acidentes Pessoais, Automóvel e Residencial: Telefax: (67) 3234-1230 - Retelma: 8610-2015

NOTICIÁRIO DE BORDO

Ano III - nº 11 - abril/maio/junho de 2011

Supervisão geral:
Abrigo do Marinheiro (AMN) - Matriz

Edição executiva:
Departamento de Serviços Sociais
do Abrigo do Marinheiro (DSS-AMN)

Coordenação:
Josiane Carrara

Jornalista responsável:
Júlia Moura

Colaboração:
Ana Lúcia Calixtrato de Almeida

**Projeto gráfico, diagramação
e ilustração:**
Aline Santos de Paula
Renata dos Santos Poires

Impressão:
Jornal do Commercio

Atendimento ao leitor:
DSS-AMN - Pça. Barão de Ladário, s/n,
20091-000, Centro, Rio de Janeiro, RJ.
Telefax.: (21) 2104-6893

Balcão na Internet:
<http://www.abrigo.org.br>
e-mail: balcao@abrigo.org.br
noticiario@abrigo.org.br

Atenção, colaboradores

Os conceitos emitidos nas matérias são de exclusiva responsabilidade de seus autores. Estão autorizadas transcrições integrais ou parciais das matérias publicadas, desde que mencionados o autor e a fonte. As matérias enviadas para publicação não serão devolvidas, mesmo que deixem de ser editadas. Aceita-se permuta ou intercâmbio. Mantenha o seu endereço atualizado.

Fotos e peças publicitárias destinadas à publicação devem ser enviadas à Redação em alta resolução (de 220 a 300 dpi), nos formatos JPEG ou TIFF. Fotos em arquivos do Word (.doc) ou baixadas da Internet não serão aceitas. Em caso de dúvidas, entrar em contato com a Redação pelo tel.: 2104-6893.

O Noticiário de Bordo tem abrangência nacional e, pretendendo torná-lo mais atraente, solicitamos o empenho de nossos colaboradores e leitores diversos, no sentido de enviar artigos a serem analisados para publicação, que sejam do interesse da Família Naval.

Senhores anunciantes, o Noticiário de Bordo não possui agenciadores para quaisquer tipos de cobrança e afins. Solicita-se a quem for contactado por elementos não-credenciados na forma descrita, que comunique, de imediato, por meio do telefax.: (21) 2104-6893.

Ressalta-se que a simples menção do nome de um elemento como autor de fotos e artigos publicados no Noticiário de Bordo não constitui credenciamento.

MARINHA DO BRASIL

Batalha Naval do Riachuelo - Data magna da Marinha

A Marinha do Brasil comemora no dia 11 de junho, o 146º aniversário da Batalha Naval do Riachuelo - Data Magna da Marinha - considerada pelos historiadores militares como uma das batalhas mais importantes da Guerra do Paraguai (1864-1870). Em navios de madeira, homens corajosos honraram o país com a heróica vitória, em 1865, comandada pelo Almirante

Francisco Manoel Barroso da Silva. Com a vitória, a Tríplice Aliança - composta por Brasil, Argentina e Uruguai - passou a controlar os rios da Bacia Platina até a fronteira com o Paraguai. Destacaram-se em combate, as atuações do Guarda-Marinha Greenhalgh e do Imperial Marinheiro Marcílio Dias.



Noticiário de Bordo recebe Diploma Melhores de 2010

O Congresso da Sociedade de Cultura Latina (CSCL) - Seção Brasil - condecorou o Noticiário de Bordo em cerimônia realizada no dia 04 de abril, na Academia Campista de Letras, em Campos dos Goytacazes, no Rio de

Janeiro, com o Diploma Melhores de 2010. O NB ganhou na categoria Jornais e Revistas Alternativos pelos relevantes serviços sociais, educacionais e culturais prestados ao Brasil. A entidade sem fins lucrativos

sediada em Mogi das Cruzes, em São Paulo, está no país sob a presidência de Maria Aparecida de Mello Calandra. Participou do congresso, o senador da Cultura do CSCL pelo Estado do Rio de Janeiro, Agostinho Rodrigues.

**Na terra,
no céu**

ou no mar... É só anunciar!

**Ligue já:
(21) 2104-6893**

O Noticiário de Bordo vai ajudar.

ABRIGO DO MARINHEIRO

DRAMN-RJ promove atividades no Parque Aquático



Aula de hidroterapia ajuda na reabilitação física

por avaliação médica e recebem encaminhamento.

As aulas são ministradas pelo Suboficial EP (RM1) Luis Teixeira Bugginga. Formado em Educação Física e Pedagogia, ele assegura que, na hidroterapia, são tratadas lesões no joelho e atrofia de músculos, e já testemunhou pessoas com enormes deficiências em alguma parte do corpo, que apresentaram melhoras significativas depois do treinamento.

– Recebo diversas pessoas com acompanhamento médico e dou todo o apoio – conta o treinador, que encontrou nessas atividades o prazer de lecionar para quem necessita de ajuda.

O Departamento Regional do Abrigo do Marinheiro no Rio de Janeiro (DRAMN-RJ) oferece aos sócios e seus dependentes atividades de hidroterapia, natação, hidroginástica e capacitação profissional. Antes de frequentar as aulas, todos passam

Cristiane da Silva Dutra de Jesus, 33 anos, se matriculou nas aulas de natação. Ela conta que com as aulas perdeu o medo de nadar. A atividade é praticada por sócios que frequentam as aulas três vezes por semana.

– Já estou há três semanas no curso e percebo o quanto progredi. Antes, nem entrava na piscina; agora, entro naturalmente, sem receio.

A capacitação profissional é destinada a pessoas que prestarão concurso militar e precisam se especializar em atividades como nado e corrida. Para o Suboficial Bugginga, essas aulas são importantes, porque proporcionam aos alunos um maior preparo para enfrentar a maratona de provas. Outra atividade bastante procurada é a hidroginástica, que tem cerca de 80 alunos, de diferentes idades. As pessoas se mostram mais interessadas em praticar alguma atividade física para que, mais tarde, não venham a sofrer nenhuma lesão, avalia o instrutor.

Mais informações na Secretaria Social, pelos telefones (21) 2584-2282 e 2101-0987. A Casa do Marinheiro fica na Avenida Brasil, nº 10.592, Penha, Rio de Janeiro. Horário de funcionamento de terça a sexta-feira, das 9h às 16h, e aos sábados e domingos, das 9h às 17h.

SERGIO NOVO LAR

Mudanças Locais e Interestaduais

TEL: 2209-3037 / 7847-4376

sergionovolar.transporte@hotmail.com
www.transportesnovolar.com

NOTICIÁRIO DE BORDO
Anuncie já! 2104-6893

Descontos especiais para militares

Fone Brasília - DF:
Oi (61) 3581-6502 / 8409-9257
Tim (61) 3301-1369
ID. 118*50876

TRANSPORTADORA NEY DAS MUDANÇAS

Deus é Fiel!

Todas as embalagens por conta da empresa
Preços especiais de mudanças para Brasília - DF e Belém - PA
confira nosso site e faça seu orçamento
www.ney mudancas.com.br
e-mail: neymudancas@yahoo.com.br

RONALDO MUDANÇAS

Mudanças Locais e Interestaduais
Guarda-Móveis
Içamento

31 Anos de Tradição

Orçamento sem Compromisso
Plantão 24h - (21) 9647-8399
Tel/Fax: 2589-7265 / 2589-5077

www.mudancasronaldo.com.br ronaldomudancas@uol.com.br
Rua Senador Alencar, 38-B - São Cristóvão - RJ

CARVALHO MUDANÇAS
www.carvalhomudancas.com.br

MUDANÇAS PARA TODO BRASIL

- * LOCAIS E INTERESTADUAIS
- * GUARDA-MÓVEIS
- * TRANSP. DE SENSÍVEIS
- * TRANSP. DE AUTOMÓVEIS
- * AMPLO ESTACIONAMENTO

A QUALIDADE E CONFIANÇA QUE VOCÊ MERECE

ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO

CENTRAL DE ATENDIMENTO:
3886-2511
3185-7711
3185-1463

DASM

4º Festival Âncora Social

No atendimento, novas parcerias com Procon, Embelleze, Belle House e Unisuam

Prestação de serviços, orientações, prevenção e entretenimento - promete o 4º Festival Âncora Social, coordenado pela Diretoria de Assistência Social da Marinha (DASM). Com um público estimado de 15 mil pessoas, o evento que acontecerá nos dias **27 e 28 de agosto**, na Casa do Marinheiro, gera grande expectativa. Este ano, a organização conta com novas parcerias que aprimorarão o atendimento e possibilitarão mais benefícios à Família Naval.



Joilson Serra

Belle House, que também montará a estrutura necessária para atender a demanda do Festival.

A inédita parceria com o Centro Universitário Augusto Motta (Unisuam) promoverá atendimentos de fisioterapia, massoterapia, auricoloterapia, avaliação postural, higienização facial e consultoria contábil.

Ainda, atividades esportivas com os atletas do CEFAN que participarão dos jogos olímpicos militares, e biblioteca volante da DPHDM, com exposição e venda de livros são outras novidades presentes nesta edição do evento.

Segundo a coordenadora Capitão-de-Fragata (T) Estanislau, a Marinha tem preocupação em contribuir para a qualidade de vida ao seu pessoal.

- Realizamos o 'Âncora Social' sempre buscando oferecer uma diversidade de serviços. Todos os anos buscamos novos parceiros para atender com a maior qualidade possível o público - afirma, reiterando que além dos serviços oferecidos pelos novos parceiros, continuarão sendo realizados os importantes atendimentos da área de saúde, além das orientações e entretenimento para crianças, jovens e adultos.



Divulgação



Divulgação

O Festival tem como objetivo apresentar os serviços de assistência ao pessoal e divulgar os programas da Assistência Integrada, e conta com a atuação de cerca de 350 profissionais, entre militares e civis, para viabilizar os atendimentos.

- São diversos projetos e programas disponibilizados pela Marinha ao nosso pessoal, e muitos militares e civis não têm conhecimento dessas possibilidades, muito menos as suas famílias. O Festival 'Âncora Social' contribui na divulgação desses serviços para que todos os nossos militares tenham conhecimento e dêem ciência as suas famílias, e saibam que podem ser apoiadas plenamente, inclusive, durante a ausência do militar - ressalta o diretor da DASM, o Contra-Almirante Marandino.

Novos parceiros

O Programa de Orientação e Proteção ao Consumidor (Procon) marcará presença auxiliando todos os visitantes. A famosa marca Embelleze oferecerá serviços de beleza com a atuação de profissionais renomados e a garantia da qualidade de seus produtos, assim como a

Organizações Militares e instituições civis estão envolvidas no Festival, facilitando o acesso do pessoal da Marinha aos serviços em uma mesma oportunidade. A Família Naval também contará com a orientação à habilitação de pensão militar; identificação e recadastramento; demonstração de higiene bucal; medição de pressão arterial; glicemia; índice de massa corporal; exposições de mostruário do Corpo de Fuzileiros Navais e do Centro Tecnológico da Marinha em São Paulo; orientação do Laboratório Farmacêutico da Marinha; divulgação de produtos da Caixa de Construções de Casas para o Pessoal da Marinha; dos seguros de vida, residencial, de automóvel e funeral; e do plano de saúde - estes últimos vinculados ao Departamento de Serviços Sociais do Abrigo do Marinheiro, entre muitos outros.

É importante destacar que haverá distribuição de cachorro-quente, pipoca e algodão-doce gratuitos para a criançada, além da sensacional apresentação do Conjunto FUZIBOSSA.



Divulgação

AGENDA

OUTUBRO

10 Comemoração do Dia do Inativo

Em complemento à Cerimônia cívico-militar em comemoração ao Dia do Inativo, será realizada na CMN atividades socioeducativas voltadas especificamente para esse segmento. O evento tem o propósito de fortalecer junto aos inativos a confiança e o sentimento de pertencimento a uma instituição que os valoriza e os reconhece como importantes, favorecendo a coesão e o fortalecimento do vínculo entre o pessoal.

SASM

Como combater a dengue com uma garrafa pet

Prevenir a dengue é uma obrigação de todo cidadão. Pequenos gestos podem ajudar, como não deixar pneus, embalagens e vasos com água acumulada. Uma opção eficaz é utilizar a Mosquitêrica para capturar os mosquitos transmissor da doença, o *Aedes Aegypti*.

Com uma garrafa pet de dois litros é possível fazer uma armadilha que prende e mata mosquitos, a Mosquitêrica. A invenção é da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), em conjunto com a Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz). O orientador da equipe do SASM foi o professor, virologista e inventor da armadilha Maulori Curie Cabral. A instrução se deu durante uma palestra que fez à tripulação no dia 1º de abril.

- A Mosquitêrica é uma armadilha letal para mosquitos - garante o professor.

É simples fazer a armadilha utilizando uma garrafa pet, um pedaço de micro tule (usado para véu de noiva), fita isolante, quatro grãos de alpiste, dois grãos de arroz, lixa para madeira e tesoura. Não desperdice o lacre que vem junto à tampa da garrafa. O quadro abaixo ensina como fazer a armadilha.

O grande segredo é lixar bem o interior do funil - feito com a garrafa pet - e usar o micro tule. Atenção: se usar qualquer outro tule poderá fazer um criadouro de mosquito e não uma armadilha. Os furinhos de tule são mais abertos e podem deixar o mosquito escapar.

As fêmeas do *Aedes aegypti* quando escolhem o lugar para colocar os ovos, através dos seus

sensores térmicos, identificam o melhor lugar pela água que está evaporando. Ou seja, a Mosquitêrica se torna o lugar ideal. Como os mosquitos da dengue não gostam de luz, o melhor é que a armadilha fique dentro de casa, num local sombreado.

Os mosquitos colocam os ovos perto da água. Em contato com a água eles eclodem, descendo para se alimentar com os micróbios que estão na água - por causa dos grãos de alpiste e arroz - crescem e, com isso, ficam impedidos de subir (barreira do micro tule). Além disso, porque não conseguem sair da Mosquitêrica, eles morrem.

Para saber se o mosquito que capturou é da espécie *Aedes aegypti*, o professor ensina brincando:

- Em casa chame o seu filho para participar e mostre para ele. Com uma lanterna direcione a luz nas larvas. Se elas fugirem, você terá capturado as larvas do mosquito que transmite a dengue.

Diferente do larvicida que mata as larvas e do fumacê que mata os mosquitos adultos, a Mosquitêrica é eficiente, pois mata o *Aedes aegypti* nas suas quatro fases: ovo, larva, pupa e adulta.

Mas o professor frisa que, para usar a Mosquitêrica, as pessoas têm que assumir o compromisso de eliminar todos os possíveis focos da dengue na sua casa. Caso contrário, a armadilha não terá o resultado esperado. A água deve ser trocada uma vez por mês, e antes de jogar fora, coloque detergente para matar as larvas dos mosquitos.

Mosquitêrica

Divulgação



Planejamento Financeiro: uma ferramenta de controle de gastos

Tornar realidade seus sonhos, desejos e objetivos é uma tarefa possível através de um bom planejamento financeiro. Para ajudar a Família Naval a alcançar uma melhor qualidade de vida, o Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) promoveu palestras, no dia 28 de abril, sobre Planejamento Financeiro, no auditório da Diretoria de Ensino da Marinha (DEnsM), e na Escola Naval (EN), no dia 07 de junho.

As palestras têm a proposta de orientar os militares e servidores civis ativos e inativos, além de dependentes e pensionistas, sobre a importância do planejamento de despesas e a da boa administração do orçamento familiar. Além disso, estabelece metas e objetivos a serem alcançados, lembrando da importância de poupar. As palestrantes, assistentes sociais do SASM, a Primeiro-Tenente (RM2-T) Bruna Marques e a Primeiro-Tenente (RM2-T) Luciana Freire, deram algumas dicas de como realizar o planejamento objetivando proporcionar um processo racional de administração do orçamento familiar.

Para desenvolver um planejamento financeiro adequado é importante listar os objetivos e as prioridades da família. Uma boa educação financeira ajuda a viver com menos preocupação, além de dar autonomia nas decisões sobre o que comprar.

- Fazer uma planilha com despesa e receitas é bom para visualizar os gastos e ver onde a família pode economizar - avalia a Primeiro-Tenente (RM2-T) Bruna Marques.

A compra de uma casa própria, um carro ou mesmo uma viagem tem custo alto, e para fazê-lo dentro da realidade de cada orçamento é necessário planejar para alcançar a meta. Também é fundamental que a família toda caminhe na mesma direção e estar disposta a economizar para atingir o mesmo objetivo. A participação dos filhos na educação financeira é aconselhável para o sucesso do planejamento. Além de proporcionar maior responsabilidade, ajuda a criança a entender as decisões do orçamento doméstico.

Caso a dívida já esteja consumada, a dica é não resistir em diminuir, temporariamente, o padrão de vida, como por exemplo: fazer passeios mais baratos e diminuir gastos com almoços e jantares em restaurantes.

Ao final do curso, foram distribuídas cartilhas ensinando como fazer e planejar o orçamento familiar, e um cofrinho como incentivo para os primeiros passos.



Júlia Moura

Militares recebem cofrinho

SASM realiza trabalho psicossocial na Ilha da Trindade

A equipe do Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) acompanhou a rendição da tripulação e a faina de abastecimento de suprimentos do Posto Oceanográfico da Ilha da Trindade (POIT), embarcada no NDCC Almirante Saboia. Durante a estadia na ilha, entre os dias 1 e 3 de maio, foram aplicados questionários e realizadas dinâmicas, para conhecer o dia a dia e as condições de trabalho dos militares que servem no local.

A permanência no Posto foi essencial para que o psicólogo e a assistente social da equipe SASM pudessem observar a rotina, e intervir junto aos militares. A partir dos resultados obtidos durante a aplicação dos instrumentos técnicos citados acima, será possível aprimorar a preparação psicossocial dos militares que irão compor os destacamentos futuramente, assim como das respectivas famílias, conforme previsto no Programa de Atendimento Social aos Militares e Servidores Cíveis em Missões Especiais e às suas Famílias.

A situação dos militares que são designados para o POIT apresenta a peculiaridade de estarem distantes dos familiares, em condição de isolamento, e em um ambiente inóspito. Por isso, o SASM realiza orientação prévia para esclarecer aos militares e seus familiares como são as condições psicossociais em que viverão. Esses aspectos levam o militar a se estruturar melhor para o período de quatro meses, ou mais, que permanecerá distante da sede. O Segundo-Sargento (EF) Maldonado, que embarcou na ilha no mês de maio, afirmou que a família está bem estruturada para enfrentar a distância.

- Meu filho nasceu em maio e eu não pude acompanhar. Apesar de querer estar perto da família nesse momento, fomos bem orientados durante a entrevista de preparação e já possuímos experiência de outras Comissões, o que faz superar a distância e o tempo. Meu objetivo aqui é fazer o melhor para a instituição Marinha do Brasil - afirmou o Sargento.

Trindade e suas características

Trindade é uma ilha oceânica, distante 620 milhas de Vitória (ES) e 765 milhas do Rio de Janeiro (RJ), em direção à África. Com uma extensão de 8,2 Km², é fortemente acidentada, com elevações que atingem até 600m (Pico Desejado). Devido à sua origem vulcânica, a presença de lavas, cinzas e areias vulcânicas pode ser constatada. Com localização estratégica, a ilha possui uma estação meteorológica.



1ºTen Lucélia (RM2-T), CC(T) Gonçalves e CC(T) Mônica aplicam dinâmica no POIT

Importância do POIT para a MB

A Marinha do Brasil, por meio do Comando do 1º Distrito Naval, é a responsável por manter a Ilha da Trindade ocupada, garantindo a posse dessa fração do território nacional, com vigilância constante no tráfego marítimo da região. Por possuir uma posição geográfica significativa, a instituição realiza observações meteorológicas, maregráficas e outras atividades de natureza técnica, segundo as normas e instruções da Diretoria de Hidrografia e Navegação (DHN). A tripulação ainda fica encarregada de preservar as características ecológicas da ilha e da área marítima ao redor, contribuindo para a proteção do meio ambiente e combate a qualquer tipo de poluição.

Com uma tripulação de cerca de 35 militares, o POIT possui água potável, sendo a única ilha oceânica brasileira com esse recurso. Possui também energia elétrica, frigorífica, telefone público, acesso à internet e televisão. O reabastecimento da ilha, que é chamado de "cabritada", é realizado de dois em dois meses, período em que o navio de apoio leva o pessoal e o material necessário ao dia a dia das instalações. Nesse momento, metade da tripulação é substituída e a outra permanece na ilha.

- Na ilha, eu trabalhava como Auxiliar de Meteorologia e cheguei no POIT com a certeza de que éramos uma parcela significativa para a meteorologia do país, cobrindo a área do Oceano Atlântico. A ilha é fascinante - avaliou o Terceiro-Sargento (SI) Gilberto Ribeiro.

Durante a permanência na ilha, os militares praticam atividades para passar o tempo de descanso, como a pescaria, o futebol, o jogo aliado, o dominó e o vôlei de praia. Para o Capitão-de-Corveta (T) Mauro Medeiros, Chefe do POIT de dezembro de 2010 a abril de 2011, o Posto precisa ter atenção



Militares trabalham no descarregamento de suprimentos da ilha



A Primeiro-Sargento (ND) Ana Cristina da Silva, Supervisora do município do Com1ºDN, é protagonista de uma experiência pioneira. Ela é a primeira mulher a servir no POIT. A sua ida ao Posto, como voluntária, entre os meses de maio e setembro, tem como objetivo acompanhar as condições de alimentação da tripulação.

SASM abre inscrição para Projeto Orientação Profissional

Desde pequena, a criança escuta: o que você vai ser quando crescer? Quando chega a adolescência, muitas vezes, não tem a certeza de que carreira seguir. Pensando nesta difícil decisão, o Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) oferece aos dependentes de militares e servidores civis (ativos e inativos) da Marinha do Brasil, o Projeto Orientação Profissional. Para realizar a inscrição, o adolescente deve estar cursando o 9º ano do Ensino Fundamental ou o Ensino Médio.

A escolha da carreira profissional é uma etapa importante na vida do adolescente. Vários fatores atuam, simultaneamente, sobre o indivíduo, como: interesses, atitudes, aptidões, características da personalidade, além de valores e oportunidades educacionais. O curso visa estimular o autoconhecimento para que os alunos possam expor seus pontos de vista e trocar experiências,

além de apoiar o adolescente em uma escolha mais consciente e baseada na decisão pessoal.

Ao todo, durante o ano, serão 10 encontros, em turmas de 9h às 11h e das 14h às 16h. Cada aula terá a duração média de duas horas para no máximo 15 pessoas. Uma entrevista é realizada ao término dos encontros, com o objetivo de ajustar o processo de orientação profissional.

Os interessados em participar do projeto devem se inscrever na Divisão de Psicologia do SASM, fazendo parte, posteriormente, de um cadastro, e podendo ser convidado para os próximos eventos. É cobrado 1% do soldo do militar e 3% do vencimento básico do servidor civil, a ser pago no ato da inscrição. Os telefones para mais informações são (21) 2104-5341 e 2104-6954, no horário das 8h às 16h.

Ainda este ano serão oferecidas as seguintes turmas:

TURMA	NÍVEL	DATAS	HORÁRIOS	VAGAS
C	Ens. Fund.	02, 04, 09, 11, 16, 18, 23, 25, 30/08 e 01/09.	14h às 16h	15
D	Ens. Fund.	06, 08, 13, 15, 20, 22, 27, 29/09, e 04, 06/10.	9h às 11h	15

Idade Madura resgata memória em visita pela Baía de Guanabara

Em uma tarde ensolarada de outono, cerca de 40 participantes do Projeto Idade Madura (PIM), acompanhados da equipe do Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM), realizaram uma visita pela Baía de Guanabara, Espaço Cultural da Marinha e Ilha Fiscal, no Rio de Janeiro.

A bordo do Rebocador Laurindo Pitta (1910-2010) - navio da Marinha do Brasil que participou da 1ª Guerra Mundial, em 1918 - militares e servidores civis da reserva, ao lado de suas esposas, contemplaram os principais pontos turísticos e históricos da cidade. Com uma brisa e temperatura agradáveis, os participantes ficaram atentos às informações do guia.

O exuberante Aterro do Flamengo, com seus 1.200.000 m² de área verde à beira-mar projetada pelo paisagista Roberto Burle Max, serviu como pano de fundo para o objetivo do projeto: facilitar a integração social e o bem-estar do idoso.

- Estou há nove anos no PIM e não perco uma visita - disse com um largo sorriso no rosto o Suboficial Edalberto Cruz e Silva, de 72 anos.

Após admirar o Pão de Açúcar e o Museu de Arte Contemporânea (MAC), em Niterói, os participantes visitaram o Espaço Cultural da Marinha e logo após seguiram para a Ilha Fiscal. A ilha entrou para a história em 9 de novembro de 1989, consequência da célebre recepção, "O Último Baile do Império", oferecida pelo presidente do Conselho de Ministros ao comandante e oficiais de navio chileno que visitavam o Brasil. Mas, para o Segundo-Sargento (ES) Geraldo Theodomiro Lima, reformado, pisar na Ilha Fiscal teve um gostinho diferente, com recordações boas. Foi ali o seu primeiro dia de trabalho na Marinha. Cada novo passo, uma lembrança surgia em sua mente, de quando ainda tinha 17 anos.

- Adoro a Marinha. Saí da Marinha, mas ela não saiu de mim. Me sinto bem em voltar. Relembro boas histórias e encontro com os amigos - revela Geraldo.

Os interessados em participar do projeto devem se inscrever na Divisão de Psicologia do SASM. Telefones para mais informações (21) 2104-5341/ 2104-6954, no horário das 8h às 16h.



Segundo Sargento Geraldo relembra época em que servia na Ilha Fiscal

Novo projeto prepara para a reserva e aposentadoria

A dedicação diária, na maior parte do tempo, é entregue ao trabalho. A tão esperada reserva ou aposentadoria, se não for planejada, pode se tornar um tormento para os militares, servidores civis e seus familiares. A mistura de alívio e tristeza pode ser encarada como uma nova etapa da vida. Para ajudar neste processo, a Diretoria de Assistência Social da Marinha (DASM) estudou um novo projeto que auxiliasse nessa questão, que é a Orientação para a Reserva ou Aposentadoria. O Serviço de Assistência Social da Marinha (SASM) é o primeiro núcleo de Assistência Integrada a executar a nova orientação.

O projeto visa identificar a percepção de militares e servidores civis acerca da inatividade, analisar em conjunto com os usuários a dinâmica familiar e sua inserção na família e na comunidade, estimular uma postura ativa frente aos novos desafios e contribuir para a construção de projetos de vida na inatividade.

- A palavra inatividade não quer dizer improdutividade - lembra a Primeiro-Tenente (RM2-S) Lilia Cota, psicóloga do SASM - Para algumas pessoas parar de trabalhar é parar a vida. Faz idealizações, mas não consegue realizá-las - acrescenta.

As dinâmicas de integração, como as realizadas nos dias 18 e 19 de maio no SASM, são realizadas em grupo e voltadas para os usuários que estejam há até dois anos da passagem para inatividade ou aposentadoria. Apesar das diferentes experiências de vida e a individualidade de cada um, todos têm um ponto em comum: a aposentadoria.



Militares durante a dinâmica

A ansiedade em relação ao futuro é um sentimento difícil de evitar. Existe uma expectativa muito grande para viver aquilo que sempre sonhou e que não havia tempo para fazer. A família, na maior parte dos casos, é a prioridade para quem vai se aposentar. Dedicar mais tempo a ela é um dos principais objetivos.

- Passei 22 anos embarcado. Agora vou me dedicar à família, na educação do meu filho e estar junto com a minha esposa. Nosso porto seguro é a mulher. Ela sozinha toma conta de tudo: filhos, contas a pagar e doença. Não estive presente muitas vezes no Natal, em aniversário e no nascimento do meu filho, por conta do trabalho. Agora quero me dedicar a eles -

disse o Suboficial (MR) Euclides Vicente Nunes.

O trabalho em grupo aumenta a auto-estima de pertencer à sociedade. Muitas vezes, o aposentado não se encontra muito bem em casa, sente dificuldade de adaptação ao ambiente familiar, além da insegurança de não conseguir arcar com todas as despesas que podem surgir a mais. Aquela tão sonhada viagem com a família pode acabar sendo postergada. Muitos acreditam que para curtir mais a família será necessário complementar a renda e temem depois da conquista pela aposentadoria, pela possibilidade de terem que trabalhar a mesma carga horária de antes.

- O importante é pensar e planejar o que fazer em conjunto com a família. Não pensar nisso só depois da aposentadoria. Este trabalho é preventivo - explica a Capitão-Tenente (S) Analice Monteiro, psicóloga do SASM.

A Capitão-de-Corveta (T) Mariza Ribas, Chefe do Departamento de Assistência Integrada do SASM, lembra também sobre o quanto é importante a flexibilidade.

- Muitas vezes planejamos, mas não conseguimos executar por algum motivo. O importante é saber replanejar, refletir e reavaliar.

Mais informações sobre os encontros do SASM podem ser obtidos pelos telefones (21) 2104-5341 e 2104-6954, das 8h às 16h30.

OUTROS MARES

GAAPE realiza tarde literária

O Grupo de Avaliação e Acompanhamento de Pacientes Especiais (GAAPE), sediado na Policlínica Naval Nossa Senhora da Glória (PNNSG), no Rio de Janeiro, realizou uma "Tarde Literária", com a presença de crianças atendidas e seus pais. O escritor Ricardo Benevides, autor de seis livros infanto-juvenis, Doutor em Literatura e professor da UERJ, foi convidado para fazer a leitura de seus livros para 13 crianças assistidas pelo GAAPE.

O objetivo foi estimular a criança com dificuldade, a desenvolver o prazer pela leitura. A ideia da Capitão-de-Corveta (S) Danielle Câmara, psicóloga, surgiu a partir de uma necessidade percebida durante o tratamento. A criança com dificuldade de leitura acaba deixando de lado a atividade. Pensando nisso, a psicóloga fez uma mini biblioteca com empréstimos para a criançada.

Aproveitando a oportunidade, pais e filhos entrevistaram o escritor e ouviram suas histórias. Ao final, cada criança foi presenteada com o livro "O andar do Samuel" autografado por Ricardo Benevides, motivo de grande satisfação do público. O autor aborda o tema das diferenças vividas pelas crianças e o quanto é importante que elas se sintam incluídas e iguais aos seus colegas.

Para mais esclarecimentos entrar em contato com o GAAPE pelo telefone (21) 2566-1309.



Escritor Ricardo Benevides incentivou as crianças presentes a lerem mais

2ºDN

Teatro e dança no Projeto Cuidando de Mim

O Projeto “Cuidando de Mim”, do Núcleo do Serviço de Assistência Integrada ao Pessoal da Marinha (N-SAIPM) do Comando do 2º Distrito Naval traz, na sua quarta versão, uma proposta inovadora. As ferramentas de trabalho desta edição foram o teatro e a dança. Dentre os seus objetivos, está a consolidação como um espaço de reflexão e sensibilização que propicie mudanças de comportamento, trazendo para o centro dos debates, as questões de gênero no âmbito das relações, que as próprias participantes estabelecem em suas trajetórias de vida.

No dia 30 de março, o N-SAIPM, em parceria com o Serviço de Psicologia do Hospital Naval de Salvador, coordenou a abertura do projeto nas dependências do Instituto Feminino da Bahia. A atividade contou com a participação de 52 mulheres, esposas de militares e servidores civis, que ao longo de todo o dia, se envolveram em dinâmicas que buscaram trabalhar a autoestima, a percepção de si mesma e os desafios em desempenhar papéis nos diversos contextos das relações sociais.

Mais dois eventos integraram as atividades. No dia 13 de abril, as discussões contemplaram o movimento feminista e suas repercussões na contemporaneidade. Já no dia 27 de abril, o grupo visitou o Museu Rodin, no Palacete das Artes. No local, as participantes entraram na história do famoso artista plástico Auguste Rodin, que viveu no século XIX e propôs trabalhos baseados na estética humana.

3ºDN

Ariano Suassuna realiza aula espetáculo em Pernambuco

No dia 25 de março, a Escola de Aprendizes-Marinheiros de Pernambuco (EAMPE) realizou a 1ª Edição do Projeto “Navegando no Saber”, e contou com a presença do escritor Ariano Suassuna que, atualmente, é professor e Assessor do Governador do Estado de Pernambuco.

Com sua voz rouca e jeito simples, Ariano Suassuna encantou a platéia de cerca de 500 pessoas, composta por alunos do Curso de Formação de Marinheiros, militares da EAMPE e das OM sediadas em Pernambuco, dependente e servidores civis. Além disso, autoridades civis, componentes da SOAMARPE e convidados da Sociedade Pernambucana marcaram presença na ocasião. O evento teve como ponto alto a apresentação do espetáculo “Nau, uma grande viagem pela cultura brasileira”, homenageando índios, negros e portugueses - povos que ajudaram a formar o perfil cultural do povo brasileiro. A aula espetáculo durou cerca de duas horas, com o escritor descontraído o público com histórias e experiências próprias.

O ingresso para o evento foi a doação de 1kg de alimento não perecível, que foi doado às instituições que apóiam as comunidades carentes no entorno da EAMPE. Em meio à grande emoção, foi encerrado o espetáculo com uma verdadeira aula de cultura brasileira. O escritor autografou livros e interagiu com a Família Naval e convidados.

- É um prazer estar aqui. Sou uma pessoa consciente da grande importância das Forças Armadas em países como o Brasil. E a Marinha, principalmente, representa relevante papel para o desenvolvimento do país no que se refere à sua significativa contribuição para o uso do petróleo e do pré-sal - declarou Ariano.



Ariano Suassuna na EAMPE

6ºDN

Curso capacita esposas de militares para o mercado de trabalho



Alunas na oficina de artesanato

Dependentes de militares e servidores civis participam do Projeto “Aprendendo a Fazer uma Vida Melhor” - parte do Programa Qualidade de Vida do N-SAIPM do Comando do 6º Distrito Naval. O projeto visa contribuir para o bem estar social oferecendo-lhes meios de ocupação e relação interpessoal, auxiliando, assim, na integração social das alunas, através da ampliação da Rede de Apoio Social.

Nos três primeiros meses do ano, o estado de Mato Grosso do Sul gerou 12.774 empregos formais, segundo dados do Cadastro Geral de Empregados e

Desempregados (Caged) do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE). Os números representam um crescimento de 3,04% no estoque de empregos no Estado. No município de Corumbá, os dados também mostram um crescimento, mesmo assim, a população da região ainda sente dificuldade de inserção no Mercado de Trabalho. Como forma de driblar esta dificuldade, o projeto tem o objetivo de capacitar as usuárias na confecção de produtos artesanais, que são comercializados pela Família Naval e no comércio local. Isso ajuda no aumento da renda familiar e reduz a incidência de problemas financeiros.

As atividades também tem como objetivo a adaptação sociocultural das famílias. A região Pantaneira oferece poucos atrativos culturais e entretenimentos. Esposas de militares relataram a dificuldade de estarem distantes de suas famílias de origem, e da diferente realidade de uma grande metrópole como o Rio de Janeiro. Entretanto, afirmam que a oportunidade de realizarem os cursos possibilita a criação de vínculos de amizade entre as usuárias e, conseqüentemente, entre as famílias, que passaram a participar de encontros sociais, passeios e eventos. O projeto contribui para a adaptação destas famílias à região.

Aluna da oficina de artesanato, a senhora Ana Paula Martins, chegou a Ladário em janeiro de 2010, para acompanhar seu marido, o Primeiro-Sargento Alexandre Alves da Costa. O casal possui dois filhos, João Vitor, de 6 anos, e Luís Guilherme, de 3 anos. Orientada a participar das atividades oferecidas pela Marinha do Brasil, a família logo foi inserida nos projetos. O filho mais velho participou da Colônia de Férias realizada pelo N-SAIPM em 2010, e está inserido no Projeto “Esporte é Vida”, com as aulas de judô. Ana Paula iniciou no Projeto “Aprendendo a Fazer uma Vida Melhor” no primeiro semestre de 2010.

- Além de fazer novos amigos, pretendo aproveitar as oportunidades que a Marinha me conceder para obter conhecimentos profissionais na área de artesanato, e contribuir para o aumento da renda e equilíbrio do orçamento da minha família - disse Ana Paula, afirmando que ela e sua família estão adaptados e felizes na região.

O curso de artesanato do “Aprendendo a Fazer uma Vida Melhor” oferecerá atividades ao longo deste ano. As aulas acontecem todas as terças e quintas-feiras, no período da tarde. Mais informações através do N-SAIPM pelo telefone (67) 3234-1006.

Quando o importante é o melhor para a sua saúde, o Abrigo do Marinheiro apresenta as melhores opções.



Servidor da Marinha aproveite a parceria do Abrigo do Marinheiro com a Qualicorp Administradora de Benefícios S.A. e escolha o melhor para cuidar da sua saúde, por um valor que cabe no seu orçamento. Você que já conta com a qualidade dos serviços da Unimed-Rio, terá agora a oportunidade de conhecer os diferenciais que as empresas Assim, Golden Cross e SulAmérica, também oferecem. São mais opções de escolha para sua proteção e da sua família!

Unimed-Rio.

Esse você já conhece.

Ele oferece uma série de benefícios especiais e opcionais, disponíveis a sua escolha. Confira o mais adequado ao seu bolso:

- **Unimed Dental:** Assistência odontológica especializada de urgência/emergência em todo Brasil, além de atendimento de rotina no Rio de Janeiro.**

A partir de **R\$ 20,00** por pessoa**

- **SOS Unimed:** Atendimento médico domiciliar para caso de urgência ou emergência, nos municípios do Grande Rio.**

Apenas **R\$ 9,00** por pessoa**

- **Transporte Aeromédico:** Transporte inter-hospitalar de pacientes em aeronaves, com recursos técnicos e profissionais próprios.** Apenas **R\$ 4,50** por pessoa**

- **SOS Viagem:** Assistência especial em viagens ao exterior por um período de até 60 dias – assistência médica emergencial, assessoria jurídica localização de bagagens, etc.**

Apenas **R\$ 2,00** por pessoa**

Confira os preços e as condições especiais:

Faixas Etárias		Até 18 anos	19 a 23 anos	24 a 28 anos	29 a 33 anos	34 a 38 anos	39 a 43 anos	44 a 48 anos	49 a 53 anos	54 a 58 anos	A partir de 59 anos
Unipart Alfa	Quanto Coletivo	77,63	91,15	121,23	139,40	157,51	186,13	190,17	227,13	316,98	465,77
	Quanto Indiv.	91,33	107,24	142,62	164,00	185,30	218,98	223,73	267,21	372,92	547,97
Unipart Beta	Quanto Coletivo	96,56	113,37	150,78	173,37	195,90	231,49	236,51	282,46	394,21	579,29
	Quanto Individual	113,60	133,38	177,39	203,97	230,47	272,34	278,25	332,31	463,78	681,53
Unimed Delta	Quanto Coletivo	160,36	188,28	250,41	287,95	325,35	384,47	392,82	469,13	654,71	962,10
	Quanto Individual	185,64	217,95	289,88	333,34	376,64	445,08	454,74	543,08	757,94	1.113,79

Valores mensais em reais (R\$), per capita. Março 2011. Proposta sujeita à análise técnica.

* Confirme condições contratuais. ** O benefício deve ser contratado, no ato da adesão para todo o grupo familiar inscrito no plano de saúde.

Assim. A maior rede própria do Rio de Janeiro, com preços e condições especiais, confira:

Faixas Etárias	SUPER 100		SUPER 200		SUPER + 100		SUPER + 200		SUPER + 250		SUPER + 300
	OC	OP	OC	OP	OC	OP	OC	OP	OC	OP	OP
	460.222/09-6	460.223/09-4	460.755/08-2	456.743/08-9	461.051/09-2	461.052/09-1	404.330/99-8	404.338/99-3	463.529/10-9	463.520/10-1	463.532/10-9
	Acom. Coletiva	Acom. Indiv.	Acom. Coletiva	Acom. Indiv.	Acom. Coletiva	Acom. Indiv.	Acom. Coletiva	Acom. Indiv.	Acom. Coletiva	Acom. Indiv.	Acom. Indiv.
0 a 18 anos	64,71	77,82	73,19	87,83	73,95	88,60	77,04	92,44	90,76	108,92	122,45
19 a 23 anos	78,29	94,16	88,55	106,26	89,47	107,21	93,21	111,85	109,82	131,79	148,16
24 a 28 anos	92,01	110,66	104,06	124,88	105,14	125,99	109,54	131,45	129,06	154,88	174,11
29 a 33 anos	105,81	127,25	119,67	143,61	120,91	144,88	125,97	151,17	148,42	178,11	200,23
34 a 38 anos	114,28	137,43	129,24	155,10	130,58	156,47	136,05	163,27	160,30	192,36	216,25
39 a 43 anos	129,13	155,30	146,04	175,27	147,56	176,81	153,74	184,50	181,14	217,37	244,37
44 a 48 anos	158,44	190,56	179,19	215,06	181,06	216,95	188,64	226,39	222,39	266,87	300,01
49 a 53 anos	202,98	244,12	229,56	275,52	231,96	277,94	241,67	290,01	284,75	341,71	384,14
54 a 58 anos	265,77	319,61	300,57	360,72	303,71	363,91	316,42	379,71	373,03	447,65	503,23
> - 59 anos	387,93	466,63	438,75	526,59	443,34	531,23	461,88	554,38	544,30	653,17	734,28

Os preços em reais (R\$), per capita, e tabela sujeita a reajustes legais e contratuais. Março 2011. Planos com abrangência no grupo de municípios dos estado do Rio de Janeiro. Proposta sujeita à análise técnica.

Quem é cliente Golden Cross possui mais benefícios e uma ampla rede de credenciados. Confira os preços e condições especiais:

Faixas Etárias	Até 18 anos	19 a 23 anos	24 a 28 anos	29 a 33 anos	34 a 38 anos	39 a 43 anos	44 a 48 anos	49 a 53 anos	54 a 58 anos	59 ou mais
Supermed I Grupo Municipios	78,44	105,75	106,80	115,34	116,49	140,67	192,30	243,11	255,27	470,55
Supermed II Grupo Municipios	92,29	124,42	125,66	135,71	137,07	165,52	226,26	286,04	300,35	553,65
Supermed III Grupo Municipios	132,31	178,37	180,15	194,57	196,52	237,31	324,41	410,12	430,63	793,77
Essencial Nacional	113,20	152,62	154,14	166,47	168,12	203,02	277,53	350,85	368,38	679,01
Especial Nacional	162,31	218,81	220,99	238,67	241,05	291,09	397,92	503,04	528,19	973,60
Superior Nacional	275,93	371,99	375,70	405,76	409,81	494,88	676,49	855,22	897,97	1.655,21

Benefício opcional: mais segurança para você!

Golden Med: Atendimento Médico Domiciliar de urgência e emergência por R\$ 10,03 por beneficiário.



Valores mensais em reais (R\$), per capita. Base julho 2011. Proposta de adesão sujeita à análise técnica.

Invista na sua saúde e na saúde da sua família. Confira preços e condições especiais da SulAmérica:

Acomodação / Faixas Etárias	Até 18 anos	19 a 23 anos	24 a 28 anos	29 a 33 anos	34 a 38 anos	39 a 43 anos	44 a 48 anos	49 a 53 anos	54 a 58 anos	A partir de 59 anos
BÁSICO Enfermaria	150,13	235,02	241,42	245,46	252,87	256,33	367,62	373,50	388,64	900,07
ESPECIAL Quarto Individual	200,23	331,99	335,29	342,59	349,53	353,11	490,29	623,46	635,23	1.200,51
EXECUTIVO Quarto Individual	405,44	682,68	686,02	712,89	733,57	744,16	991,67	1.163,91	1.172,29	2.425,46

Valores (mensalidades) em reais, per capita. Base julho 2011. Proposta de adesão sujeita à análise técnica.

Mais coberturas médicas do que a lei exige.***

- Transplante de fígado, pâncreas, coração, pulmão e medula óssea (além de rim e córnea, que são previstos pela lei).
- Fonoaudiologia, psicomotricidade e escleroterapia.
- Assistência 24 horas, no Brasil (todos os planos) e no exterior (plano Executivo).

*** Conforme condições contratuais

Seguro Remissão.

3 anos de seguro saúde sem custo para os dependentes (cônjuge, filho solteiro de até 24 anos e filho inválido de qualquer idade), em caso de falecimento do titular (conforme condições contratuais).

Livre escolha com reembolso em todos os planos.

Além da rede médica referenciada, você pode escolher o prestador não referenciado de sua preferência e pedir o reembolso das despesas pagas (conforme condições contratuais).

EM TODOS OS PLANOS:

Todas as coberturas médicas da Lei nº 9656/98.

CARÊNCIAS REDUZIDAS.
Estudamos seu plano atual.

Servidor da Marinha, não perca esta oportunidade!

Procure um dos Postos do Abrigo do Marinheiro ou ligue:

(21) **3223-9055**

De segunda a sexta-feira, das 8h30min às 17h30min, para maiores informações.



Contrato coletivo de plano de assistência à saúde por adesão, celebrado entre a Qualicorp Administradora de Benefícios S.A. e a operadora escolhida, em convênio com o Abrigo do Marinheiro. Este anúncio contém informações resumidas. Ressalta-se que o benefício referido origina-se de um contrato coletivo. A adesão está condicionada ao cumprimento integral das condições específicas do contrato e de sua política de comercialização. Os preços e a rede médica credenciada estão sujeitos a alterações, por parte da operadora, respeitadas as disposições contratuais e legais (Lei nº 9.656/98). Julho 2011.