

o ritmo intenso, sem o ambiente que por tantos anos foi meu espaço de pertencimento, vivi uma compulsão que desestabilizou minha vida. Veio também a depressão — *silenciosa, profunda e desafiadora*.

Foi então que, em meio à busca por ajuda, conheci a TRG (*Terapia de Reprocessamento Gerativo*). E ali começou minha verdadeira virada de chave. A TRG me ajudou a ressignificar dores antigas, a reorganizar emoções e a reencontrar o equilíbrio que eu acreditava ter perdido para sempre. Aos poucos, fui me reconectando comigo mesmo, recuperando vitalidade, clareza e paz. Mais do que me curar, a TRG me transformou. A transformação foi tão profunda que decidi seguir por um novo caminho: tornei-me terapeuta. Hoje, dedico minha vida a ajudar outras pessoas

a reencontrarem seu próprio eixo, sua força e sua liberdade emocional — assim como eu encontrei. A aposentadoria, que parecia o fim de um capítulo, tornou-se o começo de uma nova missão. E é com alegria, gratidão e propósito que sigo caminhando, agora não mais como bancário, mas como alguém que também cuida de pessoas.

A todos os colegas aposentados da CAIXA: nunca é tarde para recomeçar. A vida sempre oferece novas portas, e às vezes é justamente depois de uma grande mudança que encontramos nosso verdadeiro caminho.

Para quem quiser conhecer a TRG ou agendar uma sessão, estou à disposição no **WhatsApp: (31) 99818-6897**. Ofereço descontos especiais para associados da CAIXA e seus familiares.

Em cada região de Minas, há uma AEAMG pulsando junto aos associados. É nos encontros, nas visitas, nas conversas de perto e nas demandas acolhidas com atenção que a Associação ganha vida para além da sede.

Confira a seguir as mensagens deixadas pelos nossos representantes regionais.



Prezado(a) associado(a) da AEAMG

Que as festas de final de ano sejam de muita paz e união e que no ano novo possamos desfrutar de muita saúde e alegria de viver. Muita gratidão a Deus pela vida!

Zulmira Amélia Pontes Sabino
Representante Regional Uberaba



Aos associados da AEAMG,

O Natal é uma época mágica de alegria, amor e união! Luzes cintilantes, árvores enfeitadas e momentos inesquecíveis com a família e amigos. É um tempo para compartilhar gratidão, esperança e criar memórias que duram para sempre. Feliz Natal!

Helder Barizon
Representante Regional de Juiz de Fora



Agradecemos por este ano de aprendizado e convivência. Obrigado por cada momento compartilhado em 2025. Que o Natal seja mágico e o Ano Novo chegue repleto de novas conquistas e realizações.

Feliz Natal e um belíssimo Ano Novo!

Marcos Augusto Silva de Assis
Representante Regional de Sete Lagoas



Que neste Natal os bons sentimentos estejam presentes nas famílias de cada Associado! Gratidão por participar dos momentos de aprendizado e lazer que a AEA nos proporciona, compartilhando alegrias com pessoas queridas, que fazem parte de nossas vidas.

Desejo um 2026 de muita saúde e reencontros!
Feliz Natal e Ano Novo!

Leide Fernandes
Representante Regional Uberlândia



A AEAMG Regional Leste de Minas deseja que neste Natal Jesus Cristo renasça em nossos corações trazendo paz e alegria. Que continuemos a caminhar juntos no próximo ano. Feliz Natal e um 2026 repleto de coisas boas!

Maria Dorotéia Ferreira
Representante Regional Governador Valadares



Queridos associados,
Que este Natal renove nossa esperança, fortaleça nossa união e traga paz, saúde e alegria para cada família. Seguimos firme ao lado de todos vocês, valorizando nossa história e celebrando o espírito associativo que nos une. Feliz Natal e um novo ano de muitas conquistas!

Adilson Floro
Representante Regional de Divinópolis



Queridos Associados,

Neste Natal, queremos celebrar não apenas a magia desta época, mas também a força da nossa união. A AEA existe porque cada um de vocês acredita no valor de caminhar junto, compartilhando histórias, experiências e o orgulho de fazer parte da família CAIXA. Ser associado é muito mais do que usufruir benefícios importantes — é manter vivo um laço construído ao longo de toda uma vida profissional. Aqui, continuamos sendo colegas, aprendendo uns com os outros, fortalecendo amizades e participando de uma rede que cuida, apoia e valoriza cada membro. Que este Natal renove em todos nós o espírito de fraternidade, pertencimento e alegria. Que possamos seguir juntos em 2026, construindo novos encontros, ampliando nossa participação e fortalecendo ainda mais nossa Associação. A todos os nossos associados, desejamos um Natal de paz, saúde e esperança e que o novo ano seja repleto de bons momentos ao lado daqueles que fazem parte da nossa história.

Com carinho,

Luciene Mara Silva Macacini

Representante Regional Poços de Caldas



Mosaico

