

# Primavera vai colorir a Casa dos Aposentados em Setembro

Setembro vem chegando com todo o colorido da primavera. A famosa estação das flores será celebrada com muita alegria por todos nós. A palavra primavera vem do latim que é primo vere. Isso significa primeiro verão. O tempo que antecede o verão.

A primavera é considerada uma estação de transição – entre inverno e verão – com temperaturas mais amenas,

chuvas mais intensas e com o aumento da umidade do ar. Flores, árvores e plantas ganham mais vida e cores vibrantes nesse período do ano. A estação é um convite a passeios ao ar livre.

A nova estação começa com o equinócio da primavera. Nesse momento do ano, que é agora em setembro, o sol incidirá diretamente na Linha do Equador. Por isso, o

dia e a noite terão a mesma duração. Depois, os dias se tornam mais longos e as noites mais curtas.

No Brasil, a primavera terá início no próximo dia 23 de setembro e vai até 22 de dezembro. Mas quem vier à Casa dos Aposentados sentirá a estação das flores logo no primeiro dia do mês com decoração especial e muitas atividades que celebram a época mais linda do ano.

## Curiosidades da Primavera

 Mito grego diz que a chegada da primavera é na mesma época que o retorno de Perséfone, filha de Deméter, que é a deusa das plantas e da fertilidade;

 No Japão, na véspera da primavera, a população costuma jogar grãos de feijão pela janela com a crença de que tragam sorte e boas energias;

 Para muitos animais, como morcegos e esquilos, a primavera é um despertador, já que eles hibernam em locais com invernos mais rigorosos.

## Cantinho da Saudade

Agosto foi um mês muito triste para todos na Casa dos Aposentados e no STMC. Nos despedimos da querida Silvinha, cabelereira do nosso Espaço da Beleza. Severina Maria da Silva esteve junto conosco por 12 anos cuidando da imagem e da beleza dos sindicalizados. Silvinha, como era chamada carinhosamente, era dedicada, gentil e atenciosa com nossos associados/as. Ela foi uma guerreira lutando contra um problema cardíaco. Silvinha, querida, você sempre estará nas nossas melhores lembranças. Nossos sentimentos aos familiares e amigos.



# Festas dançantes estimulam a socialização dos aposentados

*Última celebração comemorou os anos dourados da década de 1960*

Festa sem música não é festa. E festa que celebra uma época específica é uma delícia. Neste ano, a Casa dos Aposentados realizou festas temáticas que reviveram tempos bons da vida, com a nossa grande Festa Junina.

Em agosto, foi a vez de lembrar dos anos dourados da década de 1960, com as baladas dos Beatles, óculos gatinho e as saias rodadas de poá. Animadas,

dançantes, com comidinhas e bebidas, as festas são extremamente importantes para garantir a socialização dos ex-servidores e servidoras.

Estar junto com os amigos, movimentar o corpo e compartilhar momentos alegres são ações essenciais para manter a saúde física e mental dos idosos. A dança, por exemplo, desenvolve o estímulo dos sentidos, exercita a mente,

resgata a autoestima, exercita a capacidade motora e auxilia no combate à pressão alta. Coisa boa, não é?

No nosso planejamento mensal sempre incluímos atividades que possam promover o companheirismo, estimular a proximidade e fortalecer os laços de amizade entre os nossos queridos associados e associadas.



## Agenda de Setembro

*Hora de celebrar a primavera! A Agenda do Mês vem cheia de atividades inspiradas na estação das flores, terapias, ateliês e comemorações.*

- 01/09** – Inscrição pro Passeio do Mês;
- 05/09** – Reiki com Elizabeth de Farias (das 9h às 12h);
- 05/09** – Auriculoterapia com Jocimara (das 14h às 16h30h);
- 13/09** – Ateliê com Mariana Vianna: Sachê com Aroma;
- 14/09** – Quick Massage com Paulo Almeida;
- 15/09** – Chá da Tarde Coletivo;
- 18/09** – Sorteio do Passeio;
- 19/09** – Cura Reconectiva com Deise Alves;
- 20/09** – Ateliê do STMC: Mini Jardim;
- 22/09** – Festa da Primavera;
- 27/09** – Yoga no Bosque com Gleyce Boré;
- 29/09** – Caminhada na Mata Santa Genebra.



Ligue no (19) 3291-7730 e inscreva-se!

**STMC** SINDICATO DOS TRABALHADORES DO SERVIÇO PÚBLICO MUNICIPAL DE CAMBURIÁ