



**PREPARE-SE  
PARA CORRER!**

•• PROVAS ••  
**5K E 10K**

**DOM.26.MAIO**  
•• ÀS 06:45H ••



**Apcef/MA promoveu competição de natação no último domingo**



**Maranhenses representam o estado na décima edição dos Jogos Fenacef**

## CORRIDA FENAE



A Corrida FENAE do Pessoal da CAIXA 2019 acontece no domingo (26), mês do aniversário da FENAE, com concentração na Apcef/MA. O roteiro da corrida é pela Avenida Litorânea: o percurso de 5K termina no Círculo Militar e o de 10K segue até a Casa das Dunas. Com largada marcada para 6h45, a Corrida oferece provas de 5K e 10K. O evento é realizado anualmente em uma ação conjunta da FENAE e das APCEFs; nele, podem competir tanto empregados da CAIXA, associados e não associados, como membros da comunidade em geral.

## NATAÇÃO

Aconteceu, no último domingo (19), o Festival Início de Natação Apcef/MA, na nossa piscina semiolímpica. Voltada para atletas associados de até 19 anos, a competição começou às 8h30 e seguiu até 11h da manhã. No registro, nossos medalhistas com os familiares que prestigiaram a competição.



Nossa atleta, Sofia Duailibe, conquistou medalha de bronze nos 200 metros livre, em Manaus (AM), competindo no Troféu Pedro Nicolas.

## JIU-JITSU

Baltazar Júnior, atleta do Jiu-Jitsu Apcef/MA, representou o Maranhão com vitórias no Campeonato Internacional Fall Open Salvador 2019. O atleta foi campeão na categoria NOGI 78 kg e conquistou o terceiro lugar na categoria GI 76 kg. Parabéns à equipe do professor Josuelmo Farias!



## JOGOS FENACEF 2019

A X Edição dos Jogos Fenacef 2019 aconteceu na última semana, entre 13 e 18 de maio, no Centro de Eventos Oceania, na praia de Jurerê, em Florianópolis (SC). Mais mil competidores filiados à Federação Nacional das Associações de Aposentados e Pensionistas da Caixa Econômica Federal compareceram para disputar 14 modalidades esportivas.

O Maranhão conquistou 15 medalhas, sendo três delas de ouro: uma no Atletismo, Haroldo (80 anos) e duas na Natação (Alexandre e Euridice).



## APROVEITE A CAMPANHA + ASSOCIADOS



**CAMPANHA + ASSOCIADOS**  
APCEF/MA

**CONHEÇA OS BENEFÍCIOS DE SE ASSOCIAR!**

**BRINDES E SORTEIOS DE PRÊMIOS**  
entre os proponentes e incentivo financeiro aos associados efetivos indicadores.

  
APCEF/MA

**NOVIDADE**  
**APCEF/MA**



Agora, você pode se informar sobre a Apcef/MA também via Whatsapp

Salve o número, solicite e receba novidades Apcef/MA no seu celular:

**(98) 98299-0145** 

**CLIQUE AQUI!**

  
APCEF/MA  
  @apcefma

# ESPORTE E LAZER



**CONFIRA AQUI OS JOGOS DA SEMANA**



## MASSOTERAPIA

PROMOVE O BEM ESTAR, RELAXAMENTO E ALÍVIO DAS DORES.

**TRATAMENTOS OFERECIDOS**

- Ventosa
- Shiatsu
- Massagem Relaxante
- Massagem Expressa
- Massagem Esportiva

**DIAS DE REALIZAÇÃO DOS SERVIÇOS**

Terça-feira a partir das 19h	Quarta-feira a partir das 19h
Quinta-feira a partir das 19h	Sábado a partir das 14h

Dr. Alexandro Oliveira  
Fisioterapeuta  
Zelador

Local de atendimento:  
**Ginásio da Apcef/MA**

**Movimento Solidário**

## Campanha de ARRECAÇÃO DE LEITE

**ATÉ O DIA 06 JUNHO**

A Apcef/MA estará arrecadando leite na Secretaria.  
As doações serão entregues em cinco comunidades de Belágua (MA)

# VEM AI



**DOMINGO**  
**26**  
MAIO  
ÀS 06:45H

Corrida FENAE  
do Pessoal  
da CAIXA

FENAE APCEF

PROVAS  
**5K E 10K**

INSCRIÇÕES

SÓCIOS  
Presencial (Secretária da APCEF/MA)

COMUNIDADE  
OnLine (site Central da Corrida)

Organização: **EU CORRIDA**  
Realização: APCEFMA FENAE



Siga nas redes sociais  
@apcefma  
e acompanhe nossa  
programação completa

**SÃO JOÃO**  
APCEF/MA

**14 E 15**  
JUNHO



Deixe brilhar  
o artista que vive  
em você.

**TALENTOS**

ESCOLHA A CATEGORIA  
E REVELE SEU TALENTO  
NA EDIÇÃO DE 2019

**INSCREVA-SE**



## ATIVIDADES ESPORTIVAS DA APCEF/MA



### NATAÇÃO

CLIQUE AQUI  
e confira os horários

SÓCIOS: **Gratuito**

Comece uma rotina de lazer e fuja do estresse!

Conheça as atividades que a APCEF/MA oferece, sinta o prazer do esporte e mude sua vida.

**Outras Atividades**

## REDE DE DESCONTO APCEF/MA

### SAÚDE E BEM ESTAR



**ESPAÇO BIOSSENSAÇÕES**  
Rua dos Timbós, 31 Qd-53 - Jrd. Renascença  
Contato: (98) 3877-8626 | 98334-3553  
Instagram: @biosensacoes  
\*ACEITA CREDCHEQUE  
**DESCONTO: 20%**

### ARQUITETURA



**GRACE DANTAS ARQUITETURA**  
Av. Ana Jansen, 09 Sala 911 - Ponta D'areia  
Contato: 98 98836-9589  
Instagram: @gracedantasarq  
\*ACEITA CREDCHEQUE  
**DESCONTO: 30%**

A APCEF/MA, em parceria com a Ideal Consultoria, está firmando uma ampla rede de convênios com empresas que vão oferecer aos sócios e seus dependentes, descontos em seus serviços.

**Mais Empresas**



**APCEF/MA**

(98) 3248-1576

@apcefma /Apcefma

www.apcefma.org.br

BAIXE AGORA MESMO O APLICATIVO APCEFMA



## CLASSIFICADOS

Anúncios de Aluguel e Venda



## LOJINHA APCEF/MA

Bolsas - Toalhas - Sungas - Artigos Esportivos

## NOTÍCIAS FENAE

### CAIXA PRECISARÁ DE MAIS FUNCIONÁRIOS PARA MANTER-SE COMO UM BANCO PÚBLICO FORTE

A Caixa anunciou, na sexta-feira (17), um novo Programa de Demissão Voluntária (PDV), que prevê o desligamento de 3,5 mil empregados.



Saiba mais...



### APCEFS SE PREPARAM PARA OS JOGOS REGIONAIS 2019

Cerca de 1.200 atletas participam de 20 a 23 de junho dos eventos nas regiões Centro-Oeste, Sul e Sudeste.

Saiba mais...

### CHAPA 1 VENCE ELEIÇÃO DO SINDICATO DOS BANCÁRIOS DE BRASÍLIA

Kleyton Moraes, funcionário do Banco do Brasil, foi eleito presidente da para o triênio 2019/2022. Participam também da nova diretoria 10 empregados da Caixa.



Saiba mais...



### EXTINÇÃO DA PREVIC E CGPAR 25 APONTAM NA DIREÇÃO: MERCADO FINANCEIRO

As movimentações governamentais ocorridas desde o final do ano passado têm deixado os participantes dos fundos de pensão de orelha em pé.

Saiba mais...