

Prezados associados e amigos!



Iniciando o mês de março e celebrando o mês das mulheres e a luta por igualdade.

O Dia Internacional da Mulher, celebrado em **8 de março**, nasceu da indignação e de um movimento de mulheres que trocaram o silêncio pela **luta** e a opressão pela busca da liberdade e que morreram por isso. É um marco global de luta por igualdade de gênero, direitos trabalhistas e valorização das conquistas femininas. Instituída pela ONU em 1975, a data homenageia a greve das trabalhadoras têxteis russas de 1917, focando em combater a violência, disparidade salarial e misoginia, em vez de apenas celebração comercial.

- **Origem Histórica:** A data originou-se no início do século XX com os movimentos feministas e socialistas, especialmente com a greve das operárias russas em 8 de março de 1917 (calendário gregoriano), que impulsionou a Revolução de Fevereiro.
- **Significado:** Muito além de presentes, o 8 de março é um dia de protesto e reflexão sobre a necessidade contínua de igualdade de direitos, fim da violência de gênero e empoderamento feminino.
- **ONU e Reconhecimento:** Em 1975, a ONU oficializou o Ano Internacional da Mulher e passou a celebrar a data. Em 1977, proclamou 8 de março como o "Dia Internacional pelos Direitos da Mulher e a Paz Internacional".
- **Tradições:** Em alguns locais, como na Itália, é comum presentear com mimosas, enquanto na Rússia, a data é um feriado com forte tradição de troca de flores.
- **No Brasil:** A data é marcada por manifestações que reivindicam igualdade salarial, combate ao feminicídio e aos direitos reprodutivos.
- *O dia representa uma pausa para avaliar o quanto foi conquistado e, principalmente, o longo caminho que ainda existe para alcançar a verdadeira equidade de gênero.*

Mulheres na História do Brasil

- [Bertha Lutz](#) (1894-1976): Bióloga e líder fundamental na conquista do voto feminino no Brasil e na luta pelos direitos das mulheres.
- [Chiquinha Gonzaga](#) (1847-1935): Primeira mulher a reger uma orquestra no Brasil e compositora talentosa.
- [Maria da Penha](#) (1945-): Farmacêutica brasileira que se tornou ícone da luta contra a violência doméstica, dando nome à lei que protege mulheres.
- [Dandara dos Palmares](#) (?-1694): Guerreira negra que lutou na linha de frente contra a escravidão no Quilombo dos Palmares.
- [Nise da Silveira](#) (1905-1999): Médica psiquiatra que revolucionou o tratamento mental no Brasil, abolindo métodos agressivos e usando a arteterapia.
- [Maria Quitéria](#) (1792-1853): Heroína da Independência do Brasil, lutou vestida como homem contra os portugueses.
- [Maria Felipa de Oliveira](#) (1873): Liderou um grupo de mulheres na luta pela independência na Bahia.
- [Nísia Floresta](#) (1810-1885): Considerada a pioneira do feminismo no Brasil, escritora e educadora.
- [Carmen Miranda](#) (1909-1955): Cantora e atriz, foi uma das maiores representantes da cultura brasileira no mundo.

Parabéns a todas as mulheres guerreiras, lutadoras.

Todos os dias são seus!



Nossa Programação



Vem aí nosso primeiro encontro do ano!



Já estamos nos preparativos para o nosso encontro no dia 9 de abril. Como divulgamos no mês passado será no Clube Municipal da Tijuca.



Vamos celebrar mais um ano de vida dos nossos aniversariantes do quadrimestre de janeiro a abril.

VAMOS CELEBRAR PORQUE ALEGRIA NÃO TEM IDADE.



Ambiente familiar, boa música,
comida e muitas alegrias!

Sem falar no bolo e docinhos!

Venham todos!

Link de confirmação de presença, preenchimento obrigatório:

<https://www.confirmeja.com.br/samialmo%C3%A7odosaposentados>

Aniversariantes do quadrimestre!

Nº	Nome	Nascimento
01	MARTA MARIA DE ALMEIDA SIMÕES	02/jan
02	EZY DIAS DA SILVA	05/jan
03	NEZIO MENDES DE OLIVEIRA	05/jan
04	LUIZA MARREIRO DA SILVA	07/jan
05	GABRIELA GUIMARÃES BARCELOS	10/jan
06	SONIA REGINA PINTO DE ABREU	10/jan
07	LÉIA MARIA MATZENBACHER	11/jan
08	EDSON DE CARVALHO LIRA	18/jan
09	IVONE SANTOS SALEMA	19/jan
10	GERALDO DO NASCIMENTO	22/jan

Nº	Nome	Nascimento
01	ARY NORA	12/fev
02	ROSE MARY FERREIRA	20/fev
03	BERNARDINO DE LIMA FÉLIX	25/fev

Nº	Nome	Nascimento
01	SEBASTIÃO LUPERCE P. DE MIRANDA	03/mar
02	AUREA LUIZA SILVA ROSA	07/mar
03	ELENI GONÇALVES NOGUEIRA	08/mar
04	ROSA MARIA DA SILVA REIS MARTINS	11/mar
05	FRANCISCA DIRANEIDE COSTA	12/mar
06	ORACI CARDOSO TOSTA	17/mar
07	MARILENA GOMES C. DE ALBUQUERQUE	21/mar
08	ELIANA GUIMARÃES PEREIRA	23/mar

Nº	Nome	Nascimento
01	EUNICE NUNES BARBOSA	04/abr
02	MARIA JOSÉ VIEIRA DE ANDRADE BRAGANTE	08/abr
03	JOSÉ LUIZ RIANELLI	09/abr
04	CLEUSA DA SILVA OLEGÁRIO DE AZEVEDO	11/abr
05	LUIZ ANTONIO MARQUES RODRIGUES	13/abr
06	MARIO DELPHINO DOS S. CARVALHO	15/abr
07	ANTONIO RAMOS FERREIRA SILVA	18/abr
08	ANTONIETA WEILL AFONSO	19/abr
09	TAMARA NEVES DOS ANJOS MAGALHÃES	20/abr
10	MARIA JOSÉ BAPTISTA NOVO	20/abr
11	MARISTELA GOMES DOS SANTOS	21/abr

► Atenção Associados



Solicitamos que os **pagamentos** da Sami sejam feitos utilizando o **novo boleto com QR Code ou código de barras do Banco Cora**. Esta informação está sendo divulgada desde o mês de outubro de 2024 por e-mail pois a conta do Itaú está sendo desativada.

Por favor, não façam transferência direta para a conta do Banco Itaú. Esse procedimento gera custo de cancelamento para a Sami que será repassada para o associado.

Instruções para pagamento via Pix utilizando o QR Code e código de barras do novo boleto:

- 1-Abra o aplicativo no celular ou notebook
- 2-Vá em Pix e QR Code
- 3-Pagar com QR Code
- 4-Apontar a câmara do celular para leitura do QR Code ou copiar código de barras
- 5-Continuar
- 6-Digitar a senha
- 7- Pronto, seu pagamento foi efetuado!

Contamos com a colaboração de todos!
Juntos somos mais fortes!!

Promoção: Indique um amigo!

Válido para o período de 1º de fevereiro a 31 de março de 2026!

Aproveitem! Ainda dá tempo!

Ao indicar um amigo para se associar à Sami, o mesmo fica isento da adesão e você associado, isento da mensalidade daquele mês.

► RIO PAX

Para quem ainda não conhece, a Rio Pax, é um plano de Assistência Familiar, que assegura à família, seus dependentes e agregados, a realização do funeral, garantindo todas as providencias necessárias, materiais e psicológicas.

● Se você ainda não possui esse benefício, entre em contato com o Sr. Renato no tel. e WhatsApp (21) 99890-4785 ou e-mail samisempreamigos@gmail.com.

Um plano com cobertura nacional sem limite de idade e sem carência por apenas R\$ 15,00 por cada beneficiário, com direito a cremação.

Aproveitamos para informar a importância de manter as suas mensalidades em dia e garantir os seus direitos. Qualquer necessidade que o associado tiver é só entrar em contato com o telefone (21) 2187-1100 / 0800 726 1100.

Solicitamos também, que no caso de falecimento de algum associado ou dependente, entrar em contato com a Sami para nos informar, para que possamos dar baixa na Rio Pax e para que não haja cobrança indevida.

Alguns associados têm perguntado sobre Cremação.

Seguem algumas orientações:

Com referência a cremação, é necessário o preenchimento da **declaração da intenção de cremação**, onde deverá ser preenchida e assinada pelo declarante, igualmente por 3 testemunhas, todos terão que fazer o **reconhecimento de firma**.

Após o reconhecimento de firma, o documento deverá ser registrado no Cartório de Títulos e Documentos. Indico o 3º RTD Registro de Títulos e Documentos -Rua da Quitanda, 52 - Centro – RJ - Tel.: (21) 3852-6647/2221-2005. O valor do registro em 19/02/2024 era de R\$ 242,00(duzentos e quarenta e dois reais), que poderá ser pago em dinheiro, PIX e cartão de débito. Levar a declaração intenção de cremação em **duas vias**.

No plano funeral da SAMI com a Rio Pax, permite fazer esta opção sem nenhum acréscimo. Após fazer todo processo acima, apresentar na Rio Pax o documento da cremação no momento oportuno.

Não é preciso informar a SAMI da opção pela cremação após a conclusão do processo.

● **PARCERIAS**



Mathias Buffet

Precisando contratar um buffet para sua festa de aniversário, casamento, encontros, etc. entre em contato com o Sr Mathias no **Tel/whats App 21-97291-8769**

Email: Mathiasbuffet8@gmail.com

CONVÊNIO ODONTOLÓGICO

A saúde começa pela boca! Por isso a Sami continua com a parceria. com a Dra Luciana, Cirurgiã Dentista que tem um grande diferencial.



"Minha maior satisfação é extrair o medo do paciente e devolver a alegria de sorrir"

Olá! Sou a doutora Luciana Garanito Bastos, cirurgiã dentista, e é com grande alegria que me coloco a disposição de todos os membros da Associação **Sami Sempre Amigos**.

Atuo como clínica geral, realizando atendimentos como:

- Restaurações
- Tratamentos de canal
- Extrações
- Limpeza e clareamento dental
- Próteses dentárias

Além disso, sou especialista em pacientes como necessidades especiais e em implantodontia, com 30 anos de experiência dedicados ao cuidado e à saúde bucal.

Endereço do consultório:

Rua Carolina Machado, 380, sala 306 - Madureira RJ

Agendamento e informações: **WhatsApp (21) 99116-3066**

10%desconto em todos os serviços para os Associados da SAMI. Email: lucianagaranitobastos@gmail.com



CONVÊNIO ÓTICA

A Sami continua o convênio com a Fábrica de Óculos - CLP situada na Av. Dom Helder Câmara 5.679 Av. Shopping (próximo do Memorial), com desconto de 15% para Multifocais a partir de

R\$ 300,00 e Visão Simples a partir de R\$ 200,00.

- Basta apresentar o último boleto de cobrança da Sami pago para usufruir do desconto.

ALICE TOUR (Passeios Turísticos)

Passeio – Urca/Flutuante Rio , Forte S. João e Pôr do Sol na Praia do Arpoador

Data :11/04/2026

Saída: - Alcântara: 7h no ponto em frente ao Carrefour


- Retorno: 19h - Embarque: - Alcântara
- São Gonçalo- Shopping Partage
- Niterói - Rodoviária de Niterói
- Rio- INTO instituto nacional de traumatismo e ortopedia

 Valores: - Crianças 0 a 4 anos - free


- Crianças de 5 a 9 anos- 220 reais
- Crianças 10 anos em diante - 360 reais
- Adultos -360 reais - podendo parcelar em 4X sem juros no Pix ou depósito bancário. - Cartão podendo parcelar a juros baixos

 **Não inclui:**

- Transporte não combinado, - refeições e bebidas
- Ingressos para outros lugares fora do combinado

 **Inclui:** - Ingresso para o restaurante flutuante com passeio de barco na Urca e café da manhã colonial

- Passeio de barco panorâmico pelo litoral com um brinde na Praia da Urca
- Vista panorâmica das praias Urca, Vermelha Botafogo, Copacabana e Arpoador
- Visita ao Paredão da Urca, Visita guiada ao Primeiro Forte da Praia da Urca- Forte São João
- Transporte executivo, - Guia credenciado, - Sorteio de brindes

 Reserve a sua vaga com a primeira parcela.

Curta no Facebook e Instagram a página: **alicemascarenhas@**

Tel/Whats App (21) 99387-1809

Obs.: Esse e outros passeios você pode fazer com a nossa parceira Sra. Alice.

Planos de Saúde

Você que procura um plano de saúde Pessoa Física sem limite de idade, com uma rede qualificada, e cobertura completa (consultas, exames e internação). Te apresento a **Med Senior**.



MedSênior
infinite

AMF 3301/4

Ser Infinite é ter **benefícios exclusivos** em cada detalhe

-  Seguro Viagem Nacional*
-  Acesso ao Espaço Black
-  Central de Atendimento Própria
-  Rede Credenciada Premium

Cliente MedSênior Infinite
Mais conforto, mais prioridade,
mais benefícios.

*Consulte condições no termo aditivo da seguradora Coris.



MedSênior
infinite

AMF 3301/4

Vantagens exclusivas para quem é Infinite

Aqui, você tem **mais conforto, mais prioridade, mais benefícios.**

Venha ser MedSênior Infinite e conheça um atendimento diferenciado que você merece.

-  Seguro Viagem Nacional*
-  Espaço Black
-  Atendimento Prioritário
-  Rede Premium

*Consulte condições no termo aditivo da seguradora Coris.

Leve Saúde

A Leve Saúde cuida dos seus clientes até em viagens pelo Brasil!

- Assistência Médica;
- Rastreamento por perda de bagagem;
- Regresso antecipado ou prorrogação de estadia.

Clientes dos planos **Top 200**, **Top 300**, **Top 400** e **Leve Premium Sênior** contam com assistência de urgência e emergência, 24 horas por dia, em viagens a partir de 50km de sua residência.

Ocorrendo qualquer evento coberto, é só entrar em contato pelo 0800 555 6651.

Ainda não é cliente Leve Saúde?
Consulte seu corretor e descubra como é fácil e rápido cuidar da saúde do jeito Leve.

Assistência Viagem | Leve saúde



Quer saber mais?

Entre em contato com a corretora **Cremilda Mattos** no tel./WhatsApp

21-98648-9648

Caros associados (as)

Desde **outubro/2024**, colocamos em prática num novo Software com boletos contendo o QR Code e código de barras que podem ser utilizados para pagamento por PIX, facilitando os pagamentos e nossos controles.

Agora nossos boletos possuem o endereço, confira e no caso de alguma divergência nos comunique para atualização do seu cadastro.

Além disso, os bancos onde temos conta corrente, passaram a oferecer uma nova ferramenta onde os pagamentos dos boletos emitidos em nosso nome são disponibilizados para pagamento.

O acesso é feito através do item pagamentos, procurar o mês da cobrança e automaticamente aparecerão os boletos vencidos, à vencer que foram enviados e agendados.

Basta clicar no boleto que deseja pagar e aparecerão os dados do boleto com o código barras e escolher a forma de pagamento. Esses procedimentos foram passados tomando como base o banco Itaú, porém, todos os bancos oferecem esse serviço, podendo ter detalhes diferentes na apresentação.



Você sabia que temos um grupo no Facebook onde sempre colocamos avisos sobre nossos eventos e informações diversas? Venha fazer parte do nosso grupo. Clique no link abaixo que você será direcionado para a nossa página.

<https://www.facebook.com/groups/320530344721513/?ref=share&mibextid=NSMWBT>

Você sabia que a Sami tem um site próprio? Lá tem a nossa história, todos os nossos eventos, parcerias, novidades, etc. Não fique de fora! Basta acessar www.samisempreamigos.com.br !! **VIVA A SAMI!! VIVA A MESBLA!!!**



MESBLA EM PAUTA – MARÇO DE 2026

E-mail: samisempreamigos@gmail.com Tel/WhatsApp (021) 99890-4785

CNPJ: 68.790.005/0001-07

Caso não tenha interesse em continuar recebendo mensalmente o nosso jornal, nos comunique pelo e-mail samisempreamigos@gmail.com