



Lógica



Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177

Seu Jornal Revista

Ano XXIII - Edição Nº 271 de Janeiro de 2024

-E-mail: jornallogica@hotmail.com

Distribuição Mensal Gratuita

www.jornallogica.com.br

Diretora, Jornalista Responsável e Idealizadora:

Edmara Martins Soares

ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO TERÃO POUPANÇA PARA PERMANÊNCIA NA ESCOLA

**26 bilhões de dados: veja
se você está no maior
vazamento da história**

**SAÚDE: Caminhadas
curtas após refeições
pode ajudar a prevenir
diabetes**

**SEXO: Mantenha a saúde do seu
relacionamento a dois**

Caso Bizarro: Explosão causada por "pum" mata milhares de vacas

**SUZANO: Prefeitura realiza 27
grandes entregas em 2023**

**POÁ: Viveiro Municipal é
aberto para visitação**

**ITAQUÁ: Investimento de
R\$ 65 milhões em obras em
12 regiões no último ano**

**ARUJÁ: Prefeitura entrega veículo
para delegacia de defesa da mulher**

**MOGI: Fundo Social lança a
campanha Mochila Solidária**

**FERRAZ: Aumenta oferta de consultas
médicas com horário ampliado nas UBSs**

**RIBEIRÃO PIRES: Prefeitura firma
parceria com o Sesi e terá
EJA Profissionalizante**

**GUARAREMA: Governador em exercício,
André do Prado é recebido com honras no
gabinete do prefeito**

**SÃO PAULO: Prefeitura oferece
descontos de até 95% em juros e
multa do Simples Nacional**

Itaquá: investimento de R\$ 65 milhões em obras em 12 regiões no último ano

A Secretaria de Obras de Itaquá divulgou, na semana, um balanço que apresenta os trabalhos realizados ao longo de 2023. Em apenas um ano, a cidade chegou a marca de R\$ 65,1 milhões investidos em infraestrutura viária em 12 regiões, além de outras sete obras de novos equipamentos. O secretário de Governo e Obras, Marcello Barbosa, destacou a importância dos investimentos para a cidade. "São R\$ 65,1 milhões aplicados em infraestrutura, esporte, saúde e revitalização urbana que refletem nosso compromisso em melhorar a qualidade de vida da população. Estamos construindo não apenas estruturas físicas, mas fortalecendo a identidade e o orgulho de morar em Itaquá", disse. Só em infraestrutura viária, a cidade recebeu R\$ 41,7 milhões em investimentos. São aproximadamente 50 ruas e avenidas que, em sua maioria, saíram da terra e

ganham sistema de drenagem, recapeamento e sinalização. Os serviços chegaram nos bairros Parque Piratininga, Vila Esperança, Terra Prometida, Jardim Canaã, Jardim Maria Rosa II, Vila Maria Augusta, Parque Nossa Senhora das Graças, Vila Celeste, Vila Virgínia, Vila Sônia, Jardim Adriane e Recanto Mônica. Já entre as principais obras e equipamentos, os investimentos alcançaram R\$ 23,4 milhões. Entre os destaques está a construção do muro de contenção no Louzada. Com investimento de R\$ 5,5 milhões, o projeto foi pensado para fortalecer a segurança da região, além de revitalizar parte da infraestrutura comprometida por deslizamentos de terra. Outro grande marco foi a construção do Complexo Esportivo Rei Pelé, que ganhou pista de caminhada, playground, quadras de bocha, beach tennis e basquete, além de um grande campo de futebol com grama sintética



e refletores em LED. O investimento foi de R\$ 4,3 milhões. Com o intuito de contribuir com o envelhecimento saudável e autonomia de idosos, a pasta iniciou a reforma do Centro de Convivência da Melhor Idade (CEMI). O investimento é de R\$ 4,1 milhões e o espaço está recebendo troca de piso, telhado, academia ao ar livre, vestiário, piscina aquecida e coberta, salas extras para atendimento, espaço para shows e atividades, mesas para jogos e estacionamento. Ainda no esporte, a Vila Virgínia vai ganhar uma pista



de skate moderna e atrativa. Com investimento de R\$ 2,7 milhões, o espaço terá quadra de basquete, praça com academia ao ar livre, playground e quadra de areia, além de iluminação de LED e sistema de drenagem. Também foi iniciada a reforma e modernização do Terminal Urbano Manoel Feio, com investimento de R\$ 3,2 milhões. A praça Juscelino Kubitschek, ao lado, também será revitalizada. Fechando a lista, ainda estão em andamento as obras de construção da Unidade Básica de Saúde (UBS) Jardim Tropical, com investimento de R\$ 1,5 milhão, e da praça esportiva do Pedreira, com investimento de R\$ 2,1 milhões. "Hoje, Itaquá é uma cidade que investe no seu próprio futuro. Estamos presenciando a transformação da cidade diariamente, com muito trabalho e amor por cada bairro que passamos. Vamos seguir investindo em 2024", completou o prefeito Eduardo Boigues.

Prefeitura promove carreata em homenagem ao Aster Itaquá pela atuação histórica na Copinha

A atuação do Aster Itaquá na Copa São Paulo de Futebol Júnior foi histórica e segue deixando boas memórias. Para recepcionar o time e homenagear a delegação que chegou de Osasco após a derrota nos pênaltis para o Flamengo, a Prefeitura de Itaquá promoveu, no sábado (20), uma carreata especial pelas

principais ruas e avenidas da cidade. Jogadores e comissão técnica desfilaram em carro aberto do Corpo de Bombeiros acompanhado por um trio elétrico e receberam os aplausos de reconhecimento da torcida. O percurso saiu da prefeitura, na Vila Virgínia, passou pelo centro da cidade, pegou a rodovia Alberto Hinoto,

sentido Vila São Carlos e Jardim Caiuby, voltou pelo Jardim Odete e finalizou na Vila São Carlos. "A carreata foi um símbolo de gratidão ao Aster Itaquá que, em pouco tempo, fez história na maior competição de base do mundo. Deixamos nosso nome na Copinha logo na primeira vez que disputamos e isso é muito

significativo. Fica o legado, mas vamos continuar trabalhando para voltarmos ainda melhores em 2025", disse o secretário de Esporte e Lazer, Fabiano Novais. Ao longo do trajeto, torcedores, comerciantes, pedestres e moradores acenaram e entoaram gritos de apoio ao time. Uma demonstração de gratidão à equipe de frente

responsável por uma coleção de momentos impressionantes. Foram cinco vitórias, um empate e a eliminação nos pênaltis para o Flamengo, no último jogo. Além disso, a equipe deixou para trás times importantes como o Palmeiras, Sport e Santo André. "Estamos tristes por sair da Copinha com um trabalho bem

feito, na sorte dos pênaltis, que é uma loteria, mas também felizes pela trajetória que criamos e pela semente plantada. O Aster Itaquá despertou na população, em menos de um ano, o sentimento de amor e pertencimento, algo muito maior que qualquer taça de qualquer campeonato", completou o prefeito Eduardo Boigues.

POÁ: Viveiro Municipal é aberto para visitação



Espaço conta com mudas de plantas e verduras, irrigação com reuso de água da chuva e horta orgânica. O Viveiro Municipal de Poá está aberto para visitação e é uma ótima opção de passeio para as crianças durante as férias escolares. O espaço fica na sede da Secretaria Municipal de Meio Ambiente e Recursos Naturais (avenida Adutora, 1.111, bairro Nova Poá) e funciona de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. A entrada é gratuita. Ao chegar na Secretaria, o visitante é recebido por uma cascata

decorada com plantas locais e uma sala de estar a céu aberto – móveis produzidos com pneus inutilizados e recicláveis, fixados no gramado, formam um convite para se acomodar e contemplar a natureza. Mais adiante, o Viveiro Municipal, inaugurado neste ano, oferece plantas e mudas arbóreas para o plantio – elas integram o programa Adote uma Árvore e podem ser escolhidas e levadas para casa pelo visitante. "Incentivamos o cultivo de mais áreas verdes e ensinamos como

cuidar das plantas em casa. Quanto mais árvores plantadas, melhor a qualidade do ar e preservação dos nossos recursos naturais", explica a secretária de Meio Ambiente de Poá, Claudete Canada. O espaço oferece ainda outras atrações: todo o espaço do Viveiro possui sistema de irrigação abastecido pela água da chuva. Mais à frente uma horta orgânica, cultivada e cuidada pela equipe da própria Secretaria, traz uma grande variedade de hortifrutis: cenoura, tomate, repolho,

alface, ervas e temperos, beterraba, rúcula e escarola, entre outros, produtos sem nenhum agrotóxico. Toda a produção é doada para entidades sociais da cidade. "A nossa sede está aberta para visitação. Temos à disposição da população uma equipe pronta para orientar tanto na plantação quanto nos cuidados com a muda adquirida", convida a secretária. Para agendar uma visita ou obter informações sobre a Secretaria, o telefone é 4636-6408.

GCM participa de Mega Operação Policial no Alto Tietê

Ação reúne agentes das Polícias Civil e Militar, Cavalaria, guardas municipais, helicóptero Águia, Força Tática e Comando Especial. Cerca de 300 agentes da Polícia Civil e Militar, guardas municipais e agentes de operações especiais se reuniram na tarde do dia 16/01 para iniciar a maior Operação

Policial já realizada no Alto Tietê. Poá está presente com a estrutura da Guarda Municipal, garantindo o reforço nas ações de patrulhamento preventivo e bloqueios nas principais vias de acesso à cidade. Nomeada Operação Impacto, a ação conta com mais de 80 viaturas, Rádio

Patrulhamento, Forças Táticas e pela primeira vez na região, a Companhia de Ações Especiais de Polícia (Caep). Haverá ainda reforço do Helicóptero Águia, Rota, Choque, Cavalaria, Trânsito, Polícia Rodoviária, Batalhões de Ações Especiais (Baep) e Centro de Operações da Polícia Militar

(Copom). A prefeita Márcia Bin esteve no início da tarde de hoje no CSI (Centro de Segurança Integrada) para recepcionar a equipe da GCM e desejar boa sorte a todos que integram a ação. Junto com as viaturas, ela seguiu até o Parque Max Feffer, em Suzano, onde todos os grupamen-

tos se reuniram para deflagrar a Operação Impacto. De acordo com o secretário municipal de Segurança Urbana, Marcos Xavier, o objetivo é aumentar a visibilidade e a percepção de segurança em Poá e região, inibindo a prática criminosa e reduzindo os indicadores

criminais. No Alto Tietê a Operação foi coordenada pelo comandante do Policiamento de Área Metropolitana 12 (CPA/M-12), coronel Rodrigo Quintino. A ação foi deflagrada por volta das 17h e deverá se estender até a madrugada desta quarta-feira.

MOGI: Fundo Social lança a campanha Mochila Solidária



O Fundo Social de Mogi das Cruzes acaba de lançar a campanha Mochila Solidária, uma iniciativa inédita, que visa arrecadar materiais escolares, para auxiliar

famílias em situação de vulnerabilidade no início de mais um ano letivo. O objetivo é reaproveitar itens em bom estado que muitas vezes são descartados, para que mais crianças e jovens tenham o kit completo para a volta às aulas. Os itens pedidos são: lápis, borrachas, mochilas, canetas, cadernos, colas, tesouras, estojos e pastas. As doações devem ser entregues diretamente na sala do Fundo Social, que fica no primeiro andar do prédio-sede da Prefei-

tura. Tudo o que for recebido será entregue às instituições sociais cadastradas, que cuidarão da entrega final às famílias e comunidades assistidas. "Já desenvolvemos diversas campanhas de arrecadação ao longo do ano com base nas maiores demandas sazonais e percebemos que materiais escolares, neste período de início de ano, também são bastante demandados por mães e pais. Por isso, decidimos lançar esta campanha, para aju-

dar famílias que muitas vezes não têm condições de adquirir todo o kit pedido pelas escolas", destaca o presidente do Fundo Social de Mogi das Cruzes, Marcio Maldonado. Esta é a primeira vez que o Fundo Social lança uma campanha para a arrecadação de materiais escolares. Além desta, o órgão também está coletando alimentos não perecíveis e produtos de higiene e limpeza, para a Operação Verão, que visa ajudar as famílias

mais impactadas pelas chuvas, neste período do ano. Importante lembrar que o Fundo Social atende durante todo o ano, também com doações, instituições sociais, associações e entidades com cadastro ativo e atualizado, que distribuem tudo o que é recebido às comunidades em situação de vulnerabilidade diretamente assistidas. Mais informações sobre a Operação Verão podem ser obtidas pelo telefone 4798-5143.

1º Festival Gastronômico Mistura Mogiana anuncia integrantes do júri técnico que fará pré-seleção de receitas

O 1º Festival Gastronômico Mistura Mogiana, promovido pela Prefeitura de Mogi das Cruzes, divulgou esta semana os integrantes do júri técnico que trabalharão na seleção das 36 receitas que

participarão do concurso. A divulgação das receitas selecionadas acontecerá no dia 5 de fevereiro. Posteriormente, os organizadores indicarão outros cinco jurados que

atuarão em cada uma das três etapas de degustação pública, que acontecerão em três sábados (24 de fevereiro, 2 e 9 de março). Em cada uma dessas etapas, serão selecionadas 4 receitas de

um total de 12 inscritas, para a etapa final, que ocorrerá no dia 16 de março. Durante as degustações públicas, que ocorrerão no Parque Leon Feffer, cada chef levará seu prato

pré-preparado e fará a finalização no local. Serão distribuídas 300 senhas para o público presente, que fará a degustação de cada prato. Além da apresentação das

receitas para degustação pública, o Festival contará também com apresentações artísticas e a venda de artesanato e de produtos de empreendedores sociais locais.

GUARAREMA: Governador em exercício, André do Prado é recebido com honras no gabinete do Prefeito

Ao lado de autoridades como o deputado federal Marcio Alvino e o secretário-chefe da Casa Civil do Estado de São Paulo, Arthur Lima, o prefeito de Guararema, o Zé, organizou uma recepção especial para André do Prado em sua cidade natal. Pela primeira vez na história, o Estado de São Paulo tem um governador nascido em solo guararemeno. Na segunda-feira (8), André do Prado, que é deputado estadual e presidente da Assembleia Legislativa do Estado (Alesp), tendo começado a carreira política como vereador em Guararema, onde tam-

bém foi prefeito, assumiu o cargo de governador em exercício por um dia. E ele foi recepcionado com honras em sua cidade natal. Acompanhado do deputado federal e também ex-prefeito de Guararema, Marcio Alvino, André do Prado foi recebido pelo prefeito de Guararema, o Zé, que organizou um momento de acolhida para o governador em exercício. Já no gabinete do prefeito, cercado por autoridades locais, secretários municipais e ao lado do secretário-chefe da Casa Civil do Estado de São Paulo, Arthur Lima, que lhe

conferiu uma placa de homenagem, André do Prado agradeceu por todo o apoio. "Este dia, esta placa, tudo isso, não é meu. É de vocês. Porque são mais de 30 anos de vida pública, e tudo começou aqui em Guararema. Agradeço por cada palavra amiga, por cada parceria, por cada batalha que lutamos juntos. Cada um de vocês aqui tem uma história comigo, o que eu carrego sempre. Recebi, com muita alegria, este convite do governador Tarcísio de Freitas, e assumo o cargo neste dia também com muita alegria", disse André,

emocionado. Também teve um momento de fala o deputado federal Marcio Alvino, que destacou o trabalho desempenhado por André em todas as esferas em que atua. "Você, André, vem nos representando com maestria enquanto deputado e enquanto presidente da Alesp. E não poderia ser diferente neste dia, como governador. Guararema só tem a agradecer, assim como eu e todos nesta sala", disse ele. A recepção também contou com a presença do vice-prefeito e secretário municipal de Emprego e Desen-

volvimento Econômico, Odvane Rodrigues, da presidente do Fundo Social de Solidariedade e primeira-dama Carmen Rosana de Moura Santos Pierucetti, do secretário executivo do Consórcio de Desenvolvimento dos Municípios do Alto Tietê (Condemat) e ex-prefeito de Guararema, Adriano Leite, e dos vereadores e secretários municipais.



Ferraz: Aumenta oferta de consultas médicas com horário ampliado nas UBSs



A Secretaria de Saúde de Ferraz de Vasconcelos espera aumentar a oferta de mais 3,5 mil consultas médicas ao mês com o funcionamento das

cinco Unidades Básicas de Saúde (UBSs) em horário ampliado até às 21 horas no município. Desde segunda-feira (22/01), mais três postos passaram a funcionar das 7 às 21 horas: Vila Margarida, Vila Santo Antônio e Vila São Paulo, somando-se à lista das que já funcionam em horário estendido: CDHU, no Parque São Francisco e CSII, no centro. Mais de 100 pessoas passaram pelas Unidades Básicas de Saúde (UBSs) da Vila Santo Antônio, Vila Margarida e Vila São Paulo no primeiro dia de horário estendido até às 21 horas no

dia (22). As melhorias estão entre as novidades anunciadas pela Prefeitura de Ferraz de Vasconcelos para ampliar o atendimento da população na área da Saúde e foram possibilitadas mediante as contratações feitas pela administração municipal e investimentos no setor como a contratação de novos 260 Agentes Comunitários de Saúde, dos médicos do programa Mais Médicos, além do concurso público realizado para ampliar o número de profissionais nas unidades. Além da ampliação do horário de funcionamento nas unidades, a Prefeitura

de Ferraz anunciou a abertura de três unidades aos sábados a partir do próximo dia 27 deste mês. São as UBSs da Vila Margarida, Vila Santo Antônio e CSII para também ampliar a oferta de atendimento da população na rede básica. E, além disso, o agendamento on-line das consultas foi liberado para toda a população e não terá mais limitação como vinha ocorrendo, atendendo apenas alguns públicos como Pessoas com Deficiência, 50+, gestantes e crianças com menos de um ano.

Abertas inscrições para o programa Unilivre

Prefeitura de Ferraz de Vasconcelos, por meio da Secretaria de Transportes e Mobilidade Urbana, informa que abrirá inscrições do programa Unilivre, para novos cadastros e recadastramento dos atuais participantes. O processo de inscrição ocorrerá

no período de 22 de janeiro a 15 de fevereiro. O projeto concede transporte público gratuito para os estudantes universitários. Os interessados devem morar ou trabalhar pelo menos 1,5 quilômetro de

distância da faculdade ou do ponto de interligação com o transporte público, estar devidamente matriculado e com frequência efetiva na instituição pública ou privada com aulas em regime presencial. Os interessados podem verificar se

têm direitos pelas leis municipais, a saber: 3448/2022, 3450/2022 e o decreto 6547/2022. Vale salientar que o benefício será concedido apenas aos estudantes residentes no município e que se enquadrarem nos critérios estabelecidos,

a saber: declaração de matrícula do aluno, que sejam inscritos no Cadastro Único (CadÚnico), por exemplo. Mais informações, basta entrar em contato com a Secretaria de Transportes e Mobilidade Urbana pelo número 4674-4000.

RIBEIRÃO PIRES: Prefeitura firma parceria com o Sesi e terá EJA Profissionalizante

A Prefeitura de Ribeirão Pires, por meio das secretarias de Educação e Cultura e de Desenvolvimento Econômico, firmou mais uma parceria com o Sesi (Serviço Social da Indústria), para a implementação da EJA (Educação para Jovens e Adultos) Profissionalizante, que também garante certificação profissional. Essa modalidade da EJA é reservada somente para interessados que frequentam Ensino Fundamental Anos Finais (6º ao 9º ano), que tenham 15 anos, e também àqueles que participam do Ensino Médio (1º ao 3º ano), com 18 anos. O número de vagas, em Ribeirão Pires, será de aproximadamente 500 oportunidades e há previsão das aulas se iniciarem em

março. O curso é totalmente gratuito e os certificados serão emitidos pelo Sesi e pelo Senai (Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial). O curso será dividido em 80% aulas por meio de EAD (Educação a Distância) e os outros 20% de maneira presencial. A Prefeitura de Ribeirão Pires irá ceder o local para que o aluno tenha acesso ao material cedido pelo Sesi e inicie os estudos. Conforme a secretária de Educação e Cultura da Estância, Rosi Ribeiro de Marco, a iniciativa é muito bem-vinda por unir duas coisas que são importantes: os estudos e a profissionalização. "A EJA Profissionalizante vem para dar a base de ensino e de estudo para seus alunos, mas

também abre portas para o mercado de trabalho, já que a formação também dá certificado profissional", declarou a titular da pasta. Os cursos ofertados por esta modalidade da EJA são: almoxarife, assistente de RH, assistente de controle de qualidade, controlador e programador de produção, costureiro sob medida, desenhista de moda, inspetor de qualidade, operador de computador. As vagas, entretanto, seguirão disponibilidade. "Esse é um projeto que pode mudar a vida de muitas pessoas, que em algum

momento deixaram de estudar por diversos motivos. Com isso, oferecemos as vagas gratuitas aos interessados que têm o desejo de elevar sua escolaridade, propondo melhor preparo para o mercado de trabalho", afirmou Gabriel Astrazione, coordenador de relacionamento Sesi-SP, na região do Grande ABC.



Expediente

Lógica
Informações - Notícias - Variedades
11 9 8314-0177

Seu Jornal Revista
CNPJ: 24.958.890/0001-07

Escritório:
R. Tiradentes, 385 - Centro - Suzano
CEP: 08674-195
Tel: 98314-0177

E-mail: jornallogica@hotmail.com

Edmara Martins Soares
MTB 38.730 DRT/SP
Diretora, Proprietária,
Jornalista Responsável e Idealizadora

Colaboradores:
Maria do Socorro O.G. Malafaia,
Dra. Jaqueline M. B. Tamura, Layza Martins Soares de Oliveira - Hamaly Martins Soares de Oliveira, Dr. Epaminondas Nogueira, Major Fábio Ap. Doll de Moraes, André Luiz de Mello, Nubya Roberta R. Lione dos Santos.

GCM de Ribeirão Pires recebe doação de novos cachorros para integrar equipe do CANIL

Os cães da raça Golden Retriever terão papel no trabalho de buscas investigativa e educação. A Prefeitura de Ribeirão Pires, por meio da Guarda Civil Municipal, recebeu a doação de dois cães machos da raça Golden Retriever, que passaram a incorporar a equipe de CANIL da GCM municipal. A doação foi viabilizada por meio do Canil Tweedmouth, da região de Cotia. Urso (4 meses) e Ragnar (8 meses), já estão em treinamento, que deve ter duração de 1 ano e meio. "Queremos agradecer ao canil por viabilizar a chegada dos novos membros da nossa Guarda, que terão papel fundamental no trabalho inves-

titigativo e na sequência do trabalho educativo realizado nas escolas de Ribeirão Pires", disse o prefeito Guto Volpi. Os novos membros da GCM terão papel de auxiliar nas operações de buscas de desaparecidos e na procura de entorpecentes. Urso e Ragnar continuarão dóceis e entre suas funções também está a interação e socialização com a população, especialmente com as crianças nas escolas. "Todos os cães são formados por instrutores do CANIL da GCM e inicialmente estamos realizando o trabalho de obediência, mas eles já estão prontos para realizar a ati-



atividade educativa", disse a comandante da GCM de Ribeirão Pires, Neide Aparecida. Atualmente, o CANIL da GCM conta

também com Airon, um Pastor Belga Malinois, de 5 anos, que atua na busca de entorpecentes e nas ações de campo da guarda.

FOTOS: Leandro Teixeira/PMETRP

EDITORIAL

Diversidade e Esperança!

Sem dúvida, o mundo é cheio de reviravoltas e é importante tratar as pessoas com respeito e dignidade em todas as circunstâncias. A maneira como tratamos os outros pode ter um impacto significativo em suas vidas e também reflete quem somos como indivíduos. A empatia, a gentileza e o respeito são valores fundamentais para tudo. Esses conceitos apesar de filósofos são verdadeiros. O mundo dá voltas, você que se acha o bom, o melhor, amanhã sua mão estará estendida para aqueles que você desprezou! Não se esqueça! Começar o ano assim, é verdadeiramente triste, pois nada adiantou do

abraço e esperança da noite de Natal! As experiências passadas nos ensinaram lições valiosas, mas o futuro ainda é um mistério esperando para ser desvendado. Outro item importante, é que neste ano, apesar das nossas esperanças por um recomeço e que, o mundo ao nosso redor continua a enfrentar crises e conflitos, e as notícias nos lembram diariamente dos desafios que enfrentamos como sociedade, das injustiças que persistem e das lutas que ainda precisamos travar. apesar de tudo! É um ano de eleição hem! O início da corrida eleitoral esta cada

vez mais forte, é também um período de intensa especulação e análise por parte dos observadores políticos e da mídia. Cuidado com o fake news, e é importante sempre lembrar que o poder está em nossas mãos. Mas, que cada amanhecer traga consigo novas oportunidades e inspiração para perseguir seus sonhos com determinação. Que você encontre força para enfrentar os desafios que possam surgir em seu caminho e sabedoria para transformar obstáculos em oportu-

nidades de crescimento e aprendizado. Que este seja um ano de realizações e de crescimento, onde você se surpreenda com o poder da sua própria determinação. Que cada dia seja uma oportunidade para ser a melhor versão de si mesmo, e que você siga adiante com coragem, confiança e esperança, sabendo que o melhor ainda está por vir. Portanto, tenha um ótimo ano. Que Deus abençoe a todos!

Edmara Martins Soares

Ratificação de informe: informamos a todos nossos caríssimos leitores (as), colaboradores (as), amigos (as) e Clientes em geral que o Jornal Lógica, não possui qualquer tendência político-partidária, sectarismo religioso, ou que pertença a qualquer movimento institucional, social ou econômica, tornando-o assim um instrumento isento e imparcial. E que tem por seu exclusivo interesse o de bem informar. Os espaços de publicidade estão de acordo com as normas comerciais e estão à disposição dos interessados. A responsabilidade das informações contidas nos anúncios é de inteira responsabilidade do anunciante. Esmara Martins Soares - Editora



Anuncie:
(11) 98314-0177

En Epaminondas Nogueira Advogados há 57 anos

Mogi das Cruzes e Região - São Paulo - Guarulhos - São José dos Campos Vale do Paraíba

Atendemos toda a Capital de São Paulo
www.epaminondas.com.br

Mogi das Cruzes
(11) 4799-1510
(11) 9.9891-4848

São Paulo
(11) 3392-3329

São José dos Campos
(11) 3302-6023

TRABALHISTAS - INDENIZAÇÕES
FAMÍLIA - BANCOS - SEGUROS
INSS - ACIDENTES - REAJUSTES
BENEFÍCIOS

Av. Ver. Narciso Yague Guimarães, 664 - Centro Cívico - Mogi das Cruzes - SP
Em frente a Justiça do trabalho e INSS

Jorge Antun
Cível-Criminal-Trabalho e Previdenciário
Tel.: 4748-2882
e-mail: antun@aasp.org.br
R. Dr. Portugal Freixo, 358 - casa - Centro-Suzano

Jaqueline Mendes Ferreira
Av. Mogi das Cruzes, 225
Jd. Imperador - Suzano
Fone: 4746-3811

SUZANO: Prefeitura realiza 27 grandes entregas em 2023

A Prefeitura de Suzano fechou o ano de 2023 com a entrega de 27 grandes obras, que já estão mudando a vida de milhares de suzanenses. Com destaque para a Unidade de Pronto Atendimento 24 horas do Jardim Revista e o Hospital Regional do Alto Tietê (HRAT), na Vila Amorim, bem como os 600 apartamentos do Suzano Residencial II. A cidade teve nove entregas no primeiro semestre e 18 no segundo - dobrando a quantidade da primeira parte do ano. De julho a dezembro, a média foi de uma inauguração a cada 10 dias no município. Uma das mais emblemáticas foi a do Hospital Em um intervalo de duas semanas, entre janeiro e fevereiro, a prefeitura entregou duas escolas municipais para aumentar a oferta de vagas e o conforto dos estudantes: Professora Ana Maria Barbosa Garcia, no Parque Maria Helena, e Tomi Ashiuchi, no Jardim Saúde. Ainda em fevereiro, o Parque Tabamarajara ganhou uma arena esportiva composta por uma quadra de futebol society, uma de basquete 3x3 e uma pista de caminhada, podendo beneficiar até 20 mil moradores da região. Em março de 2023, a saúde de Suzano foi destaque e ganhou um grande equipamento que era esperado há mais de 10 anos: a UPA 24 horas do Jardim Revista. O complexo foi concluído durante a gestão Ashiuchi e mais

de 208,4 mil pacientes foram atendidos desde então. Para completar, também em março, foi entregue a reforma do Pronto-Socorro Infantil, melhorando os atendimentos às crianças e pré-adolescentes no local. Outra novidade que chegou ao fim em 2023 foi a do Residencial Suzano II. O equipamento foi finalizado pelo governo federal após uma intensa articulação realizada pela gestão municipal, que conseguiu fazer com que a obra fosse retomada e concluída. De presente de aniversário, a cidade também ganhou o novo local que abriga o Centro de Referência da Assistência Social (Cras) e o Cadastro Único (CadÚnico) em Palmeiras, que recebe o nome de Seiya Ishibashi. A prefeitura entregou, em maio, a primeira Central de Interpretação de Libras (CIL). No mês seguinte, fechando o semestre de entregas, outras quatro grandes obras foram inauguradas: a do novo Terminal de Transporte Complementar Vereador Antônio Valdemar Galo, no Jardim dos Ipês; a do Complexo Katuya Ashiuchi, composto por uma praça e por um prédio que vai abrigar o novo Poupatepo, construídos em área anexa ao Suzano Shopping; a da Arena Esportiva Erclia da Conceição Reis Laureano, no Jardim Vitória; e a reforma da Unidade Básica de Saúde (UBS) Alzira Pereira Mayer, no Jardim Alterópolis.

Segundo semestre A virada de semestre teve a reinauguração da Unidade Básica de Saúde (UBS) Maria de Lourdes Cardoso Mathias, no Jardim Vitória. Duas grandes e esperadas obras foram entregues pela gestão em setembro, começando pela revitalização da rua Major Pinheiro Frôes, que foi totalmente recapada desde o viaduto Ryu Mizuno até a divisa com Poá. No primeiro dia do mês, a administração finalizou a requalificação da via após a Sabesp fechar os últimos poços de suas obras que faltavam. Na mesma semana, a prefeitura liberou o trecho da rua Senador Roberto Simonsen, no Jardim Imperador, que prolonga a rua Sete de Setembro, oferecendo uma nova opção de deslocamento entre a Roberto Simonsen e a avenida Paulista, no Jardim Monte Cristo. Ainda em setembro, a administração também entregou o espaço de convivência Antônio Nogueira Alves, no Jardim Nena, e a revitalização da Escola Municipal Professora Vera Lucia Marçal Moretti, no Jardim Gardênia. Em outubro foi a vez da população do Jardim Maitê ser beneficiada com a revitalização do Espaço de Lazer Professora Hilda Candida da Costa. Além disso, a Secretaria de Transporte e Mobilidade Urbana entregou a Central de

Controle Operacional Semafórico (CCOS), um local tecnológico que garante melhorias no tráfego urbano com o controle e gerenciamento de 49 equipamentos de sinaliza-

ção "inteligentes" interligados. Outro destaque de outubro foi a inauguração de um equipamento para pessoas com Transtorno de Espectro Autista (TEA) no Complexo Poliesportivo Paulo Portela, o Portelão. Além da já citada entrega das chaves dos apartamentos de 300 famílias do Bloco B do Residencial Suzano II, o mês de novembro foi especial para a segurança pública da cidade, especialmente para os moradores da região do Parque Residencial Casa Branca, que ganharam a Base Operacional GCM José Inácio, que passou por uma completa reformulação e já conta com efetivo próprio, reforçando a segurança de bairros como Jardim Vitória, Jardim Caxangá, Vila Moraes, entre outros. A saúde

também foi prioridade com a entrega da revitalização do Ambulatório Municipal de Tisiologia, anexo à Unidade Básica de Saúde (UBS) Prefeito Alberto Nunes Martins - CS II. Já em dezembro, no dia 2, a gestão entregou o "Parque Municipal de Conservação Ambiental Professora Bianca Carla Nunes da Silva", ou "Parque do Mirante", no Sesc. No dia 5 de dezembro, outra novidade chegou ao fim: a do antigo Hospital das Clínicas, que passou a se chamar "Hospital Regional do Alto Tietê". A entrega da unidade foi realizada pelo Estado após uma intensa luta travada pelo prefeito e diversas autoridades

da região com as últimas gestões estaduais. Seis dias depois, foi a vez de reinaugar a Unidade Básica de Saúde (UBS) Professor João Olímpio Neto e o Laboratório Municipal Maria Yolanda Miguel Cano Garcia, ambos localizados no Parque Residencial Casa Branca "



Fotos: Luana Bergamini/Secop Suzano, Wanderley Costa/Secop Suzano e Gláucia Paulino/Secop Suzano

ARUJÁ: Prefeitura entrega veículo para delegacia de defesa da mulher

Na manhã de sexta-feira (12), a Prefeitura de Arujá entregou para a Delegacia de Defesa da Mulher (DDM) de Arujá um Renault Kwid novo, que será usado no reforço à proteção e atendimento das mulheres vítimas de violência. A entrega da chave foi feita pelo prefeito Luis Camargo, o Dr Camargo, e a primeira-dama Clau Camargo, para a delegada da unidade, Regina

Campanelli, na presença do também delegado do Distrito Policial (DP) de Arujá, Jaime Pimentel, dos secretários municipais de Segurança, Washington Adami e de Gabinete, Vinícius Dornelas, do presidente da Câmara Gabriel dos Santos, da Procuradora e vereadora e procuradora especial da Mulher da Câmara Municipal, Cris do Barreto, além do comandante da

Guarda Civil Municipal (GCM) de Arujá, Oliveira, além de GCMs, inclusive da Patrulha Maria da Penha, investigadores e policiais civis. A ação corrobora com as iniciativas do Executivo de fortalecer a segurança municipal, trazendo a tranquilidade que o arujaense merece. Recentemente, por meio da Secretaria Municipal de Segurança Pública, foi inaugurado o Centro de

Operações Integradas (COI), que conta com centenas de câmeras de monitoramento pela cidade, inclusive nas escolas, e houve também o aumento de 50% do efetivo da Guarda Civil Municipal (GCM), bem como a entrega de viaturas 0 km para a corporação. É a Prefeitura de Arujá, trabalhando em prol da segurança da população!



Segundo semestre de 2023 contou com várias obras e melhorias na cidade

Ainda fazendo a retrospectiva de 2023 em Arujá, o segundo semestre foi igualmente movimentado com diversas obras, programas municipais e benfeitorias para a cidade. Em julho, títulos foram entregues no dia 8 a moradores do Núcleo São Bento e do Núcleo Jardim Josely, totalizando 764 imóveis regularizados na atual gestão, o que inclui 313 que tiveram legalização de posse. No dia 9, o Fundo Social de Solidariedade promoveu a união de 25 casais, durante a 2ª edição do Casamento Comunitário, em uma cerimônia belíssima e com festa e figurino das noivas totalmente gratuitos no Arufest, que gentilmente cedeu o espaço para o evento. Em 2 de agosto, o prefeito Luis Camargo, o Dr Camargo, anunciou as obras do Pró-Criança, que tem prazo de conclusão previsto para 2024 e que vai fazer a diferença na vida de muitos pais e mães de Arujá. Em 8 de agosto, a comitiva japonesa da Província de Fukui foi recepcionada pelo prefeito no Parque dos Ipês, para conhecer a cidade, estreitar laços e formalizar parcerias. Lembrando que foi entre agosto e setembro que houve a tradicional Afjord, a feira de flores e plantas, que tem forte participação da comunidade japonesa em Arujá. Os cerca de 40 mil moradores do bairro mais populoso de Arujá

também ganharam, em 9 de agosto, um poderoso reforço na estrutura de saúde pública local. A Prefeitura entregou o prédio ampliado e revitalizado da Unidade de Saúde da Família (USF) "Dona Avelina Maria Rosa", localizada na rua Pedro Severino Martins, 231, no Parque Rodrigo Barreto. As novas instalações, que estão agora no espaço onde antes era a Secretaria Municipal de Saúde, permitiram incrementar em 50% a capacidade mensal de atendimentos, saltando de 6 mil para 9 mil, por conta da construção de 12 novas salas no complexo, chamado de UBS do Barreto, que passou a ter 33 salas. Do mesmo modo e no mesmo período, a USF do Jardim Emília foi entregue pela Prefeitura totalmente revitalizada e o prefeito Dr Camargo anunciou, na ocasião, que irá construir uma nova unidade de saúde na localidade e que manterá esta para atendimento da população. Em agosto, a Unidade Básica de Saúde (UBS) Nova Arujá também recebeu uma ampla reforma, pensada para ser modelo para os outros equipamentos de saúde da cidade, contando, inclusive, com Wi-Fi livre, sendo a primeira na cidade a dispor deste diferencial. Agosto trouxe ainda uma obra bastante aguardada pelos familiares de bebês com

necessidade de UTI Neonatal, que precisavam correr atrás do serviço em outros municípios para servá-los. Agora, eles não precisam mais se deslocar para cidades vizinhas, em casos de urgência com recém-nascidos, pois a Prefeitura de Arujá inaugurou, no dia 25, a 1ª Unidade de Terapia Intensiva (UTI) Neonatal da história da cidade. O equipamento funciona na Maternidade Municipal "Dalila Ferreira Barbosa", no Jardim Renata. Agosto fechou ainda com o saldo da Campanha do Agasalho, do Fundo Social de Solidariedade, que, sob o tema "Doe Carinho e Amor", distribuiu mais de 40 mil peças de roupas e cobertores às pessoas e famílias em situação de vulnerabilidade. Já setembro foi o mês de apreensão da 1ª Banda Sinfônica Municipal, que marcou também o início da Primavera em Arujá e, em outubro, o Fundo Social de Solidariedade realizou uma grande festa de Dia das Crianças no Estádio Municipal "Dr Armando Maiolino", para mais de 5 mil pessoas, com sorvete à vontade, hot dog, algodão doce, pintura facial, brinquedos infláveis, shows infantis e distribuição de bolas. Outubro foi um mês de comemorações, principalmente devido ao fato de Arujá ter um dos menores índices de desemprego na região, o que comprova a eficácia das Políticas

Públicas voltadas à geração de emprego e renda. Foi neste mês que a Prefeitura anunciou ter recebido, com entusiasmo, a notícia de que, conforme os dados (relativos a setembro de 2023) do Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged), o município bateu o recorde de 30.082 postos de trabalho com carteira assinada. Em 18 de outubro, Arujá inaugurou com o governo federal e a presença do ministro da Previdência Social, Carlos Lupi, a 1ª agência do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) na rua Albuquerque Lins, 101, Centro, sendo a primeira do Estado com energia solar. Outubro foi o mês escolhido para o anúncio do Mutirão de Cirurgias, uma iniciativa da atual gestão, com o intuito de agilizar a fila da Central de Regulação de Ofertas de Serviços de Saúde (CROSS) no município. Pelo programa, mais de 600 cirurgias, de diversas especialidades e que eram aguardadas há anos pelos pacientes arujaenses, foram realizadas em parceria com hospitais privados da cidade e região e continuam sendo. Novembro teve o anúncio do Programa Municipal "Desenvolve Arujá", contendo um pacote de incentivos fiscais para atração de mais investimentos na cidade e geração de mais empregos, principalmente para os moradores locais. E outra grande novidade: pela

primeira vez na história de Arujá, o município será contemplado com 150 imóveis pelo Programa "Minha Casa, Minha Vida". A notícia foi dada depois que o prefeito Dr Camargo e a primeira-dama e presidente do Fundo Social de Solidariedade, Clau Camargo, foram até o Palácio do Planalto, em Brasília, para buscar mais detalhes sobre o anúncio. No dia 28 de novembro, a Prefeitura de Arujá sediou mais um marco rumo ao desenvolvimento da cidade. O prefeito Dr Camargo assinou, junto ao delegado de Guarulhos da Receita Federal do Brasil (RFB), Júlio Sérgio Ferreira Cabrales, o Termo de Cooperação para a implantação de um Ponto de Atendimento Virtual (PAV), com serviços do órgão, em Arujá. Em dezembro, a Prefeitura inaugurou a pista de pump track na avenida João Manoel no dia 10. No dia 11, foram apresentados, no Parque dos Ipês, 24 novos integrantes da Guarda Civil Municipal (GCM) de Arujá (o 25º chegará em breve), o que representa um aumento de 50% no número do efetivo da corporação. A GCM de Arujá também recebeu novas viaturas para engrossar a já robusta frota da corporação. O último mês do ano teve ainda, como não poderia deixar de ser, mais uma edição do Natal Encantado de Arujá, que recebeu um público de

cerca de 30 mil pessoas e movimentou cerca de R\$ 3 milhões na economia local, durante os 20 dias do evento, que teve apresentação de ballet, Coral, Cantata Natalina com projeção mapeada, neve artificial e Papai Noel descendo um prédio de rapel, Parada de Natal com diversos personagens, Corrida de Natal com arrecadação de alimentos para o Fundo Social e uma inovação: a pista de patinação no gelo. Shows com artistas locais e cantores conhecidos nacionalmente, como Guilherme Arantes, Luiza Possi e Família Lima encerraram a programação, que foi do dia 2 a 22, e encantou a população arujaense e os turistas. E o Fundo Social de Solidariedade levou, com o Fundo Social Móvel, o "Papai Noel nos Bairros", por todos os cantos da cidade, onde a presidente e primeira-dama Clau Camargo distribuiu com sua equipe 1,5 mil cestas básicas e panetones e 5 mil brinquedos e doces, para a alegria das famílias e crianças de Arujá. Para fechar, com chave de ouro, o final de 2023, Arujá conquistou a certificação do Município Verde & Azul, despontando como uma das cidades mais sustentáveis do Estado de São Paulo, comprovando que é possível se desenvolver com respeito ao meio ambiente e, desta forma, fazer jus ao título de Cidade Natureza.

São Paulo: Prefeitura oferece descontos de até 95% em juros e multa do Simples Nacional

Para facilitar ainda mais a vida do empresário e da empresária paulistanos, a Procuradoria Geral do Município publicou o Edital de Transação PGM n° 6/2023, que oferece descontos de até 95% em multa e juros de acordos do Simples Nacional inscritos em dívida ativa. Para pagamento à vista, o desconto é de 95%. No caso de pagamento parcelado, é possível dividir em até 120 vezes, desde que o valor mínimo da parcela seja de R\$150,00. Nesse caso, o desconto é de 65%. O edital segue aberto até o dia 30 de abril de 2024. Para realizar o acordo basta acessar o Portal Fique em Dia, selecionar a condição de pagamento

e gerar o boleto. O acordo de transação permite a regularização dos débitos inscritos em dívida ativa, mesmo que já estejam em cobrança judicial (processo de execução fiscal) ou protestados. Simples Nacional A proposta do Simples Nacional é simplificar a vida dos empresários, consolidando vários tributos em um único pagamento, o que reduz a burocracia e facilita o cumprimento das obrigações fiscais. Por meio de uma única guia, é possível realizar o pagamento de diversos tributos, como Imposto de Renda Pessoa Jurídica (IRPJ), Contribuição Social sobre o Lucro Líquido (CSLL), PIS/Pasep, COFINS, Imposto sobre Circula-

ção de Mercadorias e Serviços (ICMS), Imposto sobre Serviços de Qualquer Natureza (ISS) e Contribuição Patronal Previdenciária (CPP). Este regime tributário foi criado em 2006 com o objetivo de incentivar o empreendedorismo no país, reduzindo carga de impostos e contribuições para micro e pequenas empresas, além de simplificar a entrega de declarações ao governo. A iniciativa foi uma resposta às dificuldades enfrentadas por empreendedores de menor porte diante das complexidades tributárias vigentes, visando promover o desenvolvimento econômico e a formalização desses negócios.

É possível optar por este regime tributário em dois momentos: na abertura do CNPJ e no último dia útil do primeiro mês de cada ano. Deste modo, o prazo para opção pelo Simples Nacional em 2024 segue aberto até o dia 31 de janeiro

Créditos de adesão

O Simples Nacional é destinado às Microempresas (ME) ou Empresas de Pequeno Porte (EPP), que não possuam nenhum impedimento previsto nos artigos 3º, inciso II, § 4º e 17 da Lei Complementar 123/2006, como: possuir uma empresa como sócia no CNPJ; possuir faturamento superior a R\$

4,8 milhões ao ano; ser constituída como sociedade por ações (S/A); possuir débito com o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS), ou com as Fazendas Públicas Federais, Estadual ou Municipal, cuja exigibilidade não esteja suspensa; Você pode conferir a lista de todos os critérios aqui. Para empresas já em atividade, o prazo para opção pelo Simples Nacional é até 31 de janeiro do ano corrente. Para as empresas aceitas, o Simples Nacional passará a valer de modo retroativo, começando em 1º de janeiro de 2024. Já para as empresas que estão começando agora, o prazo para

solicitação de opção é de 30 dias contados do último deferimento de inscrição (municipal ou estadual, caso exigíveis), desde que não tenham decorridos 60 dias da inscrição do CNPJ. Quando deferida, a opção tem efeito a partir da data da abertura do CNPJ. Se a empresa já estava incluída do Simples Nacional, não é necessário renovar este pedido e ela continua com os mesmos benefícios para 2024. No caso de empresas excluídas do regime de arrecadação por débitos em 2023, é possível optar novamente pelo Simples Nacional até o final de janeiro. No entanto, será necessário regularizar todas as pendências no momento da nova solicitação.



Formas de incorporar a gravata no visual feminino

Consultora de moda explica como utilizar essa peça para compor looks inovadores e autênticos. Durante a passagem da turnê da icônica banda mexicana RBD pelo Brasil, os fãs se destacaram não apenas pela emoção durante os shows, mas também pelo resgate do visual colegial, marca registrada do grupo. O comeback das saias plissadas, das gravatas e das camisas não é algo novo; a moda inspirada nos anos 90, com influências diretas do K-pop, tem ganhado espaço no cenário fashion global.

1. Vista-se com elegância. Recentemente, a blogueira

Thássia Naves, ícone do estilo de luxo, e a atriz Marina Ruy Barbosa incorporaram gravatas ao visual, gerando grande repercussão nas redes. A consultora de moda destaca que essa peça pode ser uma maneira elegante de adicionar um toque de estilo à alfaiataria cotidiana. 2. Utilize versões mais finas. As gravatas femininas representam um testemunho da moda genderless (ou sem gênero, unissex). Isso evidencia que roupas historicamente ligadas ao universo masculino podem ser descontraídas e estilosas. Em 2023, a alfaiataria já conquistou o guarda-roupa de muitas mulheres, e a adição de uma gravata pode representar um passo mais ousado. As gravatas agora estão

disponíveis em versões mais finas, sendo um acessório versátil, capaz de dar vida a peças mais femininas e ajustadas da alfaiataria, criando um equilíbrio interessante. 3. Inove seu estilo. Para aquelas que desejam abraçar totalmente a tendência, incorporar a gravata também com as bermudas. Esse visual



não só é ideal para os eventos de fim de ano das empresas, adicionando uma dose de moda ao traje do dia a dia, mas também é uma forma de expressar personalidade e autenticidade.



Beleza

Do tom ao subtom: Como escolher a tinta loira ideal

O cabelo loiro possui diversas nuances, com tons que variam do claro ao escuro. Seja para iluminar, ressaltar a cor ou mudar completamente o visual, há várias opções de tintas loiras no mercado.

Como escolher a tinta loira?

Para uma mudança coesa e harmônica, é importante acertar na escolha do produto. Abaixo, acompanhe as dicas:

• **Tinta x tonalizante:** se você quer uma transformação radical, "como mudar a cor do cabelo por completo, é melhor usar a tinta". Agora, para clarear ou escurecer as madeixas, o tonalizante loiro funciona bem.

• **Colorimetria capilar:** a colorimetria capilar "é uma técnica que ajuda a prever o resultado de uma aplicação de tinta no cabelo". Ela leva em consideração a cor

natural dos fios, cor dos olhos e o tom da pele.

• **Saúde dos fios:** "sempre digo que o loiro é um casamento com o cabelo, isto é, requer muito esforço para manter os fios bonitos". Por isso, "faça hidratações com frequência, nutrição capilar e reconstrução".

• **Descoloração:** para chegar em algumas tonalidades de loiro, é preciso descolorir os fios, "considerando em qual altura está a cor natural do cabelo". Faça um teste de mecha antes da aplicação. Tons de tinta loira mais usados:

Tinta loira-perolada

O loiro-perolado pertence aos tons frios e possui um fundo acinzentado.

Tinta loira-mel

Ele tem variações que atendem todos os gostos, como o loiro-mel-dourado, o acobreado e o

tabaco. Passa uma impressão mais natural, a cor é ótima para escurecer fios claros e para fazer morena iluminada.

Tinta loira-plantada

Para atingir o nuance mais clara da cor, será preciso uma descoloração completa, bem como cuidados extras, proteínas, aminoácidos, queratina e matizadores.

Tinta loira-acobreada

O loiro-acobreado possui uma alta gama de tonalidades, inclusive nuances puxadas para os tons de ruivo. É uma opção intermediária para quem quer inovar sem radicalizar.

Tinta loira-escura

O loiro-escuro é uma forma menos agressiva de clarear os cabelos. A mudança é gradual e você pode aplicar em casa.

Tinta loira-dourada

O loiro-dourado combina com

diferentes tons de pele. Ele possui um fundo mais fechado que deixa o visual harmônico. Essa é uma ótima opção para as cacheadas, pois realça a curvatura e proporciona a sensação de movimento.

O loiro-acinzentado

A cor é muito usada em luzes no cabelo, porém também fica linda em toda a extensão dos fios. Você precisará descolorir as madeixas, mas, antes, faça o teste das mechas.

Tinta loira-bege

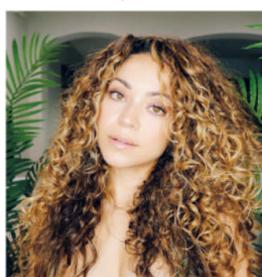
O loiro-bege é uma das cores mais cobicadas nos salões, pois transmite sutileza e elegância. Com ela, é possível obter nuances claras, iluminadas e suaves.

Tinta loira-manteiga. O loiro-manteiga combina com peles frias, claras e rosadas. Para as morenas, uma raiz esfumada

recebe bem o tom. O fundo de clareamento é o 9, que deve ser combinado com reflexos dourados, cremes ou perolados.

Tinta loira-médio

O cabelo loiro-médio se destaca por sua naturalidade, transmitindo uma imagem mais sóbria e discreta. A cor possui três tons:



natural, dourado e o acinzentado. Se você está em busca de uma



transformação segura, essa tinta é a melhor opção.

Tinta loira-champagne

O loiro-champagne é uma versão clássica, que mescla reflexos dourados e prateados, resultando em um tom parecido com a bebida. A tonalidade cria profundidade nos cabelos ondulados, cacheados e crespos, além de garantir um ar minimalista aos lisos.

Faça Você Mesma

A receita de como fazer odorizador de ambiente conta com os seguintes itens:



- Recipiente de vidro;
 - Funil;
 - 100ml de água destilada;
 - 100ml de álcool de cereal;
 - Óleo essencial (da sua preferência);
 - Corante alimentício (opcional);
 - Varetas de madeira;
- Passo a passo de como fazer odorizador de ambiente caseiro

1. Coloque os 100 ml de álcool de cereal no recipiente de vidro;
2. Acrescente 30 gotas de óleo essencial;
3. Adicione 100 ml de água destilada com ajuda do funil;
4. Caso queira, vale a pena usar o corante para deixar seu odorizante de ambiente mais bonita para a decoração;
5. Feche o recipiente e misture;

6. Deixe a receita descansar por 3 dias;
7. Abra o recipiente e acrescente as varetas;
8. Pronto! Agora você tem um odorizante de ambiente bem perfumado para deixar em todos os cantinhos da casa.



Forum das Mulheres



Dr.ª Jaqueline Mendes Ferreira
Advogada, Presidente do COMDICAS (Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente de Suzano)

LEI Nº 14.811, 12 DE JANEIRO DE 2024 MAIS PROTEÇÃO ÀS CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Crimes Hediondos, instituindo medidas de proteção à criança e ao adolescente contra a violência nos estabelecimentos educacionais ou similares, além de prever a Política Nacional de Prevenção e Combate ao Abuso e Exploração Sexual da Criança e do Adolescente. Considerando que são muitas medidas, vale destacar, no momento, a importância relevante na proteção da criança e do adolescente sujeitos ao bullying, que é a intimidação sistemática, individual ou em grupo,

mediante violência física ou psicológica, e sujeitos ao cyberbullying que trata das mesmas condutas acima, porém praticadas pelo meio ou ambiente digital, ou transmitida em tempo real. Agora as duas modalidades de bullying são consideradas crime, tendo sido acrescentado ao Código Penal o Art. 146-A e seu Parágrafo único. Outra importante novidade é a inclusão no rol de crimes hediondos, as seguintes condutas: 1. de induzimento, instiga-

ção ou participação em suicídio ou automutilação realizadas por meio de rede de computadores, de rede social ou transmitidos em tempo real; 2. sequestro ou cárcere privado contra menor de 18 anos; 3. tráfico de pessoas cometido contra criança e adolescente; 4. crimes previstos no § 1º do Art. 240 e no Art. 247 ambos do Estatuto da Criança e do Adolescente, que são relacionados a cenas de sexo explícito ou pornógr-

fica envolvendo criança ou adolescente. Vale ressaltar, que o crime hediondo é aquele que não permite pagamento de fiança, indulto, anistia ou liberdade provisória. Também fica estabelecido

um aumento de pena nos casos de homicídio praticado contra menores de 14 anos, em instituição de educação básica pública ou privada, conforme Art. 121, III e Art. 122, § 5º do Código Penal.

Essa lei que entrou em vigor no dia 15 de janeiro passado, criminaliza o bullying e o cyberbullying, altera o Código Penal, o Estatuto da Criança e do Adolescente e a Lei de

ANUNCIE:
(11) 9.8314-0177



26 bilhões de dados: Veja se você está no maior vazamento da história



Ricardo Sobrinho é especialista em tecnologia da informação, fotógrafo como profissão. Entusiasta e formado em marketing político

O vazamento de dados de usuários de plataformas como X (antigo Twitter) e Telegram, além de instituições e empresas brasileiras. Pesquisadores de segurança descobriram o maior vazamento de dados já registrado até o momento. Eles apontaram uma base de dados com aproximadamente 26 bilhões de registros de dados vazados. A base, de 12 terabytes,

foi encontrada numa instância de armazenamento aberto e é referida como a "mãe de todos os vazamentos" (MOAB, na sigla em inglês). "Ta" com pressa? Leia o resumo !:

- Pesquisadores de segurança descobriram o que é considerado o maior vazamento de dados da história, com cerca de 26 bilhões de registros em uma base de dados de 12 terabytes, apelidada de "Mãe de Todos os Vazamentos" (MOAB). Este vazamento maciço inclui informações de plataformas e serviços como X (antigo Twitter), Adobe, Canva, Dropbox, LinkedIn e Telegram;
- A equipe da Security Discovery e CyberNews, que encontrou a base, alerta para os riscos desses dados serem usados em ataques cibernéticos, roubo de identidade, esquemas de phishing e acessos não autorizados a contas pessoais e corporativas. Instituições brasileiras, como USP, SPTTrans e Petro-

bras, também estão entre as afetadas;

- Grande parte dos dados vazados são compilações de vazamentos anteriores, com muitas informações duplicadas. No entanto, a presença de combinações de nomes de usuário e senhas continua sendo uma ameaça significativa à segurança dos usuários.
- Especialistas de segurança recomendam que as vítimas deste vazamento mudem suas senhas, estejam atentas a e-mails suspeitos e utilizem autenticação de dois fatores (onde der) para aumentar a segurança;
- Para verificar se seus dados pessoais foram comprometidos em vazamentos anteriores, usuários podem usar ferramentas gratuitas como o verificador de vazamentos do CyberNews e o serviço Have I Been Pwned, inserindo seu endereço de e-mail ou número de telefone/celular. A equipe de pesquisa, composta por membros da Security Discovery e CyberNews,

alertam que os dados podem ser usados para diversos tipos de ataque. Entre eles: roubo de identidade, esquemas de phishing, ataques cibernéticos direcionados e acesso não autorizado a contas pessoais e sensíveis.

No entanto, não entre em pânico. Se você mantiver uma boa higiene de credenciais, com senhas fortes e únicas (leia-se: não reutilizadas), bem como autenticação de dois fatores onde dá, você deve estar seguro. Se não, agora é um ótimo momento para começar. Maior vazamento de dados da história (Foto: Antoni Shkraba/Pexels) A base de dados inclui registros de usuários de plataformas e serviços como X (antigo Twitter), Adobe, Canva, Dropbox, LinkedIn e Telegram, além de registros de várias organizações governamentais dos EUA e de outros países – entre eles, o Brasil (com quase 350 milhões de contas



vazadas). Entre as instituições brasileiras presentes neste vazamento de dados, estão: USP, SPTTrans e Petrobras. Já entre empresas privadas, estão: CCA, Descomplica (vazamento em 2021) e Vakinha (vazamento em 2020). Na lista de maiores "alvos" de vazamentos, o Brasil ficou na 12ª posição. Os dados constam no CyberNews. No entanto, a maioria desses dados não é nova, são compilações de vazamentos e violações de dados anteriores. Apesar de muitos registros

serem duplicados, a presença de combinações de nomes de usuário e senhas ainda representa uma preocupação significativa. Jake Moore, conselheiro global de cibersegurança da ESET, ouvido pela Forbes, adverte que nunca se deve subestimar o que os criminosos cibernéticos podem fazer com essas informações e recomenda que as vítimas mudem suas senhas, fiquem atentas a e-mails de phishing e usem autenticação de dois fatores em todas as contas.

Carros & Motos

Carro com reconhecimento facial?



Já pensou se fosse possível dar a partida no carro usando apenas o seu rosto? Pois essa tecnologia presente nos smartphones há alguns anos

está mais perto de se popularizar nos próximos anos. A Continental revelou na CES 2024 o Face Authentication Display, um painel digital com sistema de reconhecimento facial integrado. Segundo a Continental, o painel inovador tem uma tela do tipo OLED, projetada de forma a permitir que uma câmera no componente seja capaz de detectar a imagem do rosto do motorista com precisão – mesmo com os

LEDs acesos. Esse arranjo elimina a necessidade de instalação de uma câmera adicional no interior do veículo apenas para o sistema de reconhecimento facial. Além disso, pode ser integrado ao detector de fadiga e até permitir o uso de carteiras virtuais, com liberação de pagamento via reconhecimento facial. Além dessa câmera do painel, o sistema da Continental é integrado

a uma outra câmera, que vai instalada na coluna "B" do veículo. É ela que capta a imagem do rosto do motorista, que em seguida é processada por um software da parceira trinamiX, e que vai permitir - ou não - a abertura das portas. E tudo isso pode ser monitorado em uma tela no arco da porta, que só fica visível quando em uso. A fabricante alemã de componentes automotivos destaca que o software da trinamiX é tão inteligente que

pode reconhecer o aspecto da pele real e é capaz de impedir o acesso de alguém usando uma máscara com as feições do condutor. O painel com sistema de reconhecimento facial integrado não foi a única novidade mostrada pela empresa nesta edição da feira de tecnologia que acontece nos Estados Unidos. Outra inovação foi uma tela de central multimídia semitransparente, feita com cristal Swarovski.

Carro com IA: a tendência automotiva do momento



Falta pouco para você ser capaz de bater um papo com o seu carro. A CES 2024 mostra que os assistentes virtuais baseados em inteligência artificial (IA) são a nova tendência entre os fabricantes de automóveis. Depois da Volkswagen e da BMW, agora é a vez de a Mercedes-Benz revelar o MBUX Virtual Assistant, um assistente virtual integrado ao novo sistema operacional MB.OS, que usa inteligência artificial generativa para interagir de maneira

mais natural com os ocupantes do veículo. Sim, é como nos filmes de ficção científica. Por exemplo: se o condutor está atrasado para uma reunião virtual na sua agenda, o MBUX Virtual Assistant é capaz de sugerir a conexão de dentro do carro. Ou também alterar a iluminação da cabine e botar para rolar uma música relaxante quando você ativar o massageador do banco. Além disso, por ser baseado em inteligência artificial, o sistema

da Mercedes-Benz é capaz de aprender com os hábitos e as preferências do motorista de maneira contínua. Inclusive respondendo às perguntas do motorista de maneira mais natural que no atual MBUX. Outra vantagem da MB.OS são os efeitos visuais 3D no painel, dignos do mundo virtual. Para isso, a Mercedes-Benz usou o Unity, um software de desenvolvimento de jogos, para reproduzir no quadro

de instrumentos outros veículos ao redor e até edifícios. Isso sem contar a compatibilidade com apps nativos de jogos, produtividade e entretenimento. O sistema operacional - e o assistente com inteligência artificial - fazem a sua estreia no Concept CLA Class, um carro-conceito que vai ganhar uma versão de produção ainda em 2024. Além do cupê de quatro portas, as novidades serão estendidos a outros carros feitos sobre a nova plataforma MMA.



André Luiz Costa de Melo Escrivão de Polícia- 1º DP de Suzano

A fase infantil remonta o ápice da alegria. De todo enredo vivi-

Resgate a criança interior

do, extrai-se risos e felicidades. A chuva que preocupa a mãe, torna-se palco de euforia no banho ao ar livre dos pequenos; o barro, formado pelas torrentes, aguça os risos quando desliza entre os dedos do pé, provocando cócegas; Os palhaços, ainda que tenham repertório árido, fomentam deliciosas gargalhadas. Tudo é motivo para alegria. A ingenuidade pueril não permite que as crianças, nas

brincadeiras, percebam o quão sofrível é a vida adulta e por este desconhecimento, fazem das recreações representações de pessoas maduras: brincam de policiais, professores, atletas, pilotos de carro, médico. Sonham em transportar o período infantil e se transformar em "gente grande". Exaurida a fase infantil, deixamos-nos com o advento da maturidade e, com ela, a responsabilidade. Todo anseio dos pequeninos em ser adulto

termina, pois antes era apenas a fantasia e hoje a cruenta realidade. O ambiente laboral, a maternidade, paternidade, as dores, preocupações, ansiedades... Surge com isso a saudade dos tempos em que imperava o mundo de fantasias. Mas o caminho é sem volta! A jornada adulta é importante para o progresso pessoal e material. Os percalços geram a rispidez, a fadiga, a impaciência. Muitos adultos, calejados pela rotina, adotam

postura casmurra e séria, suprimidos por certas convenções sociais. Entretanto, como em toda regra há ressalvas, vemos jovens de 50, 60, 70 divertirem-se nas águas da chuva de verão, sem se importar com olhares de reprovação. As robustas águas pluviais formam o barro vermelho, escorregadio, campo atrativo para os senis deslizarem no lamaçal e rirem até faltar o ar e doer o abdome. Esquecem das dores,

da tristeza, da rotina, do que pensam a seu respeito. Após a tempestade, quando o astro rei ressurgem no firmamento, os jovens aproveitam para dançar ao ar livre, aderindo ao espírito juvenil. Seguindo o curso contrário dos infantes nas recreações, resgatam a criança interior, despojando-se de qualquer convenção e pudor e divertem-se. Por um dia, esquecem da rotina e a trocam pela roda gigante.



Fábio Ap. Doll de Moraes, Tenente Coronel da Reserva.

Estamos iniciando um novo ano e entre milhares de proposituras que fazemos para a nova etapa que inicia sempre temos as que são ligadas à saúde. Saúde mental, física, financeira etc. são várias nuances a serem observadas, mas vamos lá, em primeiro lugar o que eu entendo por saúde.

Saúde!

Em uma visão geral e bem ampla saúde é a condição em que conduzimos nossas vidas. Agora felicidade eu acredito que seja a ausência de doenças e turbações em nossa vida. Não sentir dores é um bom sinal de que a saúde física está boa. Não sentir ansiedade; fobias; receios; pressões psicológicas, também é um bom sinal de saúde mental boa. Não sentir falta de dinheiro e poder obter tudo que precisa, indica uma boa saúde financeira. Falando em saúde física existe um ponto importante para se conservar "em dia", o exame médico anual, principalmente um hemograma completo. Vou destacar só três pontos que escolhi para não me estender demais: Glicemia, colesterol e função renal.

Uma pessoa com índices glicêmicos em jejum entre 70 e 100 pode ser considerado normal, entre 100 e 125 é um pré-diabético e acima de 125 diabético. Mas existem sintomas que acompanham o quadro e são facilmente reconhecidos, principalmente quando acumulados: Cansaço e falta de energia; fome frequente; perda de peso; visão embaçada; infecções frequentes; dificuldade de cicatrização; mau hálito; vontade de urinar com frequência, e outros. O diabetes quando não controlado pode provocar cegueira, necessidade amputações e muitas complicações cardíacas, hepáticas, renais e outras. O colesterol alto ou Hipercolesterolemia é uma doença silenciosa e que nem sempre apresenta sintomas específicos por isso a necessidade de exames para

dosar os níveis: O ideal é que o HDL (chamado de colesterol bom) seja maior que 40mg/dl, o LDL (chamado de colesterol ruim) seja inferior a 130mg/dl, o triglicérides seja menor que 150mg/dl e o colesterol total seja menor que 190mg/dl. O maior risco do colesterol, gordura nas veias, é o entupimento de vasos sanguíneos, principalmente no coração e no cérebro, provocando Acidente Vascular Cerebral (AVC) e infarto do miocárdio, a necrose de tecidos cardíacos por falta de irrigação sanguínea. A doença renal crônica tem cinco estágios: 1- (pouca) Funciona bem, porém já apresenta sinal de lesão (proteína ou sangue na urina); TFG (Taxa de filtração glomerular) > 90 ml/min 2- (leve) Leve diminuição da filtração. (apresenta lesão); TFG

60-89 ml/min 3- (moderada) Diminuição moderada da filtração. (Apresenta lesão e alteração laboratorial); TFG 30-59 ml/min 4- (grave) Diminuição avançada da filtração. (Apresenta lesão, Alteração laboratorial e sintomas) TFG 15-29 ml/min 5. (FALÊNCIA RENAL) Necessidade de Dialise ou transplante renal. TFG < 15 ml/min Uma forma de se prevenir é muito simples, beber água. Quanto? Quanto o seu organismo permitir, não precisa exagerar. E é lógico que pratica de atividade física e moderação na alimentação, sem exageros, sempre é recomendado. A saúde financeira é um capítulo muito complexo, mas, resumindo: não gastar mais do que ganha e tentar guardar o máximo possível. A saúde mental depende do equilí-

brio e da resiliência, mas de forma global é importante que a saúde física e financeira esteja controlada par que os pensamentos sejam positivos e produtivos. Por isso a base da pirâmide de Maslow, é formada pelas condições fisiológicas e no topo a autorrealização, conceito puramente psicológico. Eu luto contra o diabetes e uma doença policística renal, e como todo mundo equilibro pratos para pagar as contas e acima de tudo escrevo, essa é a minha receita para manter a saúde mental. Não sou médico nem tenho graduação na área de saúde, mas tenho certeza que estas dicas, mesmo vindas de um leigo, serão uteis. Desejo a todos saúde e prosperidade hoje e sempre. Peça a Deus o todo poderoso que dê pão a quem tem fome e fome de justiça a quem tem pão.

Momento de Fé

Atitudes que ajudam

Evita-o; não passes por ele; desvia-te dele e passa de largo

Provérbios 4.15
 Todo conselho de Deus na Palavra deve ser aceito e estudado com afinco. O Senhor só fala temas de grande importância aos Seus filhos. Ao assumir essas revelações, você será vitorioso. Peça a Ele que lhe dê o dom da prudência, para evitar os dissabores que vêm sobre quem não O procura. O dom do Senhor, os Seus conselhos e o respeito a Ele farão de nós uma bênção indescritível. Ele é bom! No versículo em estudo, o Altíssimo fala acerca dos ímpios, que não herdarão a vida eterna, nem mesmo

haverá um lugar chamado purgatório onde possam pagar o preço dos erros cometidos. Ora, a pessoa pode ser a mais perdida de todas, mas, se ela entender o Evangelho, tomará posse das promessas divinas e será salva em um abrir e fechar de olhos (At 10.35). Nada melhor do que os ensinamentos de Deus. Fora da Sua Palavra, nada tem valor, é pura enganação! Dizer que alguém é infalível é brincar com a sorte, porque a Palavra declara: Porque todos pecaram e destituídos estão da glória de Deus (Rm 3.23). Observe que ela diz todos;

logo, nem o líder de uma igreja, por exemplo, pode se achar infalível; talvez, ele até seja o maior pecador. Quando muitos ignoram propositalmente a Palavra de Deus, tornam-se os piores cidadãos. Não somente o líder que aceita a mentira será apenado no Juízo, mas também aqueles que crerem nela. O primeiro mandamento do Céu é evitar os ímpios, que sabem a Verdade, mas se deixam levar pelo engano. Eles se venderam ao diabo, por isso aceitam e fazem o que lhe propõem, desde que seja para seus próprios

interesses. Se alguém precisa dar o exemplo, comecemos por nós. Jamais minta a seu respeito, nem aceite a ideia de que a mentira o "ajudará". Na verdade, ela fará você cair no lago de fogo e enxofre (Ap 21.8). Vigie! A segunda ordem é não passar pelos ímpios nem procurá-los. Ao se conduzir assim, você fará um grande bem a si mesmo e a eles também. Ao perceberem que foram abandonados por todos, refletirão, procurarão o Senhor com arrependimento sincero, receberão o perdão divino e serão salvos. Quan-

do a pessoa reconhece estar no pecado, mas não sai dele pelo fato de não ter aonde ir nem quem a sustente, ela se faz indigna de estar ao lado do Criador! Desviar-se do perigo é ter prudência. Quem se desvia dos ímpios, os mentirosos, faz um grande favor a si mesmo e ao próximo. No entanto, aquele que honra a pessoa que se considera infalível faz mal a todos os enganados por essa doutrina diabólica. A Bíblia ensina como proceder nessa situação: E ouvi outra voz do céu, que dizia: Sai dela, povo meu, para que não sejas

participante dos seus pecados e para que não incorras nas suas pragas (Ap 18.4). Se os ímpios estiverem em seu caminho – e, algumas vezes, eles se colocam lá não pelo Senhor, mas por motivos particulares –, o recado divino não manda você sair de onde Deus o colocou, e sim passar longe deles. Quando estiver em oração, peça pela conversão deles, porque Deus quer salvá-los (2 Pe 3.9). Nunca clame fora da vontade divina; use as declarações da Bíblia, a fim de se dirigir ao Senhor e creia! Em Cristo, com amor,

Missionário R. R. Soares da Igreja Internacional da Graça de Deus
 Mais mensagem ou pedido de oração "www.ongrace.com"

Como está a sua saúde mental?

Atualmente, já sabemos que cuidar da nossa saúde mental é tão importante quanto cuidar da nossa saúde física. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), 86% da população, sofre com algum tipo de transtorno. A praticidade da internet, nos trouxe agilidade e deixou a vida mais dinâmica, porém por outro lado, as pessoas se tornaram mais ansiosas, e até mesmo a questão da saúde física, se tornou motivo de ansiedade para muitas pessoas. As pessoas estão tão preocu-

padas com o que o outro vai achar dela, em como as pessoas vão olhar se não conseguir executar uma tarefa, o que vão dizer se trancar a faculdade, que esquece de fazer essa autoanálise, do que ela quer para a vida dela e para si mesma. Isso não quer dizer que não precisamos dar crédito no que as pessoas falam, mas é preciso ter equilíbrio. Nossa opinião a respeito de nós mesmos, é tão importante quanto a opinião das outras pessoas. Isso implica em colo-

car na balança todas as críticas e autocríticas. Outro ponto crucial é tirar um tempo para si. Fazer o que gosta verdadeiramente, ou seja, fazer coisas que faz sentido para nós, e isso nem sempre vai fazer sentido para outras pessoas. Gosta de passar um período sozinho? Faça isso. Gosta de ouvir som no último volume? Então ouça! Busque sempre cuidar da saúde do seu corpo. Faça seus exames de rotina, pratique exercícios físicos, evite

excessos, durma bem, coma alimentos saudáveis. E esteja sempre alerta a qualquer sinal, ninguém melhor do que nós mesmos para conhecer o nosso corpo e saber quando algo não está funcionando direito. E sempre que estiver difícil, e sentir que não consegue só, procure ajuda profissional. Nem sempre conseguimos enfrentar nossos problemas sozinhos, e pessoas capacitadas podem ajudar enxergar caminhos que a ansiedade e a preocupação por

vezes não nos deixam enxergar. Por outro lado, em um trecho da Carta de Paulo aos Romanos, ele faz a seguinte citação: Ninguém tenha de si mesmo um conceito mais elevado do que deve ter; mas, ao contrário, tenha um conceito equilibrado, de acordo com a medida da fé que Deus lhe concedeu. (Romanos 12, 13) A bíblia confirma esse conceito de que devemos ter esse equilíbrio, mas sempre tendo



Livia Sperandio
 Psicóloga e Ministra de Louvor
 liviasperandio@psico@gmail.com

a consciência de quem nós somos. Nem pior e nem melhor do que ninguém, somente pessoas únicas.

Trabalho com amor

Se você tem uma peça de roupa encostada, que não usa mais. Desapegue! Tem sempre alguém que está precisando de um abraço quentinho. A Igreja Internacional da Graça de Deus, localizada na Rua Dr. Felício de Camargo, 575, no centro de Suzano, do Pastor Márcio Fatiolo, está com um trabalho de oração. Estão recebendo peças de roupas, as quais eles lavam e passam, colocam em araras e doam para as pessoas que necessitam. A arrecadação acontece diariamente das 8h às 18h, e basta adicionar na caixa que fica no hall de entrada da igreja. Toda doação é bem-vinda! E quem precisar desses agasalhos, é só procurar a irmã Rute que ela irá com carinho ajudá-lo. A distribuição ocorre toda última quarta-feira do mês, às 9h, 15h e 19h30, no mesmo endereço

Master Force
 Instalações Elétricas

ÉDRICK RODRIGUES
 (11)9.7053-8370

comercial@masterforce.com.br
 @masterforceservicos
 www.masterforce.com.br

PROCURA-SE VENDEDOR EXTERNO

SE VOCÊ TEM EXPERIÊNCIA, COM VENDAS É COMUNICATIVO E TEM DINAMISMO E DETERMINAÇÃO ESSA VAGA PODERÁ SER SUA

Ligue:
 11-9.8314-0177

COPIX INFORMÁTICA

Suporte e Serviços para Computadores

Rua Monsenhor Nuno, 294
 Centro - Suzano - SP
 Telefone: (11) 4748-1116

EQUIPE FESTÃO DJ RUI

FAÇA SUA FESTA COM:

- DJ
- SOM
- LUZES
- SKY PAPER
- FOODS INDOOR
- PISTA DE DANÇA
- GELO SECO
- PISTA DE LED PARIS

Maquininha de Bolinha de Sabão

(11) 97366-9914 9.7400-2568
 Rua. Benjamin Constant, nº249 - Suzano - SP

LIGA SUZANENSE DE FUTEBOL DE SALÃO E DESPORTOS

FUNDADA EM 23 DE JUNHO DE 1976
 Utilidade Pública - Lei Municipal 3643/92
 Filiação a Federação Paulista de Futebol de Salão

AL Tenente José Bernardino, 927 - Cidade Cruzeiro do Sul - Suzano - SP - CEP 08673.190 - Fone:4743-3067

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

Através do presente Edital e em cumprimento ao Artigo 19, Inciso III, Artigo 22, §§ 1º e 5º e Artigo 24, ficam convocados os **clubes filiados**, para que, de conformidade com o Artigo 23, § 2º, Letra "a", tudo do Estatuto Social, a participarem da Assembleia Geral Ordinária, a ser realizada no dia **31 de janeiro de 2024 (quarta-feira), às 19:30 horas** em primeira chamada com a maioria absoluta e às 20:00 horas em segunda chamada, com qualquer número de Clubes, em sua sede social, sito à Alameda Tenente José Bernardino, nº 927 - Cruzeiro do Sul - Suzano/SP, com a seguinte Ordem do Dia:

- Eleição e Posse do Presidente e Vice-Presidente, para o quadriênio 2024/2028;
- Eleição e Posse dos Membros Efetivos e Suplentes do Conselho Fiscal, para o quadriênio 2024/2028; e
- Eleição e Posse dos Auditores do Tribunal de Justiça Desportiva, para o quadriênio 2024/2028.

Suzano, 20 de janeiro de 2024.

SÉRGIO AUGUSTO SQUILLACE
 Presidente

Site: www.futalsuzano.com.br E-mail: futalsuzano@futalsuzano.com.br

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIA EXTRAORDINÁRIA

O Presidente em exercício e Presidente em exercício do mandato do período até 23 de julho de 2020, da UNIÃO DOS APOSENTADOS E PENSIONISTAS DE SUZANO – UAPES, na forma estatutária, **CONVOCA** os associados em dia com a taxa de filiação mensal, no dia 08/02/2024, às 15:00 horas, na sede social do Clube, sito à Rua Campos Salles, nº 724, centro, nesta cidade de Suzano, que será publicado nos termos do Estatuto, com a seguinte Ordem do Dia:

- Ratificação da prorrogação do mandato da Diretoria Executiva e Conselho Fiscal, em relação ao período de 24/07/2020 até 19/03/2023;
- outros assuntos de interesse da comunidade;

Suzano, 25 de janeiro de 2024.

LUZIA GOMES DA SILVA
 PRESIDENTE PERÍODO 2020/2021

DARCIO SANDRINI
 PRESIDENTE ATUAL

Anuncie:
 (11)9.8314-0177

Maralyz
 Consultora Independente
 Entrega a domicilio

- ✓ O Boticário
- ✓ Eudora
- ✓ Natura
- ✓ Abelha Rainha
- ✓ Jequiti
- ✓ Avon

Produtos para cabelo
 Selagem Progressiva
 Botox
 Máscara de hidratação entre outros

9.5610-0455

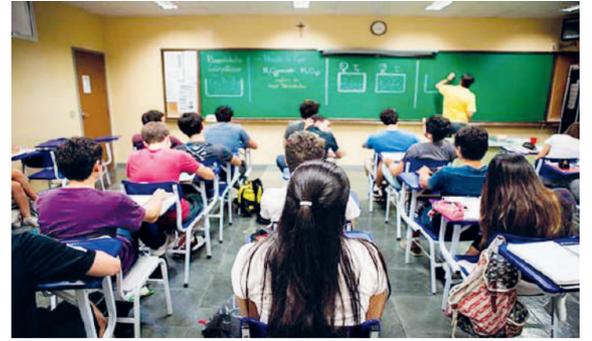
Estudantes do ensino médio terão poupança para permanência na escola

O governo Luiz Inácio Lula da Silva trabalha em um sistema misto de poupança e bolsa mensal para garantir a permanência de estudantes de baixa renda no ensino médio. O programa será voltado para alunos de famílias inscritas no programa Bolsa Família. A ideia é pagar uma poupança de R\$ 1.000 por ano para cada aluno, até o fim do ensino, médio que só pode ser sacado quando esse estudante concluir essa etapa da sua formação. Em três anos, por exemplo, seriam R\$ 3.000, corrigidos pela taxa de corre-

ção da poupança. Cada R\$ 1.000 será depositado no início do ano letivo e o ano poderá ter acesso ao extrato da conta, mas não sacar o recurso. Também faz parte do plano do governo pagar um valor mensal, em formato de bolsa, de janeiro a dezembro. Esse valor hoje é de cerca de R\$ 160, o que daria algo próxima R\$ 2.000 por ano. O governo publicou uma medida provisória (MP) nesta semana criando um fundo para abastecer essa política. O fundo é limitado a R\$ 20 bilhões, mas isso não quer

dizer que esse será o valor do programa. O objetivo da medida é reduzir a evasão escolar no ensino médio. Dados do governo mostram que 8,8% dos alunos saem da escola no primeiro ano do ensino médio. O objetivo do programa é reduzir essa evasão em pelo menos um terço. A ideia do programa hoje é beneficiar 2,47 milhões de jovens que estão no Bolsa Família, o que representa um terço do total de matrículas do ensino médio atualmente. O governo acredita que há

uma concentração de pobreza em camadas mais jovens da sociedade maior do que na população mais velha. Com esse desenho, o custo calculado para 2024 é de R\$ 7 bilhões. Esse é o valor que precisa estar no fundo neste ano para o programa começar a rodar no ano que vem com os primeiros depósitos. Do total, R\$ 1 bilhão já está no Orçamento. O restante será aportado. Nesta quarta-feira, o Senado aprovou um projeto que retira o aporte neste ano dos limites de gastos impostos pelas regras fiscais.



Nos anos seguintes, também seriam feitos aportes de R\$ 7 bilhões — mas estes dentro do Orçamento. O governo vê no programa uma potência para redução da evasão escolar. Calcula que

um gasto teria um retorno de sete vezes o valor investido. Um estudo do economista Ricardo Paes de Barros mostra que a evasão no ensino médio tira 3% de valor do PIB brasileiro.

Isenção do IR para quem ganha até dois salários mínimos sai neste mês

O ministro da Fazenda, Fernando Haddad, disse no dia (23) que está em estudo a revisão da tabela de isenção de Imposto de Renda para quem ganha até dois salários mínimos. O anúncio deve ser feito até o fim do mês.

A nova tabela vai se adequar ao novo valor do salário mínimo, que passou de R\$ 1.320 para R\$ 1.412. "Até o fim do mês a gente vai ter essa conta. Esse mês ainda a gente vai ter a conta, tá bom?", comentou o ministro ao chegar ao ministério, onde falou com jornalistas. Mais cedo, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva também comentou o assunto, na rede social X. Lula disse que vai cumprir a promessa de governo de garantir a isenção para o trabalhador que ganha até dois salários mínimos. "As pessoas que ganham até 2 salários mínimos não vão pagar Imposto de Renda. Nós vamos fazer o que prometemos," publicou. Dados da Associação Nacional dos Auditores Fiscais da Receita Federal do Brasil (Unafisco Nacional) apon-



tam que, sem a revisão, quem ganha mais de dois salários voltará a ser tributado, já que a faixa de isenção não teve reajuste e permanece na tabela em R\$ 2.112. Desconto automático Além disso, também houve um desconto automático de R\$ 528 no salário, o que, na prática, deixou a faixa de isenção em R\$ 2.640, que era equivalente a dois mínimos em 2023. Haddad evitou falar se houve acordo para revogar a medida provisória (MP) que reonera a folha de pagamentos de alguns setores da economia. Editada no fim do ano passado, a medida traz a reoneração gradual de 17 setores be-

neficiados com descontos na contribuição para a Previdência Social



PROMOTORAS LEGAIS POPULARES

De mulher para Mulher Falas de PLPs

Sou a Pastora Elizilene
Me formei Plps em Suzano incentivada por essa mulher maravilhosa, Dra Sandra Nogueira. E agora estou aqui em Itaquaquecetuba dando continuidade no trabalho que sempre queimou em meu coração. Trabalhar com mulheres, famílias etc....este curso das Plps significa muito

para mim pois ele abriu minha visão, conhecimentos que adquiri no decorrer do curso e que me ajudaram a ampliar o desenvolvimento do meu trabalho. Suzano me treinou para que eu pudesse ir e conquistar ainda mais onde o Senhor me enviar Eis me Aqui!

Obrigado a todos que Deus tem colocado em meu caminho. Deus abençoe a todos ... E lembrando: mulheres façam este curso, pois a visão de vocês irá se abrir de uma forma tremenda.



No Jornal **Lógica**

Mulheres, tem o direito de participar ativamente dos mais diversos tipos de debates, tomando decisões que influenciarão no futuro de sua vida! Quem quiser participar do curso ou ter maiores informações procure o SASPE - Serviços de Ação Social e Projetos especiais. "Rua Gal. Francisco Glicério 1332 - Centro - Suzano. Ou ligue 4743-1600

Ateliê Minh'avo Fázia
Da Tati Gama

Quem faz artesanato

- ♥ Vende seu tempo
- ♥ Vende sua imaginação
- ♥ Vende sua criatividade
- ♥ E entrega um pedaço do seu coração

(11)98442-2532 (Tati)
@atg.minhavofazia

Búzios, Crochê e muito mais...

MAIS UMA CONQUISTA!

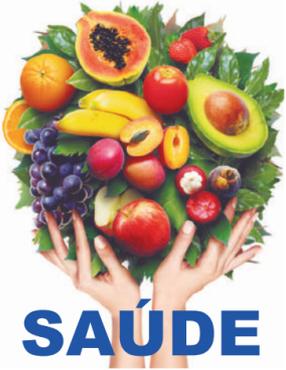
+4 MILHÕES

para a infraestrutura Suzanense

VEREADOR

ARTUR TAKAYAMA

(11) 9.4012-3597



SAÚDE

Caminhadas curtas e ficar em pé após as refeições diminuem as chances de desenvolver diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares, de acordo com a Universidade irlandesa. Ficar em pé e fazer caminhadas curtas após as refeições podem reduzir as chances de

Caminhadas curtas após refeições pode ajudar a prevenir diabetes

desenvolver diabetes tipo 2 e doenças cardiovasculares. É o que diz uma revisão de sete estudos realizada na Universidade de Limerick, na Irlanda. Os dados revelam que as pessoas que incorporam caminhadas leves após o café da manhã, almoço, jantar ou ceia apresentam níveis mais baixos de açúcar no sangue e insulina em comparação com aquelas que permanecem sentadas. Além disso, aqueles que permanecem em pé por um tempo após as refeições experimentam melhorias nos níveis

de açúcar no sangue, embora não tenham uma influência significativa na insulina. Os pesquisadores destacam que mesmo pequenas caminhadas de dois a cinco minutos já podem ter efeitos positivos na regulação dos níveis de açúcar no sangue. No entanto, os benefícios mais notáveis são observados com exercícios de 15 minutos. Essas descobertas foram publicadas na revista *Sports Medicine*. À medida que digerimos uma refeição e nossa glicemia

umenta, isso estimula o pâncreas a liberar insulina, um hormônio crucial para transportar a glicose do sangue para as células que precisam de energia. No entanto, há um limite para a quantidade de insulina que o pâncreas pode produzir e, consequentemente, para a quantidade de açúcar que nosso corpo pode processar de uma vez. Esse sistema complexo de processamento do açúcar está constantemente em ação para manter nossos



níveis de glicemia em uma faixa saudável. Quando esse processo falha, pode resultar

em doenças sérias, sendo o diabetes a mais conhecida delas.

Sexo & Sensualidade

Mantenha a saúde do seu relacionamento a dois



Lidar com a rotina não é fácil. Combater os efeitos da monotonia no relacionamento é um trabalho que exige dedicação e esforço de ambas as partes. No entanto, nada está perdido quando existe amor.

1. Não deixe passar pequenos incômodos

Muitas vezes, uma relação des-

gastada é fruto de mágoas passadas que não receberam a devida atenção. Dialogue sempre! Não há mal nenhum em discutir a relação. A famosa DR, tão mal falada por aí, é o caminho mais eficiente para resolver os problemas. Explique ao seu parceiro o que lhe incomoda, mesmo que pareça pequeno.

2. Reserve um tempo para vocês

Com a chegada dos filhos, é comum que os casais mudem suas prioridades e que se preocupem muito menos com o relacionamento, que agora já não é mais só a dois. No entanto, é primordial que existam momentos reservados especialmente para o casal. Separe um dia na semana, ou um fim de semana no mês, só para vocês dois. Saiam para jantar, para ir ao cinema ou para algo que seja prazeroso para os dois e que dê um respiro na vida agitada em família.

3. Não idealize o seu par ou seu relacionamento

Pessoas têm defeitos e isso é um fato com que todos devem aprender a lidar. Muitas vezes, as pessoas idealizam um modelo e querem que seu parceiro, ou até mesmo seu relacionamento, se

encaixe perfeitamente nele. É importante dedicar um tempo para observar as qualidades do outro. Não compare seu relacionamento com o dos outros, pois a grama do vizinho quase sempre parecerá mais verde, exceto para o próprio vizinho. Só depende de você prestar a atenção nas coisas certas e, claro, conversar quando algo realmente não lhe agrada (como falei na primeira dica).

4. Releve sempre que possível

Muitos relacionamentos acabam desgastados por pequenos conflitos desnecessários. Às vezes só você está um pouco estressado e acaba descontando essa frustração no seu parceiro.

5. Agradeça, elogie e peça desculpas

Com o passar dos anos, algumas coisas acabam se perdendo nos relacionamentos. Por exemplo, o

hábito de agradecer ao outro por pequenas gentilezas, ou de reconhecer os méritos e até mesmo de perdoar os erros.

Não importa se a outra pessoa faz a comida todos os dias, agradeça-a sempre e elogie o tempero. O mesmo vale para qualquer coisa: cuidar dos filhos, dar carinho, levar o cachorro para passear, recolher o lixo, comprar alguma coisa etc.

6. Faça pequenas surpresas

O grande vilão da vida a dois é a rotina. Para fugir dessa repetição, pequenas mudanças são necessárias. Ao dar o beijo de despedida, por exemplo, que tal tentar algo mais intenso e demorado? Antes de dormir, fuja do clássico boa noite e dê um abraço apertado e um beijo na testa de seu parceiro.

Além disso, incremente pequenas surpresas ao longo do mês. Vocês



podem fazer uma comida diferente, comprar roupas íntimas novas, iniciar uma atividade juntos — ler o mesmo livro e discutir ou começar uma série, por exemplo — etc.

O importante é fugir da rotina, deixar a preocupação de lado e se preocupar um pouco menos, mesmo que seja só por uma hora.

7. Procure ajuda

Existem alguns casos em que o relacionamento está tão desgastado que pequenas ações, como as que falei aqui, não causam o impacto que deveriam. Se essa for a situação do seu casamento, está na hora de procurar ajuda. Se você já tentou todas as dicas anteriores e não obteve resultados, não hesite em procurar uma orientação psicológica.



Receber a notícia de que um bebê está a caminho é um momento emocionante na vida de uma família. No entanto, à medida que a data do nascimento se aproxima, surgem algumas dúvidas: será que o pet vai aceitar bem o bebê? Será que o bebê não vai ter medo do animal? Será que o cão não vai acordar o bebê com latidos? São muitas as questões, mas a mais importante é como preparar nossos amados pets para essa grande mudança? Ensine comandos básicos

Ensinar comandos básicos, como "senta", "fica", "vem", "solta" e "não", não só ajuda a manter o controle sobre o seu pet, mas tam-

bém estabelece uma base sólida para uma convivência segura e harmoniosa com o bebê.

Simule a presença do bebê. Mostre os acessórios: carrinho, bebê conforto, berço, brinquedos. Interaja com esses itens na presença do seu pet para que ele se familiarize. Não deixe de aplicar os comandos e fazer uma associação positiva com petiscos.

- Exponha o pet a cheiros: use loções, óleos ou produtos de higiene infantil no seu próprio corpo para que o seu pet associe esses cheiros ao seu toque
- Socialize o pet com crianças e bebês

O melhor jeito de preparar o pet para a chegada do bebê

A exposição a outros bebês e crianças pode ser benéfica, especialmente se o seu pet não está acostumado a interagir com os pequenos.

Mais uma vez (e sempre), use os comandos e muito reforço positivo, ou seja, petisco, carinho e brincadeiras.

Já se o seu pet já não gosta de crianças ou demonstra ciúmes em relação a você, é importante tratar esse comportamento antes do bebê chegar. Consultar um profissional de comportamento canino pode ser uma opção valiosa.

Prepare a casa

Uma parte fundamental de preparar seu pet para a chegada do bebê é adaptar o ambiente da sua

casa para garantir a segurança de ambos antes da chegada do bebê.

Para isso, decida as áreas da casa onde o seu pet vai poder ou não ter acesso, como o quarto do bebê.

Enquanto isso, reforce as áreas permitidas, brincando bastante com o pet nesses locais, treinando comandos, dando carinho e petiscos. Apresente pet e bebê de forma segura.

A introdução do seu pet ao novo membro da família, o bebê, é um momento importante e requer atenção especial.

Para começar, eu indico um passeio bacana antes desse encontro, para diminuir a ansiedade



do pet. Deixe o pet cheirar o bebê de forma segura e use os comandos e para acalmá-lo e esteja atento a sinais de estresse no seu pet e afaste-o, se necessário. Caso ele esteja tranquilo, experimente deixá-lo entrar no ambiente que você estiver. E sempre recomende os bons comportamentos.

Atenção para não excluir o pet. Eu recomendo envolver outros membros da família em cuidados e brincadeiras com o pet desde a gravidez e seguir assim depois que o bebê nascer. Além disso, o enriquecimento ambiental ajuda a manter o seu peludo estimulado e ativo, além de menos ansioso.

Casos Bizarros

Explosão causada por "pum" mata milhares de vacas



Uma explosão matou 18 mil vacas e deixou mulher com ferimentos graves numa fazenda leiteira do Texas, nos EUA. E a polícia acredita que incidente, ocorrido no começo da semana, tomou essas

proporções por conta da concentração de metano — gás presente em puns e arrotos de bovinos — no local.

Conforme o xerife Sal Rivera explicou, numa entrevista ao jornal

local KCBD, uma máquina que suga estrume superaqueceu — e isso pode ter causado a inflamação do metano, que se espalhou pelo local com a explosão. Estima-se que US\$ 36 milhões em vidas bovinas — quase 95% do gado da fazenda — foram perdidos. Na cotação atual do dólar, quantia equivale a R\$ 177,48 milhões.

Na digestão, bois e vacas produzem — e soltam — muito metano. O gás é produzido por bactérias do rúmen (uma das quatro cavidades do estômago dos bichos), que ajudam a retirar energia dos alimentos mastigados pelo gado. Só que

a maior parte dos gases não sai dos bovinos via puns. Sai pela boca, numa espécie de arrotos, junto à respiração.

No Brasil, rebanhos de bovinos e outros ruminantes (cabras, ovelhas, búfalos etc) são responsáveis por 90% do metano gerado no país. Esse gás contribui com 23% do efeito estufa e é 21 vezes mais ativo, em comparação ao gás carbônico, na retenção dos raios solares que aquecem o globo.

Porém, o maior responsável pelo aquecimento global é o gás carbônico emitido por fábricas e carros. Isso porque o CO2 perdura na atmosfera por até mil anos, enquanto o metano tem vida útil de uma década.

No caso dos ruminantes, dá para reduzir a emissão de metano mexendo na dieta dos animais e diminuindo o tempo para o

abate, conforme explicou o agrônomo Sérgio Raposo, da Embrapa, em entrevista à Superinteressante.

CONVÊNIO FUNERÁRIO

C.B.O

GRUPO SÃO LUCAS

- Assistência Familiar Integral
- Assistência Funeral 24 horas
- Serviços de informação e orientação 24 hs

ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS

(11) 4746-3637

4741-2679

Visite nossa página facebook/@saolucas47463637

Sua tranquilidade é nosso compromisso!!

R. Cássia Francisco, 688 - Vl. Figueira - Suzano (em frente do IML)

Previna-se para as horas mais difíceis da sua vida

TERRA NOVA IMÓVEIS

Contabilidade

Administração de Condomínios

ANDREA THOMAZ

4799-1405

MOLAMEC

POSTO DE MOLAS

SERVIÇOS e VENDA DE PEÇAS

- Solda Bruta
- Amortecedores
- Reforma de Carretas
- Alinhamento de Chassise
- Serviços de Truck

Tel: (11) 4727-1622 / 4727-4977 / 9.4710-0046

R. Benedito dos Santos, 251 - Jundiapéba, Mogi das Cruzes - SP

Horóscopo



Aries
21/03 a 20/04

O Sol tende a iluminar seu lado jovial e fraterno ao adentrar a área de amizades. Este momento astrológico tende a evidenciar que a autoconfiança se fortalece, o que ajuda na superação de limites e na defesa dos objetivos imediatos.



Touro
21/04 a 20/05

Com o Sol na casa do trabalho, seus objetivos na carreira podem se revigorar. O céu tende a evidenciar o potencial das parcerias para fazer frente a metas tangíveis, visto a Lua no eixo amizades-material. Contudo, os desafios ganham corpo, o que pede maior capacidade de ajuste.



Gêmeos
21/05 a 20/06

Os horizontes tendem a se expandir com o Sol adentrando a casa espiritual. É possível que haja um ganho de produtividade, nutrido a confiança frente às ambições, visto a Lua entre o setor do trabalho e seu signo, e a fase crescente na área de amizades, quando as parcerias ganham impulso.



Câncer
21/06 a 21/07

O Sol pode apontar o que demanda análise ao adentrar o setor íntimo. É importante olhar as reflexões como caminho de autoaperfeiçoamento e superação dos problemas, visto a Lua no eixo espiritual-crise e a fase crescente na casa do trabalho, quando a produtividade se eleva.



Leão
22/07 a 22/08

Pode haver uma gradual abertura emotiva, favorecendo a vivência fraterna com a coletividade, considerando a Lua no eixo íntimo-amizades e sua fase crescente na casa espiritual. A felicidade das pessoas queridas se complementa à sua, pois o Sol adentra a área de relacionamentos.



Virgem
23/08 a 22/09

Sua vitalidade pode se fortalecer, o que lhe deixa proativa, visto que o Sol adentra a área do cotidiano. O momento astrológico tende a favorecer o aprimoramento interpessoal, favorecendo parcerias profissionais e o círculo de confiança.



Libra
23/09 a 22/10

Com a entrada do Sol no setor social, seu carisma tende a se elevar, o que favorece a fruição de lazeres coletivos. Este momento astrológico pode favorecer ações que melhorem a qualidade dos dias, visto a Lua no eixo cotidiano-espiritualidade e sua fase crescente na área de relacionamentos.



Escorpião
23/10 a 21/11

O lar tende a se revelar fonte de nutrição e bem-estar. Seu lado acolhedor no trato humano pode aflorar, o que leva ao fortalecimento das parcerias desenvolvidas no cotidiano, visto a Lua no eixo social-íntimo e sua fase crescente no setor das rotinas.



Sagitário
22/11 a 21/12

Este momento astrológico pode enfatizar a dimensão humana da existência, o que lhe faz aprimorar sua relação com a coletividade, do círculo íntimo a um contexto mais amplo. O intercâmbio de ideias tende a florescer com o Sol na casa comunicativa.



Capricórnio
22/12 a 21/01

Os investimentos tendem a ganhar dimensão com a entrada do Sol no setor material. Este momento pode evidenciar a necessidade de se abrir ao diálogo em prol do aperfeiçoamento das rotinas e de uma convivência tranquila com o entorno imediato.



Aquário
21/01 a 19/02

Sua vitalidade e autoestima podem se fortalecer agora com o Sol adentrando seu signo. É possível que relação prazerosa com os aspectos práticos da vida seja favorecida, ao mesmo tempo em que este momento astrológico tende a motivar o usufruto de lazeres sociais.



Peixes
20/02 a 21/03

As dificuldades tendem a ficar evidentes com o Sol na área de crise, o que lhe ajuda a se posicionar com bom senso. Este momento pode favorecer o recolhimento emocional, além de uma atuação prática em prol da estrutura do dia a dia.

Poesia



Poesia

Por onde anda meu coração
Orbita a imagem dela
Em especial alegria
Sorriso que me encanta
Imagem que me encanta
Amo essa deusa Helena

O cheiro da grama molhada
Cantar de pássaros
Gorjear da manhã e
Do anoitecer
O verão
chegou
Praia enso-
larada



Fábio Ap. Doll de Moraes,
Tenente Coronel da Reserva

Verão, sol e chuva

Chegou e arrasou
O Sol quente
A chuva aquecida

O mês de Janeiro será magnífico

Eu quero muito desejar um mês magnífico a todo mundo! Este primeiro mês do ano tem tudo para ficar na memória pelos melhores motivos, por isso, aproveite-o em grande estilo!

Muita força e coragem, muito ânimo e energia positiva é o que espero enxergar no meu dia a dia em todas as pessoas e em todos os seres ao meu

redor. É preciso viver feliz!

É claro que um mês são dezenas de dias e nem sempre estaremos radiantes e sorridentes, mas por favor, que nunca deixemos de acreditar que tudo vai dar certo. Feliz Janeiro!
Colaboração

Flor de Lis
Suzano



Culinária

Brigadeiro sem leite condensado



achocolatado, o açúcar e a manteiga, misture rapidamente e acrescente o leite. Mexa com uma colher de pau em fogo médio por aproxima-

1 copo de leite
4 colheres de achocolatado em pó
2 colheres de margarina
3 colheres de açúcar
Modo de preparo
Em uma panela, adicione o

damente 25 minutos, até obter uma consistência cremosa. Desligue o fogo e deixe esfriar por 10 minutos. Modele a massa em bolinhas e passe no chocolate granulado ou sirva em taças.

Dicas

- > O piso, móveis e superfícies brilhando (e sua casa perfumada) misturando um pouco de amaciante de roupa em um balde de água. Finalize com álcool para secar mais rápido.
- > Para as roupas não caírem dos cabides, cole um adesivo de feltro em cada ponta do cabide
- > Para as velas durarem mais tempo, cubra-as com um saco plástico e coloque no freezer por 24 horas antes de acendê-las.
- > Se você tem um aquário, quando lavá-lo, reutilize a água para regar as plantas da casa. A água é cheia de nutrientes e é um ótimo fertilizante.
- > Para impedir traças, coloque cravos em armários e gavetas.
- > Para reviver um vaso de flores murchas, adicione uma colher de chá de detergente suave.
- > Pendure quadros simetricamente: se não deseja riscar a parede com caneta ou lápis ao fazer a marcação da posição ideal para fixar o quadro à parede, aplique na região desejada do quadro um pouco de creme dental e "carimbe" a parede. É mais fácil de limpar e seu quadro estará na posição desejada.

Simpatias

Para ficar com um corpão

1. Pegue a parte de cima do seu biquíni e amarre as pontas, de modo a deixá-lo menor. Certamente o formato ficará estranho, mas você deve pensar em suas medidas diminuindo conforme o laço é dado;
2. Feito isso, dê um nó no biquíni utilizando a fita métrica focando na mudança que deseja alcançar com o corpo;
3. Por fim, esprema o limão por todo o biquíni. De acordo com os especialistas, se a gordura corporal começar a aumentar, o ácido do limão vai corroê-la. Enterre a peça juntamente com a fita e o limão ou se for mais fácil basta jogar no lixo. Caso queria, utilize uma roupa de praia que seja mais antiga e que não usa tanto, já que jogará o biquíni fora.

Frase de caminhão



Humor

Dois mortos conversando:

Do que você morreu?????
- Morri congelado...
- Como é morrer congelado?
- Bom, no começo é muito ruim. Primeiro são os arrepios, depois as dores nos dedos das mãos e dos pés, tudo congelado.... Mas depois veio um sono muito forte e eu perdi a consciência. E vc? Como morreu?
- Eu morri de ataque cardíaco. Eu estava desconfiado que minha mulher estivesse me traindo. Então um dia cheguei em casa mais cedo, corri até o quarto e ela estava na cama, calmamente assistindo televisão. Ainda desconfiado, corri até o porão pra ver se encontrava algum homem escondido, mas não encontrei ninguém. Depois corri até o segundo andar, mas também não vi ninguém. Subi até o sótão e, ao subir as escadas, esbaforido, tive um ataque cardíaco e caí morto...
- caramba!!!! Se tu olhasse no freezer nois dois tava vivo

FOTOS ENGRAÇADAS:



Divirta-se:



T	S	A	A	S	B	B	S	T	R	U	D	E	L	L
D	P	G	O	E	R	O	A	M	C	N	O	N	I	P
O	V	E	O	O	I	U	A	U	Â	N	R	A	A	S
C	R	A	W	I	G	C	C	O	N	E	A	S	C	N
E	I	N	A	D	A	O	L	A	I	T	H	A	C	
D	I	Q	O	R	D	B	E	H	B	E	E	E	A	P
E	P	A	O	D	E	I	A	O	L	E	U	L	O	A
L	A	N	A	R	I	D	M	D	S	X	F	A	T	N
A	M	R	C	F	R	B	E	E	A	A	A	R	F	E
R	O	Ç	I	R	O	B	C	S	J	Ô	U	C	O	T
A	N	A	S	M	E	A	C	O	R	F	A	O	L	O
N	H	N	A	L	K	P	R	G	A	T	A	C	H	N
J	A	I	É	E	C	Ú	E	R	V	T	M	A	A	E
A	T	M	A	R	Z	I	P	A	N	A	E	D	D	I
A	M	E	N	D	O	C	R	E	M	O	O	A	O	N

- | | | | |
|------------|---------------|-------------|---------------|
| ALFAJOR | CHEESECAKE | FOLHADO | PAMONHA |
| AMENDOCREM | COCADA | GOIABADA | PANETONE |
| BOMBOM | CREPE | MACARON | PASTELDEBELÉM |
| BRIGADEIRO | CUCA | MARZIPAN | STRUDELL |
| BROWNIE | DOCEDELARANJA | OLHODESOGRA | TRUFA |



Loja 1: Av. Katsutoshi Naito, 974 / Sesc - Suzano -Tel: 4749-5523

Social por Edmara Martins Soares

Parabéns para você...



Parabéns vereador de Suzano Denis Claudio da Silva - Filho do Pedrinho do Mercado que completou mais um ano de vida no dia 13. Que neste novo ano a vida continue te surpreendendo com as coisas mais lindas que ela possa oferecer!



Parabéns Said Rafal, que no dia 4, completou mais um ano. Desejamos que você celebre essa data por muitos anos, e que nunca lhe falte paz no coração, amor na vida, sorrisos no rosto e companhias maravilhosas.



Parabéns Cendyi Carolina Galdino Chiarelli, que completa 1 mais um ano de vida no dia 29. Que a vida te presenteie somente com coisas belas e que nunca te faltem bons motivos para comemorar



Parabéns José Benedito Dos Santos que completou mais um ano de vida no dia 19. Desejamos a você muita paz, saúde, sorrisos e muito mais! Esperamos que seja leve a sua caminhada com muito amor e prosperidade.

- 01- Rosa Donato Viegas
- 03- Luiz Carlos Aro
- 03- Valdeneia M. de Souza
- 05- Fabio Carvalho Caiuby
- 05- Carlos Junior Fotógrafo
- 06- Ivan Carlos Lopes
- 06- Amauri Guida Bittencourt
- 06- Anna Britto
- 07- Jair Lopes
- 07- Alipio Dos Santos
- 07- Vanessa Santos
- 07- Angela Dei G F de Oliveira
- 07- Ronaldo L. do Nascimento
- 07- Cristiane Sá Pacheco
- 07- Katia Brajão Katia
- 07- João Bento Neves
- 08- Thalita Soares
- 08- Washington Pereira
- 08- André Florida Bartender
- 08- Klebão Fernandes
- 08- Tati Trindade
- 08- Marcos R. de Araujo
- 08- Eunice Viviane
- 08- Simone Santos
- 08- Antonia A. F. da Silva
- 08- Marisete Nicolas Dutra
- 09- José Francisco da Silva
- 09- Rogério Barros
- 10- Tavares Elizabeth
- 11- Rosângela Melo
- 11- Martin Asbeck
- 11- Alex Oliveira
- 11- Vanessa Silva
- 11- Manoel Gilberto da Silva
- 11- Viviane C. da Silva
- 12- Marilene Souza da Silva
- 13- Sonia Maria da Silva
- 14- Célia Regina Gonçalves
- 14- Alexandre de Oliveira
- 14- Armando Tavares Filho
- 14- Berenice Pavesio
- 14- Alexandre Prado
- 14- Marcos Torraca
- 14- Paulo Garcez
- 15- Elenita M. dos Santos
- 15- Jonas Sousa
- 15- Aline Pimentel
- 15- Aurelio Abranches
- 15- Aparecido S. Cardoso
- 16- Flavio Martins



Parabéns Edely Martins Soares de Oliveira, que completou no dia 24 mais um ano de vida. Que nunca lhe falte saúde, nem vontade de viver, pois tenho certeza que muitas bênçãos ainda estão para acontecer, muitas realizações estão por vir. Você como suas irmãs e netos são os principais motivos da minha felicidade na vida. É o que deseja sua mãe com muito amor.



Parabéns Monica Vígantzky que no dia 13 completou mais um ano de vida. Você é uma pessoa incrível. Que nesta nova fase de sua vida, você tenha muito sucesso e traga consigo muito amor e paz!



Parabéns ao jovem, Kenner Wilk Alves Souza, que aniversariou no último dia 12. Muitas felicidades a você, que com esse seu jeitoinho, consegue transmitir toda a alegria, para fazer uma pessoa feliz. Que você consiga descobrir muito mais ideais, do que aqueles já conseguidos, e fazer disso uma lição de vida.

- 16- Clayton Dos Santos
- 16- Cláudia Santos
- 16- Vivi Souza
- 16- Adriano Guimarães
- 16- Viviane de S. Q. dos Santos
- 17- Mário Almeida
- 17- Rodrigo Pellegrini
- 17- Arinan Gomes Silva
- 17- Gisele Mattos
- 17- Marcio F. C. Quintero
- 17- Amanda Lino
- 18- Pedro Pereira
- 18- Wilson Neves
- 18- Pedro Pereira
- 18- Gianuzzi Edson
- 18- Patrícia Bernardo
- 18- Adriana Reis
- 19- Neuzeli Feliciano
- 19- Breno Pascale
- 19- Bethy Ferreira
- 19- Jefferson Bueno
- 19- Samuel Franco
- 19- Taty Muniz
- 19- Regina Ap. Kitada
- 19- Hugh Capeto
- 19- Antônio Carlos Santos
- 19- Samuel F. Arquiteto
- 19- Diego Ubada
- 19- Márcio Jose
- 19- Lilian Benjamim
- 19- Breno Pascale
- 19- Marcio Rodrigues
- 19- Cristina Mello
- 20- Entony Gabriel
- 22- Katia Horomi Martins
- 22- Luiz Cordeiro
- 22- Eduardo Carlos Felipe
- 22- Patricia Leis Suzanmuros
- 22- Reginaldo Flor
- 22- Arievílio Eliane
- 22- Izilda Da Costa Pereira
- 23- Sandra Franco
- 23- Leninha Fernandes
- 23- José Roberto Barone
- 23- Marcos Roberto
- 24- Luiz Henrique de Campos
- 25- Lucia S dos Santos
- 25- Paulo Humberto Cardoso
- 25- Paulo Takamura
- 25- Ricardo Ferreira
- 25- Maria Angela Cassimiro
- 25- Felipe Anderson
- 25- Lene Costa
- 25- Paula Ap. R. F. de Oliveira
- 25- Magali Ap. Kapamadjem
- 26- Lene Costa
- 26- Celso Arruda
- 26- Suzana Massa
- 26- Reginaldo Leandro
- 31- Wanderly Martinelli Gama

Rotary Cub Suzano Sul fechou o ano de 2023 com muita festa!

O Rotary Club Suzano Sul, Distrito 4563, sempre com ideal de servir a família e comunidade suzanense, encerrou o ano de 2023 com uma celebração vibrante e festiva no dia 21 de dezembro, refletindo o compromisso contínuo com a comunidade e os sucessos alcançados ao longo do ano. Entre sorrisos e gratidão, membros se reuniram para celebrar as conquistas coletivas e fortalecer os laços que unem a organização. Marcando os 31 anos do Clube, a



integração de mais sócios, e o aniversário do presidente e companheiro Joaquim Major Castro de Souza, que também comemorou o aniversário de casamento.

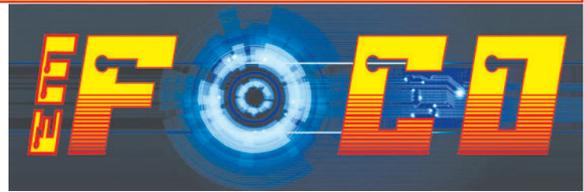
Durante o ano, o Rotary Club Suzano Sul empreendeu uma série de iniciativas impactantes, desde projetos comunitários até ações humanitárias. A última reunião do ano, marcada por discursos inspiradores e momentos de confraternização, destacou o papel fundamental desempenhado pelo Rotary Club Suzano Sul.



Ao fechar o ano com muita festa, o clube reforçou seu comprometimento em continuar a fazer a diferença em 2024. celebrando não apenas o fim de um ano, mas o início de novas oportunidades para servir e transformar vidas. Foram empossados os novos rotarianos: Edmara



Secretário da Saúde Pedri Ishi e sua esposa Déborah Raffoul, governadora Ana Maria de Lina Forli do Distrito 4563, Ariovaldo pereira Nunes, Jefferson Fernando da Silva, Juvenal antonio da Silva, Rodrigo Kenji de Souza Ashiuchi, Eduardo Felipe Sanches, Kleiton Roberto de Souza, Zenemon Yamamoto, Erika Alves Castro de Souza, Mauro Vaz e esposa Emmanuelle Isabel, Cida Mora, Sidney, Alberto Kariya e Mariusa Massako Akamine Kariya, autoridades e convidados. O presidente encerrou com a frase muito atual que vivemos no nosso Brasil para refletirmos: "O QUE ME PREOCUPA NÃO É O GRITO DOS MAUS, MAS O SILÊNCIO DOS BONS" Martin Luther King Jr. Gestão 2023-24 sob o tema " Crie Esperança no Mundo!"



Inauguração da Nova sede da Contabyte



No dia 18, um capítulo histórico foi escrito na trajetória da Contabyte, uma empresa que há mais de 10 anos tem sido sinônimo de inovação e excelência no universo tecnológico. A inauguração de sua nova sede, um evento grandioso e aguardado, foi marcada por emoção, entusiasmo e uma aura de prosperidade.

Localizada estrategicamente no centro de Suzano na Praça dos Expedicionários, 69, a nova sede da Contabyte representa não apenas um espaço físico expandido, mas um símbolo do crescimento contínuo e do comprometimento com a evolução tecnológica. O evento contou com a presença de líderes empresariais proeminentes, parceiros estratégicos, colaboradores dedicados e outros membros importantes da comunidade empresarial e política da cidade.

A cerimônia começou com palavras inspiradoras do CEO da Contabyte,



Robson Fernandes Guedes que é, é Especialista em Administração Pública pela Fundação Instituto de Pesquisas Contábeis, Atuariais e Financeiras (FIPECAFI) e bacharel em Ciências Jurídicas pela Universidade de Mogi das Cruzes (UMC), possui um extenso currículo e mais de 20 anos de experiência nas áreas de Administração, Finanças, Contabilidade e Orçamento Público, onde expressou sua gratidão por todos que contribuíram para o sucesso da empresa ao longo dos anos. Ele destacou a importância da inovação constante e da adaptação às mudanças do mercado, valores que têm sido fundamentais para o contínuo sucesso da Contabyte.

O design moderno da nova sede reflete a visão futurista da empresa. Os convidados puderam ver todas as instalações impressionantes, destacando áreas de trabalho colaborativas, recepção, reuniões, equipamentos, e muito mais, para promover a criatividade e um bom desempenho de trabalho.

O evento estava com atmosfera carregada de otimismo e expectativas



para o futuro brilhante da Contabyte. A nova sede não é apenas um edifício impressionante, mas um testemunho do espírito empreendedor, da dedicação aos clientes e da busca constante pela excelência. A empresa se projeta para um futuro vibrante, continuando a inovar, inspirar e moldar o cenário tecnológico com sua presença marcante. Este evento será lembrado como um marco significativo na história da Contabyte e um sinal de grandes conquistas que estão por vir.

Uma marca quando registrada indica procedência, qualidade e agrega valor ao produto e serviços oferecidos. Anuncie: 9.8314-0177

Em Destaque...

São Paulo Completa 470 Anos: Uma Jornada de Diversidade e Progresso

São Paulo celebrou 470 anos de uma história rica e multifacetada no dia 25/01/2024. Desde sua fundação em 1554, a cidade transformou-se em um centro cosmopolita de cultura, com influências que vão desde as tradições indígenas até a modernidade dos arranha-céus. Em meio a desafios urbanos, a metrópole mantém sua vitalidade cultural, gastronômica e artística. Pa-

rabéns, São Paulo, por quatro séculos e meio de crescimento e diversidade! Apesar dos desafios urbanos, São Paulo mantém seu vigor e busca soluções inovadoras. O cenário cultural e artístico é um destaque, com teatros, museus e galerias que tornam a cidade um polo criativo. A gastronomia, rica e diversificada, é um convite ao deleite dos sabores. Neste aniversário, São Paulo

celebra não apenas sua história, mas também olha para o futuro. Os desafios persistem, mas o compromisso com um desenvolvimento sustentável e inclusivo permanece firme. Parabéns, São Paulo, pelos 470 anos de resiliência, cultura e progresso! Que os próximos capítulos dessa jornada sejam marcados por mais conquistas e prosperidade.



73º Intercolonial: Aceas dá Show de organização



Organizar uma competição com 600 atletas de 13 regiões, jogando em 3 dias, equipes, duplas e individual em 30 categorias, não é uma tarefa muito fácil. Inúmeros detalhes como alojamento, refeições, café da manhã, mesa de controle, desfile de abertura, convidados especiais, uniforme, montagem das mesas e

as falhas que ocorreram. Anderson Crepaldi e Artur Takayama de Suzano, estavam lá para atender todas as solicitações e para o meu espanto, ninguém se manifestou, portanto o resultado foi, FALHAS=ZERO, fora o show das instalações do ACEAS com seu Presidente Carlos Hiraoka, a Diretora da Escola Keiko Anraku e

diamos esconder nossas origens, raça amarela, olhos puxados, etc. Dai, nossa comunidade começou a se fechar, e a se reunir em grupos formando as colonias, para sofrerem menos os ataques dos "Gaijins", mesmo sendo brasileiros descendentes. Inicia assim os Campeonatos Intercoloniais onde participavam

tando apenas dois na atualidade. Atletismo e Tênis de Mesa. Sou o responsável por manter esta tradição da cultura japonesa desde 1984, onde tivemos muitos problemas na década de 80/90, quando quase encerramos esta competição. Sr Issui Takahashi, então presidente da Comissão Organizadora



Intercolonial, me convidou para coordenar a parte técnica de inscrições, tabela de jogos, horários e o andamento dos jogos no Torneio. Tive que enfrentar muitos problemas para moralizar e criar regras duras, visando um evento de qualidade técnica e organizacional, criando até inimizades por não abrir as famosas exceções.



Artur Takayanma, Marlene Takahashi 25 vezes campeã, Eng. Marcos Yamada e Consultor Especialista em Tênis de Mesa

stands, festa de confraternização, sonorização, banheiros, chuveiros, ou seja, somente quem organizou um, sabe o trabalho que dá. Por isso poucas regiões tem condições de sediar uma etapa e geralmente quem reclama e porque nunca organizou. Em nosso Congresso Técnico onde alteramos todo o regulamento através das votações, elegemos o meu tenista do ano para o Jornal, também recebemos as reclamações das regiões sobre



o apoio da Prefeitura de Suzano, liderada por Rodrigo Ashiuchi e Nardinho.

A apresentação de Artur Takayama, na premiação e na festa de confraternização, onde temos uma competição de karaôke, foi um show a parte. A sensatez do líder Anderson Crepaldi, foram primordiais para esse sucesso em Suzano.

Como todos sabem, na época da 2ª guerra mundial, o Brasil se aliou aos Estados Unidos, a partir de então inúmeras histórias de "bullying", começaram a surgir, já que não po-

apenas os descendentes de japoneses; primeiro de Atletismo, Tênis de Mesa, Natacao e outros que já nem existem mais, como os de Voleibol, Futebol, Xadrez, res-



Desde 1992, o formato ficou num padrão aceitável, onde pudemos tirar o campeonato de São Paulo e levar para outros polos como: Maringá, Londrina, Campo Mourão no Paraná, Volta Redonda RJ, Goiânia GO, Brasília DF, Cuiabá MT e em SP, Ourinhos, Registro, Mogi, Suzano, Marília, Guarulhos, Itupeva e Arujá.

Região do CONDEMAT+ ganha Casa Abrigo para Mulheres Vítimas de Violência



O Consórcio de Desenvolvimento dos Municípios do Alto Tietê (CONDEMAT+) dá mais um importante passo nas políticas públicas para as mulheres com a implantação do Serviço de Acolhimento Institucional para Mulheres em Situação de Violência – Casa Abrigo. Já em funcionamento, e a primeira no modelo regional, a unidade possui 20 vagas disponíveis para acolher mulheres e seus filhos menores de idade. O novo serviço foi implantado com cofinanciamento do Governo do Estado e atende as cidades de Ferraz de Vasconcelos, Guararema, Itaquaquecetuba, Mogi das Cruzes e Poá. Nesta quarta-feira (24/01) as equipes dos Centros de Referência Especializados de Assistência Social (CREAS) e Centros de Referência da Assistência Social (CRAS) se reuniram para alinhar o fluxo de acolhimento. O presidente do CONDEMAT+, Vanderlon Gomes, prefeito de Salesópolis, destacou que a instalação da unidade fortalece a rede de Assistência Social regional e é resultado de um importante tra-

balho realizado nos últimos anos. "O consórcio já mantém ações de acolhimento temporário para as mulheres vítimas de violência e agora, com a Casa Abrigo, ampliamos nossa atuação. Essas iniciativas consorciadas colaboram para expandir os serviços, ajudam a reduzir os custos e oferecem atendimento de excelência para os moradores da região", avaliou. O Serviço de Acolhimento para Mulheres em situação de violência está em atividade desde o final do último ano e é executado pela Organização da Sociedade Civil (OSC) Recomeçar, entidade especializada no atendimento de mulheres vítimas de violência há mais de 15 anos no Alto Tietê. O novo equipamento se soma aos esforços do consórcio na área de políticas para mulheres, que desde junho de 2022 mantém o programa Acolhe, em parceria com o Instituto Avon e o Grupo Accor, o qual disponibiliza abrigo temporário em hotéis para mulheres em situação de violência doméstica, caso necessitem deixar suas casas, além de um leque de ações assistenciais.

Seus Direitos



Dr. Epaminondas Nogueira
Dra. Carmen Cecilia Nogueira Beda
Sócia do Escritório Epaminondas Nogueira Sociedade de Advogados OAB/SP 111.878 contato@epaminondas.com.br WhastApp +55 11 998914848

Ano se iniciando e as resoluções de ano novo, ainda fres-

Qualidade de Segurado – Ter ou não ter?

quinhas, todos buscando um ano melhor, um futuro melhor. Nesse compasso é importante também, além das tradicionais decisões de início de ano, se preocupar em saber se está mantida a sua Qualidade de Segurado junto ao INSS. Qualidade de Segurado junto ao INSS? Com certeza, você fez aquela cara de interrogação, porque muito provavelmente você não sabe o que é isso, nem para que serve, e, lógico nem imagina porque se preocuparia com isso, mas acredite é importante. Quem tem Qualidade de Segurado está amparado pelo INSS, assim como a família, em caso de doença, acidente, incapaci-

dade para o trabalho ou morte. A Qualidade de Segurado é mantida por todo trabalhador que tenha carteira assinada, ou que recolha INSS como facultativo ou autônomo. Existem ainda algumas outras condições em que a Qualidade de Segurado é mantida por um tempo determinado, como por exemplo quando o trabalhador já tenha recolhido ao INSS por pelo menos 12 meses, em caso de desemprego, nos 12 meses subsequentes permanece mantida essa condição, já o trabalhador que tenha mais de 10 anos de recolhimento ao INSS, terá a possibilidade de manutenção dessa qualidade por 24 meses, essas são as principais

possibilidades, existem algumas outras exceções. Assim, fica a dica importante, o fato de ter havido recolhimentos ao INSS em algum momento, não significa que se houver uma incapacidade para o trabalho, ou, em caso de falecimento, o trabalhador ou sua família ficarão amparados pelo INSS. A condição para receber benefício é que o Segurado no momento do infortúnio tenha mantida a Qualidade de Segurado. Dito isso, mesmo que esteja sem um trabalho regular, é importante realizar o recolhimento de contribuições ao INSS, para que seja garantida a possibilidade de benefício.

É muito comum ver viúvas e órfãos, sem a possibilidade de receber Pensão por Morte porque o segurado não tinha mais a Qualidade de Segurado, apesar de ter recolhido INSS por vários anos. Caso o trabalhador perca a Qualidade de Segurado, para reconquistá-la, será necessário o recolhimento por 12 meses ininterruptos, portanto, é preciso ficar atento, para se evitar essa condição desfavorável, mas se isso aconteceu, não perca tempo e recomece seus recolhimentos ainda esse mês. Quem trabalha sem registro em Carteira, também tem a possibilidade de ter reconhecida a Qualidade de Segurado, mas

para isso será necessário dar entrada em Ação Trabalhista, onde se reconheça o vínculo de emprego, quando então o empregador será obrigado a efetuar o registro. Na dúvida é importantíssimo consultar um advogado especializado ou se dirigir ao próprio INSS para que esclareça como se manter segurado.



Clique no QR Code para mais informações sobre esse e outros temas



Tel: 4744-5514

Venha abastecer com qualidade e com o melhor atendimento!

Auto posto

OKABE

R. Baruel, 261 - Vila Costa, Suzano - SP

Troca de óleo

