



Lógica

Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

Ano XXIII- Edição Nº 274 de ABRIL de 2024
-E-mail: jornallogica@hotmail.com

Distribuição Mensal Gratuita
www.jornallogica.com.br

Diretora, Jornalista Responsável e Idealizadora:
Edmara Martins Soares

PROGRAMA: INTERNET BRASIL, OFERECE CHIPS GRATUITOS

Suzano: Solenidades marcam abertura oficial do 'Suzano Faz' e da 'ExpoFlores'

ITAQUÁ: Reforma do Terminal Manoel Feio alcança 40% de conclusão

ARUJÁ: 3ª Edição do Festival do Chocolate, um dos eventos mais saborosos da cidade e região!

Poá: É considerada pelo segundo ano Eficiente na Gestão de Resíduos Sólidos

Ferraz: Prefeitura autoriza retomada das obras no Centro de Convenções

MOGI: Prefeitura recebe duas novas viaturas para a Guarda Civil Municipal

Guararema: Prefeito inicia construção de Centro de Eventos, Convenções e Exposições

Ribeirão Pires: Sistema eletrônico reforça segurança nas escolas municipais

São Paulo: Dia Nacional dos Povos Indígenas: como um serviço criado há pouco tempo faz muito pelas aldeias

Sexo: Será que os opostos se atraem?

Moda: Braceletes: Veja como a peça pode transformar o seu visual

Casos bizarros: Homem que dormiu em um ônibus, foi decapitado e teve partes do corpo comidas por um canibal



ITAQUÁ: Reforma do Terminal Manoel Feio alcança 40% de conclusão

As obras de modernização do Terminal Urbano Manoel Feio, em Itaquaquecetuba, alcançaram 40% de conclusão. Com investimento de R\$ 3,2 milhões, a reforma teve início em dezembro de 2023 e está em ritmo acelerado. Até o momento, foi finalizada a demolição do telhado e do

pavimento do espaço, além da reforma da administração e dos banheiros. A próxima etapa inclui a construção de guichês de atendimento, plataformas para embarque e desembarque, além de uma nova cobertura. "É emocionante ver o progresso das obras do Terminal Ma-

noel Feio. Essa revitalização vai melhorar tanto a infraestrutura como a qualidade de vida dos moradores e passageiros", disse o secretário de Governo e Obras, Marcello Barbosa. Além do terminal, a praça Juscelino Kubitschek, ao lado, também será revitalizada e vai receber pista de caminhada,

espaço para eventos, novos bancos, urbanismo e iluminação de LED. A previsão é de que a obra seja finalizada em dezembro deste ano. "Investimentos em infraestrutura são fundamentais para impulsionar o desenvolvimento econômico e a mobilidade da cidade. Estamos ansiosos

para ver o resultado e o quanto isso vai mudar a vida da população", completou o prefeito Eduardo Boigues.



Fotos: Eduardo Borges (câmera) e divulgação (drone)

Obra da Casa da Mulher de Itaquá entra na reta final e alcança 95% de conclusão

A construção da Casa da Mulher de Itaquaquecetuba já está na reta final com 95% de conclusão. O equipamento deve ser entregue no mês de junho deste ano. Localizada na rua Guarirí, na Vila São Carlos, a estrutura conta com investimento de R\$ 1,4 milhão e vai oferecer acolhimento, qualificação, suporte jurídico e psicológico às mulheres. O local tem cerca de 449 m² de área construída e possui quatro salas para atendimento psicossocial, jurídico, capacitação e tecnologia, auditório, administração, cozinha profissional para a reali-

zação de cursos gastronômicos, brinquedoteca, banheiros, copa, depósito e lavanderia, garagem e área externa com jardim. Tudo com acessibilidade para pessoas com deficiência. Iniciado em junho de 2023, o projeto é fruto de uma parceria entre o governo estadual, que investiu R\$ 765 mil, e contrapartida da prefeitura de R\$ 697 mil. O próximo passo será o acabamento da fachada, finalização da área externa, implantação de postes de iluminação e instalação interna de mobiliários e equipamentos. "Estamos na reta final para a

conclusão de um equipamento de grande importância para a cidade. O foco da nossa gestão está no combate à violência contra as mulheres e acesso a um acolhimento digno", disse a secretária da Mulher, Direitos Humanos e Cidadania, Hadla Issa. "A entrega da Casa da Mulher reforça nosso compromisso com as mulheres do município. O espaço é de grande importância e garante acolhimento adequado e respeitoso. Itaquá está em constante crescimento, com melhorias em todos os equipamentos", finalizou o prefeito Eduardo Boigues.

Programa de Erradicação do Trabalho Infantil

A Prefeitura de Itaquaquecetuba, por meio da Secretaria de Desenvolvimento Social lançou, na sexta-feira (19), o Programa de Erradicação do Trabalho Infantil (PETI). Com início imediato, a iniciativa visa identificar a incidência de crianças em situação de trabalho precoce na cidade. O programa conta com uma equipe do Instituto Recrie, que são profissionais da rede de proteção e defesa dos direitos da criança e do adolescente, que farão o diagnóstico e busca desses jovens. A ação tem por objetivo aprimorar e fortalecer as estratégias de enfrentamento, que fazem parte da agenda municipal prioritária. "Ter mais de 2 milhões de crian-

ças e adolescentes em trabalho infantil no país é inaceitável. Não podemos deixar isso acontecer. Em Itaquá estamos cumprindo a nossa missão, que é cuidar de pessoas. Não podemos ficar de braços cruzados, precisamos pensar nas nossas crianças", disse o chefe da pasta, Gabriel Rocha. Durante o lançamento, os servidores também assistiram ao curta metragem "A invenção da infância", que retrata o desequilíbrio que abala o conceito de infância no país. "O combate ao trabalho infantil é um assunto sério e que desperta a nossa preocupação. Estamos intensificando as ações de prevenção com busca ativa de crianças nessas condições. Itaquá

está capacitando as equipes e criando políticas públicas. Lugar de criança é na escola", acrescentou o prefeito Eduardo Boigues. O evento foi promovido no cinema Moviecom, no Pateo Itaquá, e contou com a participação de aproximadamente 250 pessoas, dentre elas a secretária executiva do Fórum Nacional de Prevenção e Erradicação do Trabalho Infantil (FNPETI), Katerina Volcov, secretários municipais, membros do Conselho Municipal da Criança e do Adolescente (CMDCA) e dos Conselhos Tutelares, além de servidores do Desenvolvimento Social, Saúde, Educação e Mulher, da Guarda Civil Municipal (GCM) e representantes de outras cidades

Poá: É considerada pelo segundo ano, Eficiente na Gestão de Resíduos Sólidos

Relatório emitido pela Secretaria Estadual de Meio Ambiente confirma responsabilidade do município na execução de políticas públicas ambientais. A cidade de Poá recebeu, pelo segundo ano consecutivo, o título de município eficiente na Gestão de Resíduos Sólidos. A classificação está inserida no relatório anual do Índice de Gestão de Resíduos Sólidos (IGR) 2024 – Ano

Base 2023, disponibilizado pelo Sistema Estadual de Gerenciamento Online de Resíduos Sólidos (SIGOR), da Secretaria Estadual de Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística do Governo do Estado de São Paulo. Isso significa que a cidade possui políticas públicas efetivas voltadas não só para a gestão dos resíduos sólidos, mas também dos arranjos municipais; oferece coleta

regular e limpeza urbana; coleta e triagem de inservíveis; tem responsabilidade no pós-consumo e na educação ambiental; realiza contratações públicas e consumo sustentável; destinação correta dos resíduos da construção civil; reciclagem, tratamento e recuperação; e disposição final ambientalmente adequada. "Recebemos no início do ano, nota B em gestão fiscal e de meio

ambiente, pelo Tribunal de Contas do Estado, e agora conquistamos novamente o reconhecimento em eficiência na gestão dos resíduos sólidos. Isso é resultado do trabalho sério que realizamos aqui em Poá, em benefício do coletivo e dos recursos naturais", afirmou a prefeita Marcia Bin. O IGR avalia anualmente a gestão dos resíduos sólidos nos muni-

cípios paulistas e fornece subsídios para a proposição e implementação de políticas públicas estaduais. "O índice evidencia que por meio das parcerias com a Cooperativa de Reciclagem Unidos pelo Meio Ambiente (CRUMA) e também com o projeto Recicla Cidade, fruto da parceria entre a Ong Espaço Urbano e o Consórcio de Desenvolvimento dos Municípios

do Alto Tietê (Condemat+), estamos conseguindo alcançar metas sustentáveis. Aproveito para parabenizar toda a equipe da Secretaria de Meio Ambiente e Recursos Naturais por mais essa conquista", complementou a prefeita.



A cidade terá Feira Gastronômica Noturna

A partir da próxima do dia 23/04, Poá conta com a Feira Gastronômica Noturna. A atração é aberta para toda a população e acontecerá sempre às terças, das 17h às 23h, na Praça da Bíblia. De acordo com a prefeita Marcia Bin, a Feira será permanente, se tornando uma opção de lazer,

alimentação e passeio noturno para toda a população. "Além de uma grande diversidade de comidas e bebidas, o espaço terá música ambiente e artesanato, tudo produzido pelos nossos artistas e comerciantes locais", adianta. O objetivo, segundo a prefeita, é fomentar o comércio local, presti-

giar artistas, artesãos e produtores de Poá, além de oferecer mais uma opção de lazer para toda a família. "A partir do dia 23, toda terça-feira teremos um espaço agradável para passear, encontrar os amigos e confraternizar", convida. A Praça da Bíblia está localizada na rua Vital Brasil, 90, Centro.

Início ao "Esquenta" da Campanha do Agasalho

O Fundo Social de Solidariedade de Poá iniciou o "Esquenta" da Campanha do Agasalho 2024. A ação será lançada oficialmente no próximo mês, mas interessados em realizar doação de roupas e calçados usados, em bom estado, já podem procurar a sede do Fundo Social, localizado na rua Alberto Rossi, 130, no Centro. A prévia da campanha começa

simultaneamente com a ação do Supermercado Veran, parceiro do Fundo Social: "Já está disponível nas duas unidades do supermercado – na avenida Nove de Julho e rua Vinte e Seis de Março – os pontos de arrecadação da Campanha do Agasalho 2024. Estamos juntos em mais essa iniciativa, beneficiando quem mais precisa", afirma a prefeita Marcia Bin.

Em maio, quando a Campanha terá oficialmente início em todo o Estado, a Prefeitura divulgará novos pontos de coleta, facilitando o acesso das pessoas para realizar a doação. O Fundo Social também conta com veículo para retirar doações em grandes quantidades, mediante agendamento. Mais informações pelo telefone 4636-3717.

MOGI: Prefeitura recebe duas novas viaturas para a Guarda Civil Municipal

A Prefeitura de Mogi das Cruzes recebeu na segunda-feira (22/04) duas novas viaturas para a Guarda Civil Municipal. As duas caminhonetes fazem parte de um convênio entre a administração municipal e o Governo Federal e serão utilizadas pela Ronda Escolar da corporação para ampliar a segurança nas proximidades de unidades escolares municipais. Além das duas caminhonetes Mitsubishi Triton entregues nesta segunda-feira, a Prefeitura de Mogi das Cruzes receberá mais uma viatura, dentro do convênio com

o Governo Federal. No total, o investimento é de cerca de R\$ 800 mil para o trabalho da Guarda Civil, com economia para os cofres públicos municipais. Com a entrega pelo Governo Federal, os veículos serão equipados e preparados com a identidade visual da Guarda Civil Municipal de Mogi das Cruzes. A previsão é que as viaturas estejam circulando nas ruas durante o mês de maio. "Ampliar a segurança das escolas de Mogi das Cruzes é uma preocupação constante da Prefeitura e as duas novas viaturas fazem parte

deste trabalho, reforçando as ações da Ronda Escolar da Guarda Civil", explicou o secretário adjunto de Segurança, Augusto César Barbosa, que participou da entrega dos veículos. A Prefeitura de Mogi das Cruzes vem adotando uma série de ações para a melhoria das condições de segurança nas unidades de ensino de Mogi das Cruzes. Entre os destaques do trabalho está a capacitação contínua das equipes que atuam na Ronda Escolar e a instalação de 30 totens de segurança em escolas municipais da cidade. Os equipamentos são monitorados pelo

Centro de Operações Integradas (COI). A chegada das duas novas viaturas amplia os investimentos em estrutura da Guarda Civil Municipal realizados pela Prefeitura. Nos últimos anos, a corporação já recebeu oito novas viaturas e 12 novas motocicletas. A Guarda Civil também teve seu efetivo ampliado e conta agora com 313 guardas civis, sendo que um grupo de 69 profissionais, contratados recentemente, estão em treinamento. Com este efetivo completo, a previsão é a ampliação em até dois terços o número de guardas municipais nas ruas.



Novo site do Turismo e guia destacam os atrativos para visitar a cidade

A Prefeitura de Mogi das Cruzes lançou, no início deste mês, duas ferramentas para auxiliar os visitantes e mogianos que quiserem conhecer os atrativos turísticos da cidade. O site do Turismo de Mogi das Cruzes pode ser acessado pelo endereço turismo.mogidas-cruzes.sp.gov.br e o novo guia

da cidade está disponível em espaços públicos, como o Posto de Informações Turísticas, localizado no Parque Centenário. "Mogi das Cruzes possui uma diversidade de atrativos turísticos tanto para os visitantes de outros municípios e regiões, como para os mogianos que podem conhecer

novos lugares na cidade. O site e o guia são importantes para mostrar a riqueza de atrações do município, que vão desde o turismo ecológico e de aventura até o rural, o histórico e o religioso, além de dar destaque a serviços, como estabelecimentos de gastronomia

e de hospedagem", destacou a coordenadora de Turismo, Flávia Batista. O novo site do Turismo traz informações sobre a cidade, opções gastronômicas, hospedagens e agenda de eventos, além dos roteiros disponíveis no município – com detalhes sobre as opções

culturais, ecológicas, rurais, religiosas e os parques. O internauta tem fácil navegação pela página, com acesso a cada um dos assuntos, e informações sobre a cidade. A lista de roteiros traz as opções de atrativos da cidade e o visitante pode fazer a pesquisa de todas as

opções ou divididas por categorias. Em cada atrativo, existe um descritivo do local e o endereço, além da localização em um mapa. O telefone da Coordenadoria de Turismo para mais informações sobre os atrativos de Mogi das Cruzes é o 4798-5196.

Guararema: Prefeito inicia construção de Centro de Eventos, Convenções e Exposições

Guararema terá um novo, moderno, amplo e versátil Centro de Eventos, Convenções e Exposições. A Prefeitura Municipal já deu início à construção deste espaço na rua João Barbosa de Oliveira, no bairro Morro Branco, em local estratégico. Com mais de 5 mil metros quadrados de área total, o equipamento é pensado para melhorar e ampliar a realização de atividades no município, como festas, reuniões e outros. E a proposta é sustentável, com direito a cobertura verde (telhado ecológico, com plantas) em toda a área construída.

"Localizado em uma das principais entradas da cidade, com rápido acesso à rodovia Henrique Eroles e outras vias, este equipamento vem para melhorar a qualidade de vida dos moradores. Em primeiro lugar, com ele será possível oportunizar momentos inesquecíveis de lazer e entretenimento aos moradores. Mas também é um investimento e incentivo para a economia local, já que um ambiente assim atrai eventos externos, principalmente com motivos turísticos", resume o prefeito de Guararema, o Zé, que tem acompanhado pessoalmente as obras, pensadas para se tornar

referência regional. Ambientalmente responsável, o projeto prevê robusta estrutura para eventos diversos. Em área externa, são 3.155 metros quadrados para a realização de eventos, com arquibancada para 1,2 mil lugares e estacionamento com mais de 100 vagas. Além disso, entre as áreas cobertas estão um pavilhão multi-uso com 875m², um auditório de 190m² e ainda um salão expositivo nas mesmas medidas, com direito a cafeteria. Todos estes ambientes contam com climatização por ar condicionado. Também fazem parte da estrutura

depósitos, almoxarifados e sala de administração. E um dos destaques é um corredor de sanitários com mais de 280 metros, o que contribui para a realização de eventos no local. O projeto prevê ainda um bicicletário externo, com 325 metros quadrados de moderna arquitetura, com cafeteria e sanitários próprios. "Será possível acessar o Centro de Eventos, Convenções e Exposições a partir da ciclovia que está atualmente em construção na rua João Barbosa de Oliveira. Com isso, esperamos receber muitas famílias para dias de lazer



gratuitos com todo o conforto e segurança", afirma o prefeito Zé, que agradece o apoio do deputado federal Marcio Alvino e do deputado estadual e presidente da Assembleia Legislativa do Estado (Alesp), André do Prado para a realização da obra.

"Esta construção é resultado de uma união de esforços. Guararema está muito bem representada com os deputados Marcio e André, que muito lutaram por este equipamento. Também agradeço ao governador Tarcísio de Freitas por todo o apoio", finaliza ele.

Ferraz: Prefeitura autoriza retomada das obras no Centro de Convenções

Fotos: Laura Ramos/ Secom Ferraz.

A Prefeitura de Ferraz de Vasconcelos deu início, na manhã de quarta-feira (10/04), às obras do Centro de Convenções que estavam paradas há 12 anos. A retomada dos serviços técnicos de recuperação de estrutura de concreto armado e finalização das instalações do edifício do Centro de Eventos terá prazo de execução de 24 meses e um valor de R\$ 11,3 milhões.

A prefeita Priscila Gambale, vereadores, secretários, a população e funcionários da administração municipal participaram da cerimônia que promete mudar o futuro da área localizada no coração da cidade. Hoje, apenas a praça com o playground e as quadras de areia funcionam normalmente ao público. Já a parte estrutural do prédio que arriscava desabar, incluindo uma concha acústica para ser palco e

receber grandes eventos, receberá os serviços de recuperação, inclusive novas paredes para dar segurança aos ferrazenses que visitarem o prédio.

"Eu autorizo o início das obras de reforma do Centro de Convenções", afirmou a prefeita, no palco para dar aval à retomada dos serviços oficialmente. Apesar disso, cerca de 15 funcionários já trabalhavam desde a última segunda-feira, dia 08, na limpeza do local após anos de abandono. Foram colocados tapumes também para cercar o prédio. Só de restos de construção civil e sujeira foram retiradas 20 cambambas do local.

Emocionada, a prefeita falou do momento importante para o futuro do município. Agradeceu o empenho dos vereadores da Câmara Municipal; dos quase 10 ex-vereadores presentes, dos secretários que

se empenharam para resolver os trâmites judiciais para a retomada dos serviços e a própria população: "Em breve vamos voltar aqui para usufruir do Centro de Convenções com a devida segurança que os ferrazenses merecem", destacou. Um dos moradores, Armando Lopes da Silva, de 73 anos, parabenizou a Prefeitura de Ferraz pelo momento histórico e o compromisso de retomar a obra: "Não tenho palavras. Pensei que ia morrer e não ia participar deste momento", declarou. Parte da verba para a realização da obra virá do financiamento obtido pelo município. As autoridades destacaram a relevância da obra para o futuro da cidade, como os secretários Ana Rosa (Cultura) e Antônio Carlos (Obras). Já o legislativo representado pelo presidente da Câmara, Hodorlei Martins, o Mineiro, destacou o dia



histórico. Entre os vereadores presentes Eliel Fox; Álvaro Costa (Kaká); Ananias Neto (Neto Cambiri); Dermeval Jardim (Dei); Fábio Wuhalla; Flávio Batista (Inha); Mário de Melo (Tio Mário); Nicolas David e Osni Pasquarelli. O engenheiro Alfredo Manzano, da Cons-

trutora Ramon, responsável pelas obras no local parabenizou o município pela retomada de uma obra tão importante e aguardada pela população. O vice-prefeito Daniel Balke também ressaltou o momento histórico para a cidade. Texto: Cristina Gomes

Prefeitura entrega premiação de até R\$ 5 mil aos contribuintes em dia com o IPTU Premiado

A Prefeitura de Ferraz de Vasconcelos premiou na tarde de (03/04), os contribuintes em dia com o pagamento do IPTU. Dos 120 sorteados, dois moradores foram os mais sortudos e receberam R\$ 5 mil nesta terceira edição. Os valores

variaram a partir de R\$ 200, R\$ 300, R\$ 500, 1 mil e R\$ 5 mil.

Foram mais de R\$ 62 mil em prêmios. No total, somando as edições anteriores foram 315 contribuintes já contemplados desde o ano passado.

A entrega da premiação foi realizada no auditório da Prefeitura de Ferraz, na Rua Pedro Foschini, 200, na Vila Românpolis. Para consultar se o seu nome está na lista basta acessar o seguinte endereço eletrônico: www.iptuferraz.com.

br. Todos os contribuintes foram avisados por conta e SMS que foram sorteados. Os prêmios são entregues por meio de cartões de compra em um envelope contendo informações sobre como utilizar o cartão. Quem não participou da entrega,

por algum imprevisto e está na lista, poderá retirar o seu prêmio no Departamento de Receita, da Prefeitura de Ferraz, na Rua Pedro Foschini, 200, na Vila Românpolis trazendo documentos de identificação e do imóvel. Texto: Cristina Gomes

Ribeirão Pires: Sistema eletrônico reforça segurança nas escolas municipais

Expediente

Lógica
Informações - Notícias - Variedades
111 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.

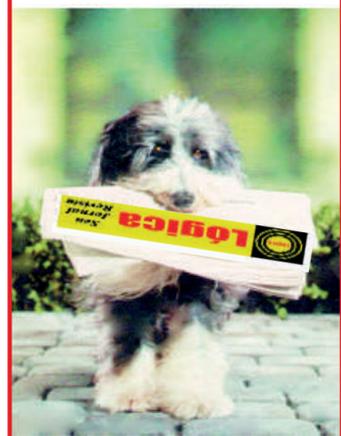
Cidades abrangentes:
Alto Tietê: Suzano, Poá, Ferraz de Vasconcelos, Guaianazes Itaquaquecetuba, Mogi das Cruzes, Santa Izabel, Arujá, Ribeirão Pires, parte da Zona Leste de São Paulo, e por mala postal a vários órgãos na esfera estadual e federal.

Público Alvo:
Atinge leitores de todas as classes sociais, sendo que 60% são da classe C; 55% mulheres e 70% são pessoas entre 30 e 45 anos. (Profissionais liberais, entidades, ONGs, prefeituras Municipais, Secretarias municipais, Câmaras Municipais, Assembléia Legislativa de São Paulo, Foruns, Subsessões das OABs, Congressos, Clínicas Médicas, Microempresas, Comércio, residências e outros).

Impressão:
Gráfica: Editora Pana Ltda
Cambuci - SP

Distribuição Gratuita
Circulação
Tiragem : 20.000 exemplares
Periodicidade : Mensal

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 política-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

escolas municipais

As 33 unidades da rede receberam aplicativo para acionar, em casos de emergência, forças policiais da cidade. A Prefeitura de Ribeirão Pires segue com ações de reforço ao aprendizado e à garantia do bem-estar de estudantes de toda a rede municipal. Como forma de intensificar a segurança nas 33 unidades de ensino, as secretarias de Educação e Cultura e de Segurança Urbana, Mobilidade e Defesa Civil integraram as escolas a sistema que permite, com apenas um clique, o acionamento de forças policiais no município.

Com uso de aplicativo, com poucos cliques, os gestores das unidades de ensino podem acionar a GCM (Guarda Civil Municipal), caso haja alguma ocorrência grave dentro de uma unidade escolar. A Guarda, então, poderá enviar

o chamado para a PM (Polícia Militar) e também para o SAMU (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência) caso necessite.

O objetivo é prestar pronta resposta em alguma situação dentro dos colégios. Conforme a comandante da GCM de Ribeirão Pires, Neide de Souza, o sistema servirá para que a Guarda e a Polícia Militar sejam acionados rapidamente para chegar à escola no menor espaço de tempo possível.

"A gente espera que esse aplicativo nunca precise ser acionado, mas se caso isso ocorrer a GCM estará pronta para atender qualquer ocorrência. Em certas ocasiões, o tempo de resposta é crucial para impedir ações de violência, por exemplo. Acreditamos que esse aplicativo é importante para a segurança de alunos, de professores e



demais profissionais que atuam nas escolas", declarou a comandante Neide. Além do aplicativo exclusivo para as escolas, a Prefeitura segue ampliando o sistema de videomonitoramento 24 horas da cidade, com a

instalação de totens de segurança e equipamentos em pontos estratégicos do município. Unidades de ensino receberão, futuramente, os totens, que passam a integrar o programa Escudo Digital.

Cidade integrará Muralha Paulista, evolução do sistema Detecta

Novas tecnologias da Secretaria de Segurança estadual foram apresentadas ao prefeito Guto Volpi; recurso soma a investimentos municipais. As ações de combate e prevenção à criminalidade em Ribeirão Pires serão reforçadas por meio de parceria entre Prefeitura e Governo de São Paulo. O município passará a integrar o sistema Muralha Paulista,

evolução do Detecta. As funcionalidades no programa foram apresentadas nesta terça-feira (23) ao prefeito Guto Volpi, em agenda com o major da Polícia Militar do Estado, Eduardo Fernandes Gonçalves. Durante o encontro, que contou com a presença do secretário de Segurança Urbana da cidade, Sandro Torres, do subsecretário de Mobilidade, Marcos

Franco, e agentes da cidade, as novas ferramentas do Muralha Digital foram colocadas à disposição das equipes da Guarda Civil Municipal. Os GCMs farão, no início de maio, curso preparatório para o uso do novo sistema. Desde 2021, a Prefeitura iniciou trabalho para a modernização do sistema de segurança. De lá para cá, o número de câmeras de vide-

omonitoramento subiu de 36 para 100 equipamentos. A GCM de Ribeirão Pires realiza ações ostensivas por todo o município. Além disso os agentes de segurança municipais também atuam em operações conjuntas com a PM (Polícia Militar) e com a Polícia Civil. Estas ações visam, principalmente, inibir atividade criminosa na Estância.

EDITORIAL

Nossa sociedade ainda é pequena moralmente

Nossa sociedade ainda é pequena moralmente. Nossa sociedade ainda é pequena moralmente.

Nos últimos tempos, temos testemunhado casos que exemplificam o pior do egoísmo, do individualismo e da falta de consideração pelo próximo. Essas atitudes são um reflexo de uma sociedade que, muitas vezes, prioriza o benefício pessoal em detrimento do bem-estar coletivo. Um exemplo recente que chocou muitos foi o caso da mulher que, de forma repugnante, tentou tirar vantagem da morte de seu próprio tio, utilizando a situação para benefício próprio. Esse comportamento é uma clara demonstração do egoísmo extremo, onde a busca por interesses pessoais ultrapassa qualquer senso de ética ou respeito pelo outro. Além disso, não podemos ignorar o

trágico episódio envolvendo o menino de apenas 13 anos que, após sofrer bullying na escola, teve sua vida ceifada. Esse acontecimento nos faz refletir sobre a crueldade e a falta de empatia que ainda persistem em alguns ambientes, onde a violência verbal e física são toleradas ou até mesmo incentivadas. Diante dessas situações alarmantes, é crucial estarmos atentos aos sinais de alerta que as pessoas ao nosso redor podem emitir. Muitas vezes, comportamentos aparentemente insignificantes podem esconder um profundo sofrimento ou desespero. É nosso dever, como membros dessa sociedade, estender a mão para aqueles que estão passando por dificuldades, oferecendo apoio e compreensão. Precisamos cultivar uma cultura de solidariedade e empatia, onde o bem-estar

do próximo seja uma preocupação legítima para todos. Isso requer um esforço coletivo para combater o individualismo e promover valores como o respeito, a compaixão e a generosidade. Somente assim poderemos construir um mundo onde cada indivíduo se sinta valorizado e respeitado, e onde a consideração pelo próximo seja uma prioridade em todas as nossas interações e decisões. Quanto à punição, é crucial que seja aplicada com discernimento. As consequências devem ser proporcionais ao delito cometido, mas também devem visar à re-

abilitação do infrator. Punir sem levar em conta o contexto ou as causas pressupostas, pode gerar situações piores. Infelizmente, nossa infraestrutura e recursos para a reabilitação muitas vezes são insuficientes, e há uma lacuna entre as políticas públicas e sua implementação efetiva e prática! Estamos a caminho de uma eleição, procuramos eleger as pessoas que queiram tentar mudar esse regime! Que Deus os abençoe!

Edmara Martins Soares

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



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

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

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

Suzano: Solenidades marcam abertura oficial do 'Suzano Faz' e da 'ExpoFlores'



A Prefeitura de Suzano lançou na manhã de quinta-feira (25/04), durante solenidades no Parque Municipal Max Feffer, as feiras "Suzano Faz", para impulsionamento dos negócios na cidade, e a "ExpoFlores". O lançamento das duas atividades, que seguem até domingo (28/04), sempre de 10 às 18 horas, foram realizadas respectivamente no Pavilhão Maurice Bou Assi e na Arena Suzano, com as presenças do prefeito Rodrigo Ashiuchi, da primeira-dama Larissa Ashiuchi, de secretários municipais, vereadores e convidados que representam o segmento empresarial

A'Suzano Faz'

O "Suzano Faz" é um evento de intercâmbio que está reunindo 31 empresas e 14 entidades, representadas em 61 estandes com o objetivo de promover uma mostra de trabalhos e a integração entre os participantes. A feira de negócios também conta com palestras para os visitantes. São destinados oito espaços específicos para membros do terceiro setor, do

Consórcio de Desenvolvimento dos Municípios do Alto Tietê (Condemat+) e de entidades representativas da sociedade, como a Câmara Municipal e Organizações Não-Governamentais (ONGs). Além dos estandes, a feira também recebe a exposição de caminhões, tratores e outros veículos, com a proposta de estimular a interação de empreendedores e consumidores. Durante os quatro dias, o evento contará com 55 artesãos, além de feiras gastronômicas e food trucks. O presidente da ACE, Rodrigo Guarizo, reforçou o incentivo que é proporcionado ao comércio local por meio de uma iniciativa como essa. "A ACE não poderia deixar de agradecer e parabenizar todos os envolvidos na organização da feira e a todos os presentes no lançamento. Uma atividade desse porte gera renda para nossa cidade. Na sexta-feira (26/04), às 11 horas, a palestrante Vanda Nonato fará uma apresentação sobre "Comunicação na Periferia" para alunos do Serviço Social da Indústria (Sesi) e, às 16 horas, o Centro Universitário Piaget (UniPiaget) organizará atividades sobre as tendências da indústria para alunos e professores.

No sábado (27/04), entre 10 e 14 horas, a Associação dos Engenheiros, Arquitetos e Agrônomos de Suzano (Aeaas) organizará ações que incluirão uma palestra técnica com o tema "Inovação, Tecnologia, e Inteligência Artificial na Engenharia e Arquitetura", e um networking entre os participantes da Jornada Tecnológica dos Profissionais e Entidades do Alto Tietê. Neste mesmo dia, a Associação de Desportos do Alto Tietê (Adat) realizará uma apresentação sobre saúde mental no trabalho, na família e no esporte, às 16 horas.

'ExpoFlores'

A "ExpoFlores" transformou a Arena Suzano em um verdadeiro jardim botânico, ornamentado com flores, plantas e detalhes que remetem à cultura japonesa. A atração disponibilizará oficinas e workshops sobre o cuidado com as plantas, estandes e exposições, incluindo uma com peças do acervo



do Museu Histórico da Imigração Japonesa no Brasil. Durante os quatro dias, haverá oficinas de "Ikebana Sanguetsu" e de "Origami", sem necessidade de cadastro prévio. Já o workshop "Cuidados com suas orquídeas no outono e no inverno", que será realizado no sábado, às 10h30, a inscrição será por meio do link //forms.gle/mSsbqjvBjFWhvR7J; assim como a oficina "Como fazer compostagem doméstica", ministrada pelos alunos do curso de Nutrição do UniPiaget no domingo, recebe inscrição pelo link //forms.gle/YG2FSDXzCRcNP9e9. Nesse último caso, serão formadas duas turmas, sendo que uma receberá as orientações das 11 horas às 11h30 e a outra das 11h30 ao meio-dia. Na sexta-feira, às 16 horas, será destaque o Coral da Melhor Idade do Centro de Convivência da Melhor Idade (CCMI) Maria Picoletti. No sábado, às 12h30, tem apresentação de voz e violão de Bia Nogueira; em seguida, às 13h30, haverá exibição do grupo de percussão japonesa "Taiko Grupo Kouuran Daiko - Bunkyo Suzano"; logo depois, às 14h30, a atração será a música de Ronnie Almeida; às 15h30, chegarão para a festa Claudia Midori, Mayumi Takahashi; e, às 16h30, acontecerá a apresentação do Trio Multifôrme. No domingo, às 13h30, será a vez da voz e do violão de Babi Ferreira; às 14h30, Fah Carvalho dará o tom do evento; às 15h30 se apresentará a Orquestra Suzanense Maestro Johnny Martins; e, às 16h30, as atrações serão fechadas com a apresentação do Quinquim Trio. Além dessas atividades, a estrutura do evento contará com uma praça de alimentação no entorno da Arena Suzano, abrindo espaço para entidades que prestam serviço social na cidade. Toda a venda será revertida para a essa finalidade.

ARUJÁ: 3ª Edição do Festival do Chocolate, um dos eventos mais saborosos da cidade e região!

Após três dias de muito chocolate, brincadeiras, shows e diversão, chegou ao fim a 3ª edição do Festival do Chocolate de Arujá. Cerca de 2 mil pessoas passaram pela Praça do Coreto neste domingo, durante o evento da Prefeitura de Arujá, organizado pela Secretaria Municipal de Turismo, e puderam prestigiar também diversos comes e bebes. No decorrer dos três dias, 10 mil pessoas participaram

da programação.

A programação teve início logo às 14 horas com o Coral do Centro de Convivência da Criança e do Adolescente (CCCA), que contou com 50 integrantes, seguido pelo Coral do Centro de Convivência do Idoso (CCI), que levou 35 integrantes da velha guarda arujanaense ao palco às 15h30. A caça ao bilhete dourado, a grande atração do dia, agitou crianças

e adultos e fez com que a Praça do Coreto ficasse de "cabeça para baixo" enquanto procuravam os bilhetes que, para quem os encontrou, rendeu brindes como bicicleta, celular, fone e até mesmo uma máquina de algodão doce. O encerramento do evento não podia ter sido feito por outro grupo a não ser a Orquestra Municipal de Arujá, que trouxe trilhas sonoras de filmes e sucessos interna-

cionais com elegância, levando o público ao transe durante a apresentação. A ação foi repleta de atividades para as crianças, como Pintura Facial, Escultura em Balões, Trenzinho, Câmera 360° e Garra Humana, bem como houve o "Espaço do Empreendedor", onde os empreendedores da cidade expuseram seus produtos. Enfim, foi mais uma edição de sucesso de um dos eventos mais saborosos de Arujá e região!



PREFEITURA DENOMINA DOIS ESPAÇOS DE CONVIVÊNCIA E UMA QUADRA

A partir do dia (20), Arujá passa a contar com mais dois Espaços de Convivência e uma quadra nominados pela Prefeitura. As áreas localizadas nas ruas João Domingos Ribeiro, Arujamérica, e Serra do Guaraú, no Mirante, bem como na avenida Antimônio, no Copaco, re-

ceberam os nomes de pessoas que marcaram os bairros e agora entram para a galeria dos homenageados de Arujá. As placas simbólicas foram entregues pelo prefeito Luis Camargo, o Dr Camargo, e o vereador Divinei, autor do projeto, e recebidas por familiares. Com a promulgação,

por parte da Prefeitura de Arujá, dos projetos de leis do vereador Divinei da Silva, a localidade do Arujamérica passa a se chamar "Silvio Fernandes de Matos". Silvio do Mato, como era conhecido, nasceu na década de 30 e se mudou para Arujá em 1951, sendo bem atuante nas co-

mitivas de gado. Silvio nos deixou em 1998. Já no Mirante, a quadra poliesportiva passa a se chamar "Milton Pires Xavier". Milton nasceu em 1954, num vilarejo na Bahia, e se mudou em 1985 para Arujá, onde atuou nas construções da Escola Mariano Barbosa de Souza,

no Jardim Pinheiro, e também da Igreja Nossa Senhora da Paz. Milton faleceu em 2022 e, agora, recebe esta homenagem na região em que morava. No Copaco, a Área de Convívio Social leva o nome de "Luzinete Maria da Silva Santos". Tia Lu, como era carinhosamente

chamada, nasceu em 1958, no estado do Pernambuco, e se mudou para Arujá em 1982 onde trabalhou como merendeira nas escolas São Bento e Isabela Pavani Castilho Cruz. Luzinete faleceu em 2021 e, de agora em diante, tem seu nome perpetuado na história arujanaense.

São Paulo: Dia Nacional dos Povos Indígenas: como um serviço criado há pouco tempo faz muito pelas aldeias

Inaugurado no início de abril, o CCInter "Estrela do Amanhã" é voltado para as aldeias locais da região de Pirituba/Jaraguá

No extremo norte da capital, no bairro de Jaraguá, estão localizados sete grupos indígenas: as aldeias Tekoa Ytu, Tekoa Pyau,

Itakupé, Yvy Porã, Ita Endy, Itáweira e Aldeia Ytu. Elas, assim como a maioria dos povos tradicionais indígenas no Brasil, enfrentam

desafios e barreiras diárias simplesmente por serem quem são. Invasão de seus espaços de moradia e convivência, preconceito

em ambientes públicos e a continuidade de sua cultura ameaçada pela modernidade preocupam e afetam o dia a dia dos moradores das aldeias. Com o intuito de promover mais um espaço para que a população indígena de São Paulo possa ensinar e perpetuar sua cultura, o Centro de Convivência



Intergeracional (CCInter) "Estrela do Amanhã" foi inaugurado no dia 1º de abril deste ano e já está em pleno funcionamento. A aproximação das aldeias com o serviço está acontecendo aos poucos, uma vez que, não só na região, mas como em toda a rede socioassistencial de São Paulo, o serviço é o primeiro voltado para pessoas indígenas. Jonas Fernandes Martins, em português, ou Karai Djekupe, em guarani, tem 39 anos, é morador do território indígena de Jaraguá e trabalha no CCInter como técnico de educação física, curso no qual se formou em grau superior. Ele também já passou por situações difíceis envolvendo preconceito ao longo da vida e pensa que o serviço em que trabalha pode ser um ponto de partida para algo ainda maior. Karai Djekupe acredita que o equipamento seja de extrema importância, principalmente para os jovens do Território Indígena,

que acabam sendo atraídos por celulares e telas. "Eles acabam tendo desinteresse por conhecerem a história do próprio povo. São muito propensos a sair do caminho e, quando não estão na escola, têm muito tempo ocioso", comenta. Agora, com o CCInter, o educador físico tem esperança de que as tradições das aldeias sejam perpetuadas com maior facilidade e adesão dos mais jovens. "Podendo estar nesse equipamento, eles têm a chance de cuidarem de sua saúde tanto física quanto mental. Também é importante, pois todas as atividades desenvolvidas aqui dentro vêm do Guarani, e isso fortalece nossa cultura e resgata a participação de pessoas da tribo que perderam parte do interesse por ela. Estou muito empolgado e muito esperançoso com o futuro do CCInter", finaliza Jonas antes de definir o novo serviço como indispensável.



DEMANDAS ATENDIDAS

Na tarde do dia 17/04/2024, tive o prazer de estar participando da Oficialização da Iluminação Pública na Estrada do Koyama, bairros Clube dos Oficiais e Recreio Bela Vista, a qual já vem sendo solicitada pelos Suzanenses há mais de uma década. Esse serviço irá beneficiar os agricultores, moradores, milhares de turistas que frequentam o 7º parque aquático mais visitado da América Latina e o 4º do Brasil, o Magic City e tantos outros cidadãos. Tal iluminação vem sendo solicitada por mim desde o início deste mandato, essa conquista é resultado de muito esforço e dedicação e só se concretizou graças a emenda impositiva disponibilizada por este vereador. Meus sinceros agradecimentos ao Senhor Prefeito Municipal, Rodrigo Ashiuchi, ao Secretário Municipal de Manutenção e Serviços Urbanos, Samuel Oliveira, ao Diretor José Aristides dos Santos Sobrinho, o Ari Santos, bem como a todos os envolvidos que não medem esforços em busca de uma Suzano melhor. Um grande abraço!

Att., Vereador Artur Takayama



Venha abastecer com qualidade e com o melhor atendimento!

Tel: 4744-5514

Troca de óleo

Auto posto

OKABE

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



Braceletes: Veja como a peça pode transformar o seu visual

Com uma beleza única e uma versatilidade sem igual, os braceletes são verdadeiras peças coringas para ter no guarda-roupa, pois acrescentam um toque especial a qualquer visual.

Desde os mais finos, que conferem delicadeza e graciosidade, até os mais robustos, que trazem uma dose extra de ousadia, há uma infinidade de maneiras de incorporar essa peça em seu estilo pessoal.

Como criar looks com a peça? Braceletes finos

Os braceletes mais finos são perfeitos para quem busca uma elegância sutil. Podem ser usados sozinhos para um toque discreto de sofisticação ou combinados com outros acessórios, como



anéis, relógios, brincos e cola Como Fazer um Banco res, para criar um visual mais elaborado. Para manter a harmonia, é importante coordenar os demais aces-

sórios em termos de largura, cor e padrão, garantindo um conjunto coeso que distribua a atenção de forma equilibrada. Experimente também usar o bracelete sobre mangas compridas, destacando-o como ponto focal do pulso.

Braceletes largos

Por outro lado, os braceletes mais largos são ideais para quem deseja adicionar uma dose extra de personalidade ao look. Usados no antebraço, esses braceletes têm um impacto visual marcante e devem ser combinados com roupas de tons neutros e poucas estampas.

Para um toque de ousadia extra, a dica é posicioná-lo acima do cotovelo, tornando-o o centro das atenções. Nesse caso, é indicado



usar roupas sem alças ou com alças finas para valorizar ainda mais o bracelete. A ideia é que a peça se destaque por si só. Mix de braceletes Para quem se apresenta de forma mais criativa, outra opção é elaborar um mix de braceletes combinando modelos que complementam o look. Para não sobrecarregar o visual, a sugestão



é optar por modelos delicados. Lembrando que a variedade de modelos podem e devem ser usadas a favor da composição do

visual. O importante é só adequar a ocasião, a mensagem que quer transmitir e se jogar nesse acessório tão versátil.

Beleza

Os melhores cuidados para reduzir as quedas de cabelo



A perda de cabelo é um problema comum que afeta homens

e mulheres de todas as idades. Enquanto é normal perder uma certa quantidade de cabelo todos os dias, a queda excessiva pode ser preocupante e pode indicar a necessidade de cuidados adicionais. Selecionamos algumas dicas preciosas para ajudar a reduzir as quedas de cabelo e manter seus fios saudáveis. Seguindo esses cuidados essenciais, você estará no caminho certo para reduzir as quedas de cabelo e manter seus fios saudáveis e exuberantes. Por qual motivo o cabelo cai? Existem diversos fatores que podem gerar a queda capilar. "Há muitos diagnósticos de queda capilar que são mais prontamente reversíveis quando o paciente tem um envolvimento no tratamento

que o faz alterar hábitos que são nocivos para a saúde em geral", comenta o médico e tricologista Ademir C. Leite Jr. ao site metrópoles.

Para entender mais sobre o motivo da sua queda capilar, é indispensável agendar uma consulta com especialista. Entender a causa naturalmente colabora para um tratamento mais adequado e certo.

Melhores dicas para reduzir a queda de cabelo

Vale lembrar que cada pessoa é única! Por conta disso, pode ser necessário ajustar sua rotina de cuidados de acordo com as necessidades específicas do seu cabelo. Com paciência e dedicação, você poderá desfrutar de

um cabelo bonito e saudável por muito tempo. Confira dicas imperdíveis para preservar os seus fios saudáveis.

1. Alimentação balanceada Uma dieta rica em nutrientes é essencial para a saúde do cabelo. Certifique-se de incluir alimentos ricos em proteínas, vitaminas (especialmente as do complexo B, como biotina e ácido fólico), minerais e antioxidantes. Estes nutrientes ajudam a fortalecer os folículos capilares e promovem o crescimento saudável do cabelo.

2. Cuidado adequado do couro cabeludo

Manter o couro cabeludo limpo e saudável é fundamental para prevenir a queda de cabelo. Use um shampoo suave e adequado ao

seu tipo de cabelo e massageie o couro cabeludo suavemente para estimular a circulação sanguínea e promover o crescimento dos fios. Evite lavagens excessivas, pois isso pode ressecar o couro cabeludo e causar danos aos fios.

3. Evite calor excessivo e atrito Evite penteados apertados, escovação excessiva e o uso frequente de ferramentas de calor, como secadores e chapinhas. Estes podem causar danos aos fios e contribuir para a quebra e queda de cabelo. Busque por penteados mais suaves e use ferramentas de calor com moderação, sempre aplicando um protetor térmico antes do uso.

4. Mantenha o estresse sob

controle

O estresse crônico pode desencadear a queda de cabelo, portanto, é importante encontrar maneiras saudáveis de gerenciar o estresse, como praticar exercícios físicos, meditação, ioga ou hobbies relaxantes. Priorize o autocuidado e reserve um tempo para si mesmo todos os dias.

5. Consulte um especialista Se a queda de cabelo persistir ou piorar, é importante consultar um dermatologista ou tricologista. Eles podem ajudar a identificar a causa subjacente da queda de cabelo e recomendar tratamentos ou medicamentos adequados, como tônicos capilares, suplementos vitamínicos ou terapias específicas.

Faça Você Mesma

Como fazer um banco de cimento



Materiais
Mistura de cimento pronta
Água
Balde.
Pés de madeira
Arame ou parafusos (opcional)

Fita adesiva
Cola branca PVA
Etapa 1: Faça a mistura de cimento Você deve pegar a mistura pronta de cimento e combiná-la com água em um balde. Aqui está a proporção correta: Use quatro partes da mistura pronta para uma parte de água. Portanto, a proporção é de 1: 4 (água x mistura).
Etapa 2: Removendo as rachaduras Este é um problema comum que muitas pessoas enfrentam ao tentar fazer uma mistura de cimento decente. Assim, para obter uma mistura de cimento sem rachaduras, adicione a mesma quantidade usada de água de cola branca PVA e misture bem novamente.
Etapa 3: Junte os três pés para fazer a base Este é o primeiro passo para a construção de um banco sólido de



cimento. Você pegou alguns pés de madeira entre os materiais, lembra? Junte os três pés de madeira usando uma fita adesiva. Você precisa se certificar de que todas as três pernas de madeira estão amarradas corretamente e que não irão se soltar quando forem mergulhadas no cimento. Etapa 4: Fazendo o assento de

cimento Uma vez que todas as pernas de madeira estão amarradas corretamente, você precisa mergulhar as três pernas juntas na mistura homogênea de cimento. Porém, e este ponto é crucial, os três pés não devem tocar o fundo do balde!



Etapa 5: Retirar a estrutura do banco de cimento do balde Após 2 dias, você pode retirar o banco de cimento do balde com



cuidado. Se a mistura de cimento ficar presa, isso significa que o banco ainda não secou completamente. O ideal é que, após a secagem perfeita, o banco, juntamente com suas três pernas, de madeira possam ser facilmente retirados do balde. Para dar um toque visual e deixar seu banco ainda mais bonito, você

pode aplicar um pouco de verniz nos pés do banco e também no cimento para dar um acabamento diferente. Além disso, envernizar seu banco de cimento irá aumentar a resistência e a durabilidade dele.



Forum das Mulheres



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

Lá vamos nós outra vez e assim a cada dois anos e a ser votado, pois qualquer cidadão que este-

SERÁ QUE VOCÊ SABE VOTAR?

ja com seus direitos políticos em dia, tanto pode escolher e votar em Seu Candidato, como também pode concorrer a uma vaga seja ela para vereador, prefeito, deputado estadual, deputado federal, presidente da República, governador ou senador. Sem entrar nos detalhes miúdos de como se dá todo o processo eleitoral, verdade é que muitas pessoas ainda hoje, com total acesso à informação num simples Digital, não tem a menor ideia de que ao escolher esse ou daquele candidato irá impactar a vida de milhares de pessoas. Normalmente em muitas atitudes da vida pensamos somente em nossa situação pessoal,

deixando, sem qualquer maldade, de analisar quais os reflexos delas para outras pessoas. Normalmente em anos eleitorais algumas pessoas passam a se interessar pelo assunto Política, mas muitas ainda hoje deixam o assunto para o dia da eleição quando perguntam pra algum amigo ou parente quais os candidatos do momento e em quem votar. Não há como negar que o momento da escolha do candidato, apesar de importante, não atrai a atenção do eleitor com antecedência, e por várias razões, mas a escolha tem que acontecer. Justamente pelo grande avanço da tecnologia, a pesquisa sobre

todo e qualquer assunto ficou muito fácil, mas também é uma ferramenta utilizada para as Fake News, notícias falsas estrategicamente disseminadas mundo afora, que nada mais é do que Desinformação. Considerado um dos maiores problemas da sociedade atual, foi lançado em 2019 um Painel de Checagem de Fake News numa parceria entre o CNJ e outros tantos importantes parceiros, com o intuito de alertar e conscientizar a população sobre os perigos do compartilhamento de informações falsas. Está aí mais uma situação que demonstra a importância em interessar-se por política e escolher um candidato de maneira

consciente, sob o risco de se acreditar numa grande mentira. A política pública que é parte fundamental do funcionamento e desenvolvimento de uma sociedade, e que são ações desenvolvidas pelo

Governo garantindo direitos à população, só acontece com a atuação do Legislativo e do Executivo, com a atuação dinâmica de vereadores e prefeitos na esfera municipal e que eleitos, são os legítimos representantes da sociedade.



Detran libera transferência digital de veículos por aplicativo

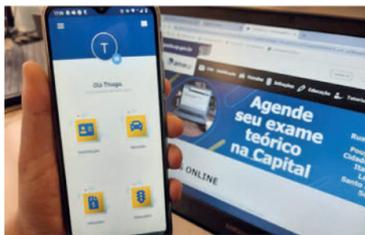
A transferência digital de veículos poderá ser feita pelos proprietários de forma online pelo aplicativo do Poupatempo. Apenas pessoas físicas e que possuem o CRV-e (Certificado de Registro de Veículos) em formato digital poderão fazer o procedimento. No momento inicial, essa opção só está disponível para veículos fabricados depois de janeiro de 2021 e que possuem placa padrão Mercosul e documento

digital. Modelos fabricados antes só poderão utilizar desse procedimento caso o veículo tenha CRV digital e o novo proprietário more no mesmo município de cadastro do veículo.

De acordo com o Detran-SP (Departamento de Trânsito) de São Paulo, o processo da TDV (Transferência Digital de Veículos) é 100% automatizado e inédito no país. A transferência digital levará

cerca de cinco minutos. Antes da digitalização, o serviço levava cerca de três dias úteis para ser concluído.

Para realizar o procedimento, vendedor e comprador precisam baixar o aplicativo do Poupatempo, além de terem conta no site do GOV.BR. Já o veículo precisa estar inspecionado por uma empresa credenciada junto ao órgão



de trânsito. Pelo aplicativo, será possível fazer o pagamento da taxa de transferência (R\$ 272,27 se o licenciamento estiver em dia) via Pix, assim como a quitação de eventuais débitos pendentes do veículo.

DPVAT: Seguro obrigatório deve voltar, mas diferente

A Câmara dos Deputados aprovou nesta terça-feira (9) um projeto de lei de autoria do governo federal que permite a volta do DPVAT, o seguro obrigatório que deixou de ser cobrado em 2020, e que agora pode mudar de nome para SPVAT. O texto agora vai para o Senado. A justificativa para a volta é que os pagamentos estão suspensos desde novembro do ano passado por falta de recursos. Quem gerenciava essas indenizações desde a suspensão era a Caixa Econômica Federal.

Além de novas regras, o seguro obrigatório terá um novo nome,

que passa a ser SPVAT (Seguro Obrigatório para Proteção de Vítimas de Acidente de Trânsito). Na essência, o seguro continua sendo pago por todos os proprietários de veículos e o dinheiro arrecadado segue destinado para as vítimas de acidentes de trânsito, independentemente do tipo de veículo e de quem foi a culpa. O valor da contribuição variava de acordo com o tipo de veículo, além de ser corrigido, também, anualmente. Em 2020, o valor cobrado para carros de passeio foi de R\$ 5,21 em todo o país. O texto aprovado na Câmara prevê

que o não pagamento resultará em penalidade no CTB (Código de Trânsito Brasileiro), equivalente a uma multa por infração grave, hoje de R\$ 195,23.

Para solicitar o seguro, a vítima precisa apresentar o pedido com uma prova simples do acidente de trânsito e do dano causado por ele. Em caso de morte, é preciso apresentar certidão da autópsia emitida pelo Instituto Médico Legal (IML), caso não seja comprovado a conexão da morte com o acidente apenas com a certidão de óbito. Despesas médicas decorrentes dos acidentes de trânsito,

como fisioterapia e equipamentos ortopédicos. O governo queria tirar esse item para que o valor do seguro fosse mais acessível, mas foi estabelecido pela Câmara e o tema ainda será debatido no Senado. No modelo anterior, a indenização para morte era de R\$ 13,5 mil, mesmo valor pago para invalidez permanente. O reembolso para despesas médicas era de até R\$ 2,7 mil. Nas novas regras, o valor da indenização ou reembolso será estabelecido pelo Conselho Nacional de Seguros Privados (CNSP). O órgão também vai definir os percentuais de cobertura para cada tipo de incapacidade parcial.



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

ALTO VALOR COM BAIXO PREÇO

alto, profissionais de elevado padrão, ambiente agradável, muitas vezes temático. Algo que cativa gostos mais exigentes.

Restaurantes, cantinas e afins com atendimento de excelência que faz o consumidor sentir-se, por poucos minutos, da alta aristocracia. Não degustar da iguaria, violinistas e menestréis homenageiam os nobres frequentadores. Garçons que

ostentam elevado padrão de atendimento, trajados ao luxo de maior estilo.

A arte une-se à nutrição, quando a xícara recebe a bebida láctea com a saborosa espuma, que gera atração ao ser nela impressa figuras de rostos famosos (cafeteiras impressoras, quem diria). O pesar em desmantelar o desenho confeccionado perde para a vontade de saborear o precioso cappuccino/arte.

Em meio ao deleite de iguarias de alto luxo (e preço), com todo respeito aos apreciadores, dos quais entendo o refinado gosto, vejo-me em patamar diverso. Não apenas à guisa da economia, mas nos valores (que não são preços). Tomar um saboroso café com singelo pão de queijo ou um pão na chapa, em ambiente simples e acolhedor, na companhia de amigos queridos, retrata um luxo do qual não troco por nenhum ambiente pomposo. O fortalecimento dos laços amistosos através do desjejum, em singelo ambiente é pedra preciosa. O preço é baixo, mas o valor é ouro! Um simples cafezinho em copo americano acompanhado de saboroso repasto matinal, ao lado de pessoas que nos fazem bem é extasiante! Recobramos as energias fisiológicas ante a bela refeição e renovamos as energias mentais, com as prosas descontraídas que somente brotam na tertúlia. Somos ricos e não percebemos!



A Geração Z no Mercado de Trabalho: Desafios e Oportunidades para Recrutadores e Empresas

A Geração Z, nascida entre o início da década de 1990 e o início dos anos 2010, está ingressando no mercado de trabalho e trazendo consigo novas perspectivas, valores e expectativas. Essa nova leva de funcionários, marcada pela imersão em um mundo digital desde a infância, apresenta características distintas que exigem adaptação por parte das empresas e dos profissionais de Recursos Humanos (RH).



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

Características marcantes da Geração Z:

Nativos digitais: Habitados à tecnologia e com grande familiaridade com smartphones, mídias sociais e ferramentas online. **Empreendedores e autônomos:** Valorizam a flexibilidade e a autonomia, buscando oportunidades que possibilitem conciliar vida pessoal e profissional. **Conscientes e engajados:** Preocupam-se com questões sociais e ambientais, buscando empresas que estejam alinhadas com seus valores. **Comunicadores ágeis:** Costumam se comunicar de forma rápida e direta, valorizando a clareza e a objetividade. **Aprendizes constantes:** Apreciam ambientes dinâmicos e oportunidades de aprendizado contínuo, buscando desenvolvimento profissional constante. **Papel estratégico dos recrutadores de RH:** Para atrair e reter talentos da Geração Z, os recrutadores de RH precisam repensar suas estratégias e se adaptar às novas demandas do mercado. Entre as principais responsabilidades estão:

Criar descrições de vagas atrativas:

Destacar aspectos como cultura organizacional, flexibilidade, oportunidades de desenvolvimento e impacto social da empresa. Utilizar canais de recrutamento online: Plataformas como redes sociais e aplicativos de busca de emprego são essenciais para alcançar essa geração. Valorizar soft skills: Habilidades interpessoais como comunicação, trabalho em equipe e criatividade são cada vez mais importantes. Oferecer um processo de recrutamento ágil e transparente: A Geração Z preza pela rapidez e clareza na comunicação, portanto, processos longos e burocráticos podem ser desestimulantes. Investir em onboarding e desenvolvimento: Proporcionar um processo de integração à empresa que seja acolhedor e ofereça oportunidades de aprendizado e crescimento profissional. Mudança no perfil de profissionais: Com a ascensão da Geração Z, o "conhecimento em informática"

como pré-requisito básico para muitas vagas está cedendo espaço para habilidades com dispositivos móveis. Isso significa que os candidatos precisam ser proficientes em utilizar smartphones, tablets e aplicativos para realizar tarefas do dia a dia.

Outras habilidades valorizadas:

Criatividade e inovação: A capacidade de pensar fora da caixa e propor soluções criativas é fundamental para se destacar no mercado de trabalho. **Adaptabilidade e resiliência:** A Geração Z precisa estar preparada para lidar com mudanças frequentes e se adaptar a novos desafios. **Inteligência emocional:** Habilidades como empatia, comunicação assertiva e resolução de conflitos são essenciais para o sucesso profissional.

Conclusão:

A chegada da Geração Z ao mercado de trabalho representa uma oportunidade para as empresas se reinventarem e se tornarem mais atraentes para novos talentos. Ao compreender as características e expectativas dessa geração, os recrutadores de RH podem desenvolver estratégias eficazes para atrair, reter e desenvolver profissionais excepcionais, impulsionando o crescimento e a competitividade das empresas.

Lembre-se:

A Geração Z é diversa e não deve ser estereotipada. Cada indivíduo possui suas próprias qualidades e experiências únicas. É importante investir em treinamento e desenvolvimento para preparar os colaboradores de todas as gerações para o futuro do trabalho. Criar um ambiente de trabalho inclusivo e positivo é fundamental para atrair e reter talentos de todas as gerações. Ao abraçar as mudanças e se adaptar às novas demandas do mercado, as empresas e os profissionais de RH estarão prontos para aproveitar todo o potencial da Geração Z e construir um futuro de trabalho mais próspero e inovador.

O bom gosto gastronômico remete a ambientes gourmet de alto luxo. Todo aparato remonta preço compatível com a extravagância. Não é para menos. Produtos de custo

SUA TV LEVA VOCÊ AO FUTURO DE MOGI.



3.2 UHF

As sessões da Câmara de Mogi são abertas à população, presencialmente, pelas redes sociais e pela TV Câmara. Com dedicação e transparência, a Câmara trabalha para tornar Mogi das Cruzes cada vez melhor. **TV Câmara: a TV aberta para todos.**



www.cmmc.com.br



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

Resiliência é a capacidade aprendida de se superar nos momentos de adversidades e contrariedades, mas basicamente a superação é conseguir colocar no passado os sentimentos que nos afligem. São cicatrizações de sentimentos do passado, ou melhor; a passagem do tempo é o que nos afasta do medo e da dor das contrariedades. A dificuldade de ultrapassar o tempo e deixar os temores e as dores para trás é o que realmente importa como superação. Algumas pessoas não conseguem superar e ficam revivendo a dor, revivendo palavras do passado a cada instante,

NEUROATÍPICOS

trazendo à tona os momentos dolorosos, os contragostos, as desilusões. Trazem toda a frustração e revivem sempre que lembram, causando agonia e ansiedade. Em especial são pessoas com baixa autoestima e elevada frustração. Os episódios são sempre similares, sempre contra as pessoas com quem convivem. As frustrações superam os momentos prazerosos. Vivem em busca de novos amigos e pessoas para convivência, para suprir suas necessidades afetivas, porque novos relacionamentos são páginas em branco que não carregam feridas não cicatrizadas. Os familiares são normalmente carregados de emoções e lembranças, portanto os repatórios das feridas abertas e sangrentas. A superação desses sentimentos é mais difícil para pessoas que portam Espectro Autista e Transtorno Opositor Desafiador. Em momentos de "Meltdown" ou surto, como é vulgarmente chamado, vem à mente todas as frustrações e revoltas. Tenta

desesperadamente expor seus sentimentos de forma violenta. Como não possui freios, parte para a agressão física e desconsidera as possíveis consequências de suas ações. Além de não deixar no passado as lembranças dolorosas, estas se acumulam com as novas desilusões e frustrações, tornando ainda mais dolorosa a convivência com os familiares, que inconscientes do sofrimento e a angústia interior cobram incessantemente reconhecimento pelas ditas benesses que lhe são ofertadas, e dessa forma aprofundando as feridas abertas na sua psique. Geralmente os episódios de "surto" são seguidos por depressão e arrependimento pelas ações agressivas que realizou. Dessa forma não existe cura, nem redenção, mas dependem de uma reforma na percepção de mundo e necessidade de mudar o que pode mudar em si mesmo, aceitar o que não pode mudar, e o mais difícil de tudo, reconhecer o que pode ou não ser mudado. 02 de abril, dia mundial da conscientização do autismo

Momento de Fé

A Verdade justifica

Digo-vos que este desceu justificado para sua casa, e não aquele; porque qualquer que a si mesmo se exalta será humilhado, e qualquer que a si mesmo se humilha será exaltado.
Lucas 18.14

Em uma de Suas parábolas, Jesus explicou a justificação, contando um caso ocorrido entre dois indivíduos que julgavam amar a Deus e oravam. Esses homens estavam no mesmo local, mas tinham propósitos diferentes na oração. Infelizmente, muitas pessoas não vigiam e mostram inclinadas a práticas erradas, principalmente

quando clamam. Ora, antes de começarmos a orar corretamente, devemos consultar a Palavra para vermos se estamos agindo de modo equivocado ou não! Alguns oram para se mostrarem espirituais, mas, na verdade, buscam algo lucrativo com seu ato. Por que fazem isso? Parecem santos e fiéis a Deus, mas vemos casos de verdadeiros fariseus em nosso meio. Por que alguns se deixam levar pelas tentações até mesmo quando estão em oração? Por certo, não sabem do conhecimento do Todo-Poderoso em relação a tudo o que acontece? (1 Cr 28.9). Muitos agem como loucos,

sem se importar com nada. O homem corre atrás de dinheiro e faz de tudo para obter o máximo possível. Para isso, há quem minta, chore e jure por qualquer coisa, até conseguir enganar alguém. Esse indivíduo tem prazer em iludir os outros. Como ele ficará diante do Juiz da eternidade, no Dia do acerto de contas? (1 Ts 4.6). Dos dois homens que oravam no mesmo horário e local, de acordo com a narrativa do Mestre, descobrimos que tinham necessidades e desejos distintos. O primeiro orou como um fariseu moderno: O fariseu, estando em pé, orava consigo desta maneira: Ó

Deus, graças te dou, porque não sou como os demais homens, roubadores, injustos e adúlteros; nem ainda como este publicano (Lc 18.11). Ele se autointitulava irrepreensível, mas Deus não o via assim; O outro era um coletor de impostos e, pelo Espírito do Senhor, estava debaixo da convicção de ter pecado, a fim de se voltar para o bem: O publicano, porém, estando em pé, de longe, nem ainda queria levantar os olhos ao céu, mas batia no peito, dizendo: Ó Deus, tem misericórdia de mim, pecador! (Lc 18.13). Quem Deus diz que somos é o mais importante, não o que sentimos sobre isso, nem o



Foto: Lorenzo Castagnone

que pensamos alcançar, porque o Senhor garante a nossa vitória: ser justificado! As pessoas ganhariam mais do Pai celestial se permitissem que Ele as dirigisse no bom caminho e fizessem a vontade dEle. Estamos em uma espécie de teste para irmos ou não para o Reino dos Céus. Quem não for para o Reino do amor divino, certamente, irá para o reino da maldade (Jo 3.36). Só esse fato já devia servir para

todos buscarem socorro ao lado do Senhor, obedecendo à Sua Palavra. Cuide-se agora! O nosso trabalho será bem-sucedido quando conseguirmos levar o povo aos pés de Jesus, e o nosso coração se rejubilará ao dar a Deus o fruto pretendido. Ele nos envia para anunciarmos a todos o conhecimento da salvação em Cristo! Em Cristo, com amor,

Missionário R. R. Soares da Igreja Internacional da Graça de Deus

Mais mensagem ou pedido de oração "www.ongrace.com"

ESTADO DE BEM-ESTAR

O que entendemos por bem-estar? Muitas vezes, este termo está relacionado a uma vida confortável em termos materiais. Ter um emprego estável, obter a casa própria, ter um carro do ano... E realmente são coisas necessárias para

as nossas vidas. Mas, será mesmo que estas coisas estão ligadas a ter uma vida plena? Será que, se realmente estivermos com toda nossa vida material realizada, teremos a sensação de bem estar garantida? Sim, o bem-estar, também está relacionado à sensação

de segurança, conforto e tranquilidade, mas também inclui a plena satisfação das exigências que temos com o nosso corpo e com nosso estado de espírito. E quando pensamos nestas satisfações, exclui a necessidade de bens materiais para a plena realização.

O nosso corpo funciona de uma maneira sincronizada. Isso significa que, quando cuidamos da nossa saúde, nos alimentando direito e deixando de lado uma vida sedentária, temos condições físicas para ir atrás das nossas necessidades materiais. Quando cuidamos da nossa

saúde mental, conseguimos ter discernimento das coisas que precisamos realizar, sem estresse e sem ansiedade. Sendo assim, bem-estar vai muito além do que ter bens materiais. É um estado de realização pessoal, que não depende daquilo que o indivíduo tem, e sim daquilo



Livia Sperandio
Psicóloga e Ministra de Louvor

liviasperandio@gmail.com

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 Fátiole, está com um trabalho de coração. 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

ANIVERSÁRIO DE 1 ANO DO

ESPAÇO GOURMET

AMAZONAS

Um presente pra cidade e pra população

Público estimado de 2.500 pessoas por final de semana

Área segura para toda a família

Aumento nas vendas dos quiosques locais

Incentivo à cultura com apresentações de artistas locais

Quadra e playground lotados: mais qualidade de vida e saúde para a população

Piso com acessibilidade para que todos possam aproveitar

PREFEITURA MUNICIPAL DE
ARUJÁ
CUIDANDO DAS PESSOAS

EQUIPE

FESTAS

DI
RUI

FAÇA SUA FESTA COM:

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

Maquininha de Bolinha de Sabão

(11) 97366-9914 / 9.7400-2508

Rua. Benjamin Constant, nº249 - Suzano - SP

QUERO AÇAÍ POR FAVOR!

O melhor combustível para a saúde

Guela ROXA

@guela.roxa

que ele é, da capacidade que tem. A Bíblia declara em Provérbios 1,32-33 que: "pois a inconstância dos inexperientes os matará, e a falsa segurança dos tolos os destruirá; mas quem me ouvir viverá em segurança e estará tranquilo, sem temer nenhum mal". A palavra de Deus nos deixa claro que, buscar segurança naquilo que é inconstante, instável, nos levará à destruição, no entanto, estivermos atentos à sua palavra, viveremos em segurança, sem temer nenhum mal

É o mês do meu aniversário!

e, de presente, seja meu leitor!

R\$47,22

Red Seg

Corretora de Seguros

Sempre tem as melhores soluções de planos de seguro para você proteger seu patrimônio e sua vida. Entre em contato e saiba mais!

TRABALHAMOS COM TODOS OS RAMOS DE SEGUROS

Rua Benjamin Constant, 1109
Centro - Suzano

4741-4800

Economia

Acesso à internet para todos: Programa Internet Brasil oferece chips gratuitos



Idealizado pelo Governo Federal, o Internet Brasil foi lançado para auxiliar os alunos que necessitam de internet para desenvolver seus estudos, mas não têm acesso. Para garantir a conexão à internet, o programa distribuirá chips gratuitos para estudantes

brasileiros. No início, apenas os estudantes inscritos no Cadastro Único para Programas Sociais (CadÚnico) serão beneficiados com o Internet Brasil com os chips de banda larga móvel. Não serão distribuídos celulares para o uso dos chips.

Até o final de 2024, a expectativa do Ministério das Comunicações é distribuir 100 mil chips de internet grátis para estudantes de famílias de baixa renda em todo o país. Como se inscrever para receber a Internet gratuita? O programa estará disponível para um grupo específico inicialmente. São eles: Inscritos no CadÚnico; Alunos da educação básica da rede pública de ensino; Alunos inscritos do Bolsa Família e no Benefício de Prestação Continuada (BPC). Pra se inscrever no CadÚnico, é necessário: Realizar o cadastro por meio do Centro de Referência da Referência Social (CRAS) do seu bairro; Informar os dados de todos os

moradores da residência. A adesão ao programa deve ser feita pela Secretaria de Educação e pela escola do estudante. Os chips são neutros e possibilitam a troca de operadora de forma remota, sem precisar substituir o chip físico. É importante lembrar que o Internet Brasil não fornecerá o aparelho celular, apenas o chip com acesso gratuito à internet. Os estudantes e responsáveis devem estar cientes de que é necessário já possuir um dispositivo compatível para utilizar o benefício. Além da internet, outros benefícios do Governo Federal foram criados para auxiliar a educação dos alunos da rede pública, como o Programa Pé-de-meia.

PROMOTORAS LEGAIS POPULARES

De mulher para Mulher

Falas de PLPs

No Jornal **Lógica**



Sou Cybele Cardoso, tenho 50 anos, casada há 22 anos com Mauro, sou mãe de gêmeos, Leonardo e Eduardo de 17 anos, e atualmente trabalho como Petsitter, cuidando dos pets de outras pessoas enquanto viajam, no conforto do meu lar ou vou até a residência, alimento, organizo e limpo o ambiente do pet e também levo para passear.

Nascida em Fortaleza, moradora de Suzano há 26 anos, sempre busquei estar próxima a outras mulheres para que possamos uma ajudar a outra. Acredito nessa troca de experiências e conhecimento que cada uma, em sua particularidade, com a sua história de luta e superação é capaz de erguer outras que estão na mesma situação ou algo parecido.

Tive o imenso prazer de realizar o curso e conhecer as PLPs, onde torna tudo isso possível, e consigo ajudar mais mulheres através do conhecimento que venho adquirindo no decorrer do curso.

Muitas vezes nos encontramos sozinhas e desamparadas e esse projeto me mostrou que existe uma rede de apoio genuína que apoia outras mulheres, nos empodera e orienta nas situações mais delicadas que é a realidade de, infelizmente, muitas mulheres que conhecemos, e com essa bagagem agora consigo também transmitir esse conhecimento, compartilhar o projeto com outras mulheres e transformar vidas.

Sou muito grata pela oportunidade de poder fazer a diferença com qualidade e pessoas incríveis e recomendo a todas que podem para que também participem desta iniciativa "Promotoras Legais Populares" criado e direcionado por mulheres fabulosas e totalmente gratuito.

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

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 WhatsApp +55 11 998914848

Assédio no Ambiente de Trabalho

em que o assediador vai agir, o que torna a situação mais complexa, especialmente se for um fato isolado, mas ainda assim, em se tratando de fato de extrema gravidade, é preciso buscar ajuda, para que se possa denunciar o assediador. Em casos de assédio é repetitivo é possível provar como a gravação de conversas, filmagem do local, e assim por diante.

No processo Trabalhista, também pode existir denúncia de assédio, que pode ser tanto moral como sexual.

Toques no corpo, insinuações sexuais, convites inapropriados, envio de fotos de cunho sexual, comportamentos inadequados, telefonemas constrangedores, comentários ofensivos de conteúdo sexual, tudo isso, é considerado Assédio Sexual.

O Assédio Moral acontece quando há xingamentos, tra-

tamento inadequado, estabelecimento de metas inatingíveis, exposição ao ridículo, comentários pejorativos, desqualificação do trabalho, racismo ou homofobia, e assim por diante.

O Assédio não necessariamente precisa vir de um superior, pode acontecer vindo de colega de trabalho de qualquer nível hierárquico, e, também não é limitado pelo sexo, tanto do assediador quanto do assediado, podem ser do mesmo sexo ou de sexos opostos, tanto mulheres como homens, podem ser vítimas.

Aqueles que tenham notícia de situações de assédio têm obrigação de se manifestar, tanto dentro da empresa, quanto fora do ambiente de trabalho. E se for o caso, ajudar o assediado a comprovar a situação, já que como dissemos, nem sempre o assediado, consegue sozinho realizar a prova, e, muitas vezes nem mesmo se desven-

ilhar da situação. Crime e atitude que não condiz com a dignidade humana, todos devem se posicionar contra o assédio em qualquer ambiente, e, proteger aquele que sofre, apresentando possibilidades de apoio, e, ainda ajudando a obter provas que possam ajudar a condenar o Assediador.

Em qualquer situação de assédio o ideal, é sempre procurar um advogado, que poderá ajudar na busca por uma reparação, e, pela penalização do assediador



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

A Associação entre Bullying, Cyberbullying e Suicídio: Um Desafio Global

A violência, em suas diversas formas, é um fenômeno intrincado que permeia todas as esferas da sociedade, causando impactos emocionais profundos em suas vítimas (Minayo, 2006). Considerado um problema de saúde pública de proporções alarmantes, a violência tem sido objeto de preocupação crescente em todo o mundo, dadas suas graves consequências individuais e sociais (Krug et al., 2002).

Uma pesquisa conduzida pela Mestranda em Saúde e Comunidade, Káren Maria Rodrigues da Costa, e pelo Dr. em Psicologia e Psicólogo, Cássio Eduardo Soares Miranda, ambos da Universidade Federal do Piauí (UFPI), revela dados alarmantes sobre a relação entre bullying, cyberbullying e suicídio. Realizada em diversos países, incluindo Bolívia, Costa Rica, Honduras, Peru, Uruguai, Austrália e Brasil, a pesquisa, em conformidade com a Organização Mundial da Saúde (OMS), destaca que mais

de 800.000 pessoas tiram suas próprias vidas a cada ano, sendo essa a segunda maior causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos de idade. O fenômeno já é caracterizado como um verdadeiro problema epidemiológico, exigindo ações urgentes e enérgicas para combatê-lo. O bullying e o cyberbullying, em suas diversas manifestações, contribuem significativamente para o aumento dos casos de suicídio entre os jovens. O constante assédio, a intimidação e a exposição à violência verbal ou física têm um impacto devastador na saúde mental e emocional das vítimas, muitas vezes levando-as a estados de profunda angústia e desespero. O alcance virtual do cyberbullying, por sua vez, amplifica ainda mais o sofrimento, tornando-o incessante e invasivo, mesmo nos espaços considerados seguros. Diante desse cenário alarmante, é imperativo que cada um de nós assuma a responsabilidade de



colaboradores que está fazendo sua parte

combater e erradicar esse mal que tem ceifado tantas vidas precocemente. A divulgação de informações, a conscientização da sociedade e a promoção de ambientes seguros e acolhedores são passos essenciais

nessa jornada. Ao educarmos nossos jovens e adultos sobre os efeitos devastadores do bullying e do cyberbullying, podemos criar uma cultura de respeito, empatia e solidariedade, oferecendo um antídoto poderoso contra essa epidemia silenciosa.

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

COPIX INFORMÁTICA

Suporte e Serviços para Computadores

Rua Monsenhor Nuno, 294

Centro - Suzano - SP

Telefone: (11) 4748-1116

Ateliê Minh'avo Fazia

Quem faz artesanato

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

(11)98442-2532 (Tati)

@atiz.minhavofazia

Baquês, Crochê e muito mais...

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

Ligue anuncie:

11-9.8314-0177



SAÚDE

Soneca: Hábito traz benefícios para memória e produtividade

Tirar uma soneca ou até mesmo pequenos cochilos curtos durante o dia é um hábito que ajuda a melhorar a memória e a produtividade, de acordo com uma pesquisa realizada pelo Centro de Sono e Cognição da NUS Medicine, nos Estados Unidos.

O que é uma soneca?
Sonecas são períodos de sono que ocorrem fora do período noturno principal e são diferentes de um episódio de sono incon-

trólavel e não intencional. Para descobrir os possíveis benefícios desses cochilos no meio do dia, os pesquisadores avaliaram as sonecas em 32 pessoas adultas que após a quantidade de sono habitual noturno foram submetidas a quatro condições experimentais — vigília e cochilos de 10, 30 e 60 minutos em dias alternados. Segundo o estudo, os participantes levaram de 10 a 15 minutos para adormecer. E os resultados apontam que, em comparação com a vigília, todas as durações de soneca tiveram benefícios claros na melhora do humor e no estado de alerta (desde as mais curtas, de 10 minutos, até as mais longas, de 60 minutos). No entanto, somente as sonecas de 30 minutos tiveram um benefício direto na codificação da

memória, o que indica que é necessário dormir pelo menos meia hora para melhorar a memória. Entendendo os benefícios da soneca

De acordo com a neurologista Leticia Azevedo Soster, especialista em Medicina do Sono do Hospital Israelita Albert Einstein, o sono tem várias funções no corpo, mas sua função primária é fazer com que o nosso corpo recupere a energia que foi gasta no decorrer do dia. "Não tiramos energia de nenhum lugar externo, nós a produzimos. Acordamos cheios de energia e gastamos essa energia ao longo do dia.

Leticia também destaca que a soneca é muito útil para fazer



essa compensação do cansaço que está excessivo e faz com que a gente não consiga cumprir as nossas atividades cotidianas. Afinal, sentir sono durante o dia não é bom e faz com que o cérebro se ocupe em te manter acordado e em vigília enquanto ele deveria se ocupar em te manter atento.

"A atenção é o item primário da consolidação da memória. Você não vai memorizar nada se você não estiver descansado e não prestar atenção. Para ter memória e conseguir memorizar novos fatos, precisa ter atenção. E para ter atenção, a pessoa precisa estar vigilante. Por isso, nesses casos,

a soneca serve para compensar o cansaço e reduzir a pressão de sono".

Pensando nisso, o primeiro passo é saber se você já está dormindo o suficiente. "Você só sabe que está dormindo o suficiente se estiver acordando bem", diz Leticia. Esse é o ponto principal e independente da quantidade de horas dormidas, porque a quantidade de horas de sono varia de pessoa para pessoa. "Se você cochilar das 19h às 20h, por exemplo, você provavelmente vai ter dificuldade para iniciar o seu sono à noite. Mas, se você tirar uma soneca logo depois do almoço e se sentir bem, com certeza você vai se beneficiar e ficar mais relaxado", finaliza a neurologista.

Sexo & Sensualidade

Será que os opostos se atraem?



Será mesmo que os opostos se atraem? Pensar diferente ajuda no relacionamento? Por que ficamos tão interessados no que nos parece novo? E o que os psicólogos tem a dizer sobre esse comportamento?

Psicólogos sabem que os opostos se atraem, pois nos sentimos curiosos e temos interesse pelo novo. No entanto a felicidade do casal está vinculada a questões mais profundas do que apenas a atração. Decisões importantes passam por desejos intrínsecos à relação, como opção sobre filhos, expectativas sobre férias, organização de finanças e gestão familiar. 1) Os opostos se atraem e os

semelhantes se reconhecem. Problemas comuns aos relacionamentos como as pequenas diferenças e a monotonia são facilmente superados. Porém debater todos os dias sobre onde sair, o que jantar, o destino do final de semana e coisas comuns com a gestão de tarefas domésticas e financeira, gera desgaste ao relacionamento. Para manter a relação saudável depois de passada a etapa de atração, é importante ter reconhecimento e diálogo. 2) Por que os opostos se atraem? Casais formados por pessoas que se sentem opostas, podem se relacionar em harmonia, assim como casais que dividem preferências comuns.

O que se percebe é que a compatibilidade, a empatia, o companheirismo e os desejos futuros influem muito mais no dia-a-dia, do que questões mais superficiais, como atividades e hobbies. 3) Os opostos se atraem, mas se entendem? Estar completo, ter autoconfiança, desenvolver o amor-próprio, faz com que a equação equilibre mais facilmente. Porém, em uma relação na qual você sente que não possui voz ativa e que suas preferências não são respeitadas, algo vai mal. Nesses casos, é sempre importante entender o que não vai bem, conversar e buscar soluções conjuntas. Não podemos mudar o outro,



mas é possível podemos firmar acordos saudáveis. 4) Avalie os prós e contras de sua relação. Essa relação me faz feliz? Sou valorizado? Estou disposto a mudar? Avalie sua relação, pois a continuidade dela dependerá do que cada um busca e de que maneira está disposto a ceder, para criar afinidades junto ao outro. 5) Procure a ajuda de um psicólogo ou terapeuta. Um psicólogo poderá ajudá-los a buscar formas de se sentirem mais satisfeitos em sua convivência conjugal. O importante é entender que os opostos se atraem, mas precisaram de força de vontade para superar as diferenças.



Importância da castração

Em meio às muitas responsabilidades associadas ao resgate de animais em situações de abandono, negligência ou maus-tratos, a castração é um dos pilares fundamentais para garantir o bem-estar individual desses pets e promover uma comunidade mais consciente e compassiva em relação aos cuidados com os animais. Neste contexto, exploraremos alguns aspectos que mostram a importância da castração para animais que necessitam de resgate e cuidados, destacando seus benefícios, desmistificando mitos e incentivando ações responsáveis. Ao compreendermos a importância da castração em animais resgatados, estamos assumindo um compromisso ético com o bem-estar animal. Castração e Controle Populacional

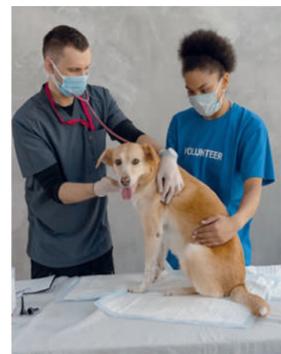
A castração é extremamente importante para o controle populacional de animais de rua, sendo uma das abordagens mais eficazes para mitigar o crescimento descontrolado dessa população. Animais resgatados que não são castrados têm o potencial de continuar se reproduzindo, o que pode resultar em um aumento exponencial no número de animais abandonados e desabrigados. Esse ciclo de reprodução desenfreada contribui para a superpopulação e perpetua um ciclo de sofrimento para esses animais e para a comunidade em geral. Ao optar pela castração de animais resgatados, estamos assumindo um compromisso ético de reduzir o número de animais em situação de vulnerabilidade. Dessa forma, a castração não só beneficia individualmente cada



animal, mas também contribui para uma comunidade mais consciente e compassiva em relação ao bem-estar animal. Além disso, animais resgatados que já são imediatamente castrados, têm mais chances de serem adotados e terem uma vida doméstica longa e saudável. Inclusive, a castração pode reduzir o risco de abandono, já que animais castrados são geralmente mais calmos e menos propensos a comportamentos

problemáticos. Mitos sobre a Castração Para muitas pessoas, a castração de animais ainda é envolta em uma série de mitos e equívocos que podem desencorajar sua adoção. No entanto, é importante desmistificar essas ideias para garantir uma compreensão mais clara dos benefícios da castração. Um dos mitos mais comuns é a crença de que a castração causa obesidade no pet. Na reali-

dade, a obesidade está mais diretamente relacionada à dieta e ao exercício do que à castração em si. Outro mito é o de que a castração pode alterar drasticamente a personalidade do animal. Embora possa haver algumas mudanças comportamentais sutis, como a diminuição na agressão territorial, essas mudanças geralmente são positivas e não alteram fundamentalmente a essência do animal. Além disso, há a ideia equivocada de que a castração é dolorosa e traumática para os animais. Processo de Castração O processo de castração é uma intervenção cirúrgica relativamente simples e segura, que pode ser realizada em animais de quase todas as idades. É importante destacar que a castração é um procedimento comum, realizado por veterinários experientes e



qualificados. Durante a cirurgia, o animal é anestesiado para garantir seu conforto e bem-estar. No entanto, embora seja considerada uma cirurgia de rotina, é importante que o pet seja avaliado por um veterinário antes do procedimento. Essa avaliação assegura que o animal está em boas condições de saúde para tolerar a cirurgia e o período de recuperação subsequente.

Casos Bizarros

Homem que dormiu em um ônibus, foi decapitado e teve partes do corpo comidas por um canibal

Um juiz canadense decidiu que um homem acusado de capitar e praticar canibalismo com um passageiro que estava em um ônibus não pode ser responsabilizado criminalmente pelo crime, pelo fato de ser doente mental. Com a decisão, o imigrante chinês Vince Li vai ser enviado a um instituto de tratamento de doenças mentais, em vez de ser preso.

Li esfaqueou Tim McLean, que tinha 22 anos, dezenas de vezes e cortou sua cabeça, durante uma viagem noturna de ônibus na rodovia Trans-Canadá. Enquanto ele cometia o crime, os demais passageiros do ônibus fugiram. Depois de cometer o crime, ele ainda tentou fugir, mas foi capturado. Ele pediu desculpas aos policiais e implorou

para ser morto. O juiz John Scurfield disse que o ataque foi bárbaro, mas que sugeriu fortemente a existência de uma desordem mental. Segundo Scurfield, Li não considera que as ações que cometeu são moralmente erradas. Tanto a acusação como a defesa argumentaram que Li não pode ser responsabilizado porque tem esquizofrenia e

acreditava que Deus queria que ele matasse McLean porque, segundo ele, "o jovem homem era mau". O estado de saúde mental de Li vai ser avaliado atualmente para determinar quando ele pode ser libertado. A família de McLean não concordou com a decisão. A mãe da vítima, Carol de Delley, disse que a avaliação "é ridícula" e que Li deveria ser mantido preso até o fim

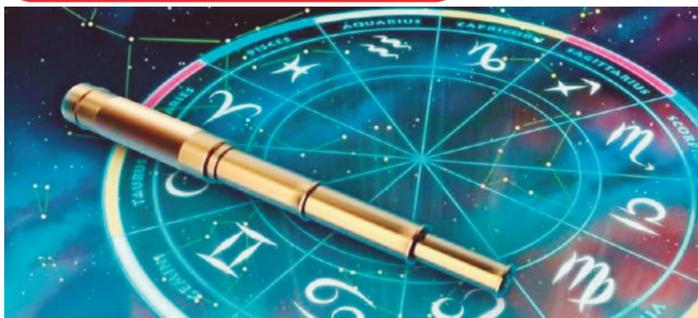


de sua vida. Ela promete lutar para modificar a legislação.

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/@saoilucas47463637
Sua tranquilidade é nosso compromisso!!
R. Cássia Francisco, 688 - VI. Figueira - Suzano (em frente do IML)

Master Force
Instalações Elétricas
ÉDRICK RODRIGUES
(11)9.7053-8370
comercial@masterforce.com.br
@masterforceservicos
www.masterforce.com.br

Horóscopo



Aries
21/03 a 20/04

Você poderá se afastar de uma amizade ou grupo e iniciar relações em um novo padrão. Tome cuidado para não perder dinheiro com um investimento arriscado. Tensão entre Plutão e Sol pedirá cautela em dobro nos assuntos financeiros



Touro
21/04 a 20/05

Uma grande mudança no projeto de vida incluirá novo plano de carreira. Aproveite este mês para resolver pendências de trabalho, cuidar da saúde e finalizar uma atividade exaustiva. Novas associações abrirão portas. Movimento a vida social e se firme num grupo diferente



Gêmeos
21/05 a 20/06

Apoio aos filhos ou ao par dará um caráter de urgência neste mês, que será movimentada nas relações e eventos. Evite bater na mesma tecla, discussões repetitivas serão cansativas e não levarão a nenhum lugar. Crie um "plano B" e contorne os obstáculos com elegância e soluções rápidas



Câncer
21/06 a 21/07

Dê atenção à família e resolva questões pessoais antes de se comprometer com novos projetos. Metas profissionais e associações serão revistas. Conexões internacionais com mestres e autoridades estarão abertas. Invista nos estudos e no seu desenvolvimento



Leão
22/07 a 22/08

Aproveite este mês para acertar documentos, vencer burocracias e resolver assuntos jurídicos. O Sol iluminará caminhos de maior realização profissional. Inovar será a chave do sucesso, surpreenda com propostas originais e aumente seu prestígio.



Virgem
23/08 a 22/09

Não decida nada sem avaliar muito bem condições de contrato, prazos, custos e benefícios. Uma viagem favorecerá o amor, além de abrir portas para o futuro e enriquecer sua bagagem. Siga orientação profissional em questões jurídicas e conquiste direitos.



Libra
23/09 a 22/10

Autocuidado, bem-estar e equilíbrio serão os primeiros tópicos da lista de prioridades do mês. A semana pedirá foco na sua saúde e rotina disciplinada. Assuma novos hábitos e conquiste melhor qualidade de vida. Mudanças serão positivas. Inicie uma atividade diferente



Escorpião
23/10 a 21/11

Mesmo que a semana comece confusa, você obterá ótimos resultados. Organize ideias e materiais de trabalho, dê atenção aos relacionamentos e formalize um projeto. Transforme velhos padrões e renove os sentimentos



Sagitário
22/11 a 21/12

Mudanças na equipe ou no ambiente social movimentarão o mês, que trará novas oportunidades no trabalho e decisões de vida. Você poderá finalizar um contrato e iniciar outro com melhores condições e tornar o cotidiano mais agradável. Um velho sonho se realizará.



Capricórnio
22/12 a 21/01

A semana trará sucesso nos empreendimentos, popularidade e projeção. Invista na imagem profissional e brilhe publicamente. Você terá excelente desempenho e reuniões, entrevistas e apresentações de ideias. Orçamentos poderão ser alterados.



Aquário
21/01 a 19/02

Decida mudanças no projeto de vida, acerte a documentação, formalize uma proposta e estabilize as finanças. Você poderá aprovar um projeto, viajar ou até mesmo morar em outro lugar. A semana trará soluções de conforto e reformulações importantes. Poder de influência em alta!



Peixes
20/02 a 21/03

Concentre suas forças nos assuntos financeiros e encontre boas soluções. Conte com apoio de irmãos e de pessoas próximas para transpor obstáculos e aumentar sua mobilidade. A cabeça está mudando. Enxergue mais longe e tome decisões de vida com segurança.

Poesia



O mundo diferente

A forma que vejo o mundo
É azul da cor do céu e mar
Vermelho como a rosa no jardim
Amarelo como o mel no meu pão
Junto tudo e tenho o roxo da uva
O verde da folha
O laranja do arrebol na tarde
Vejo tudo de forma direta
Não entendo a sutileza da ironia
Mas sou feliz, não sinto apatia
Irrita o som estridente
Comovo como toda a gente
Sou autista vejo o mudo de forma concreta
Me fecho, mas anseio a compreensão
Que comove meu coração

Borboleta

Cores cálidas denotam a vida
Gotas languidas escorrem na face
A lagarta faz a subida
Na folha verde da alface

Há quem diga do desenlace
Surja um novo empasse
Come a folha a lagarta
De maneira que até se farta

A cor está escondida
Na crisálida adquirida
Entumece com força a couraça
E, rompe com muita graça
Exibindo a borboleta as asas
Colorida e exuberante
Esvoaça de forma errante
no jardim de forma elegante.



Fábio Ap. Doll de Moraes,
Tenente Coronel da Reserva

Palavras ao vento!!

Certa vez, um homem tonto falou que seu vizinho era ladrão, e o vizinho acabou sendo preso. Algum tempo depois, descobriram que era inocente. O rapaz foi solto. Após muito sofrimento e humilhação ele processou o homem. No tribunal, o homem disse ao juiz: - Comentários não causam tanto mal... E o juiz respondeu: - Escreva os comentários que você fez sobre ele num papel. Depois pique o papel e jogue os pedaços pelo caminho até sua casa. Amanhã, volte para ouvir a sentença! O homem obedeceu e voltou no dia seguinte, quando o juiz disse: - Antes da sentença, terá que catar os pedaços de papel que espalhou ontem! - Não posso fazer isso, meritíssimo!

O vento deve tê-los espalhado por tudo quanto é lugar e já não sei onde estão!
O juiz respondeu:
- Da mesma maneira, um simples comentário que pode comprometer a moral de um homem, espalha-se a ponto de não podermos mais consertar o mal causado. Se não se pode falar bem de uma pessoa, é melhor que não se diga nada!
Sejamos senhores de nossa língua, para não sermos escravos de nossas palavras'.
Nunca se esqueça:
Quem ama não vê defeitos... Quem odeia não vê qualidades...
E quem é amigo ve as duas coisas!!

Flor de Lis
Suzano



Culinária

Bolo de sorvete

Você quer um bolo cremoso e fácil? Então você deve ficar com esta receita.

Ingredientes para 6-8 pessoas:

- 1 1/2 xícara de farinha com fermento
- 2 xícaras de sorvete de baunilha

Preparo:

1. Pré-aqueça o forno a 170°C.



2. Deixe o sorvete amolecer até ficar macio e morno e misture-o em uma tigela com a farinha.
3. Despeje a massa em uma forma de bolo untada e asse por 20 a 25 minutos.

Divirta-se:

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

Dicas

- >Bicarbonato de sódio para limpeza profunda: Use bicarbonato de sódio para limpar painéis, remover manchas de tapetes e desodorizar ambientes.
- >Microfibras para limpeza sem produtos químicos: Utilize panos de microfibras para limpar superfícies sem a necessidade de produtos químicos.
- >Água quente para desentupir ralos: Despeje água quente nos ralos para soltar gordura e detritos, evitando entupimentos.
- >Vaporizador para limpeza profunda: Utilize um vaporizador para limpar e desinfetar superfícies sem o uso de produtos químicos.
- >Aromatizador natural: Faça seu próprio aromatizador misturando água, algumas gotas de óleo essencial e uma pitada de sal em um borrifador para refrescar o ambiente.
- >Limpar o ventilador: O primeiro passo é bem simples: pegue um borrifador e adicione no vasilhame uma medida de água morna, detergente, vinagre e bicarbonato de sódio. Esses quatro itens serão os grandes responsáveis pela limpeza incrível do seu ventilador. Evite limpar diretamente o motor do ventilador, pois isso pode causar danos. No entanto, você pode usar um pincel de cerdas macias ou um aspirador de pó com baixa potência para remover a poeira que possa estar acumulada nas áreas próximas ao motor. Também pode fazer: Faça uma mistura de água e bicarbonato, borrife em todo o ventilador e envolva em um saco plástico. Ligue o ventilador por cinco minutos e retire o plástico. Finalize a limpeza com CIF Cremoso e um pano.

Simpatias

Mais bem-estar físico

Ao se levantar, sacuda sete vezes a roupa que você dormiu, pensando que nenhuma doença alcançará o seu corpo e que toda indisposição irá embora. Em seguida, bata sete vezes um pé de chinelo no outro. Repita essa simpatia todas as manhãs durante um mês.

Aliviar o estresse

Coloque sete cravos-da-índia em um copo com água. Depois, salpique gotas dessa água sobre sua casa. Então, deite-se e tente relaxar. Jogue o resto da água na pia e deixe os cravos dentro do seu travesseiro durante sete dias. Passado esse tempo, jogue os cravos no lixo. Lave o corpo e use-o normalmente.

Frase de caminhão



Humor

O Chefe para o empregado:
- Acreditas na vida depois da morte?

O empregado :

- Claro que não! Não existem provas disso.

O Chefe :

- Pois, mas agora existem.

Ontem, depois de teres saído mais cedo para ir ao funeral do teu tio, ele veio aqui à tua procura!...

O funcionário reclama do baixo salário que recebe e resolve reclamar com o patrão:
— Meu salário não está compatível com as minhas aptidões!
— Eu sei, eu sei! Mas não podemos deixar você morrer de fome.!

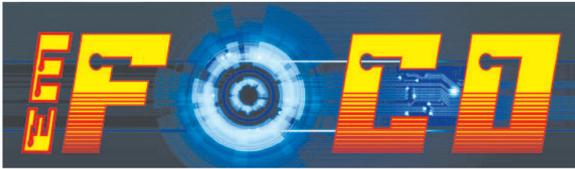
FOTOS ENGRAÇADAS:



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

Os melhores preços e qualidades que só o Mago Supermercado oferece para você!

Social por Edmara Martins Soares



No último dia 17 de abril, o Restaurante Tasty Grill, localizado no Suzano Shopping, proporcionou uma noite especial em homenagem ao Dia do Jornalista, celebrado em 7 de abril. Sob os auspícios da Assessoria de Imprensa Fiamini - Soluções Integradas em Comunicação, o evento reuniu jornalistas de Suzano e região para uma noite de confraternização e reconhecimento. O jantar foi uma iniciativa calorosa em reconhecimento ao papel fundamental desempenhado pelos profissionais da imprensa na divulgação de informações e na construção de uma sociedade informada e participa-

Jantar em Comemoração ao Dia do Jornalista no Restaurante Tasty Grill no Shopping Suzano



tiva. A presença da equipe de Marketing do Shopping: Carla Fiamini-Assessora de Imprensa, Débora Monteiro-Gerente de Operações, Renata Vergara-Ge-



conhecido por sua gastronomia de alta qualidade e ambiente acolhedor. A troca de experiências e a interação entre os presentes proporcionaram momentos agradáveis da amizade, descontração e fortalecimento dos vínculos profissionais.

Ao final da noite, os participantes expressaram gratidão pela iniciativa do Restaurante Tasty Grill e da Assessoria de Imprensa Fiamini, destacando a importância de eventos como este para reconhecer o trabalho árduo e dedicado dos jornalistas, pela contribuição significativa dos profissionais da imprensa para a sociedade.



rente Comercial e Financeiro, Leticia Martinhago-Auxiliar de Marketing, Diego Nóbrega- Superintendente, Filipe - Gerente de Marketing, Andréa Pedroso-Analista de Marketing, Simone Leone- Assessora de Imprensa acrescentaram um toque especial à atmosfera da noite, reforçando os laços entre o estabelecimento e os meios de comunicação locais. Durante o evento, os jornalistas puderam desfrutar de uma seleção especial de pratos preparados pelo Tasty Grill,



Parabéns para você...

Parabéns Secretário de Governo e Obras Marcelo Barbosa pelo título de cidadão Itaquaquecetubense



Que no dia 23 de abril, a cidade de Itaquaquecetuba se encheu de orgulho e gratidão ao homenagear Marcelo Barbosa, Secretário de Governo, conferindo-lhe o título de cidadão itaquaquecetubense, na Câmara Municipal pela proposição e outorgada pelo vereador Luiz Coutinho. Esta honraria é o reflexo do reconhecimento pelos

grandiosos feitos e contribuições que Marcelo tem dedicado à comunidade. Marcelo Barbosa tem se destacado como um verdadeiro líder, trabalhando incansavelmente para impulsionar o progresso e o desenvolvimento de Itaquaquecetuba. Jovem e com um currículo invejável! Sua dedicação e com-

prometimento com a comunicação e com as obras públicas têm sido fundamentais para melhorar a qualidade de vida dos cidadãos, promovendo infraestrutura e serviços essenciais que beneficiam a todos.

Como Secretário de Governo, Barbosa tem desempenhado um papel crucial na implementação de políticas e programas que visam atender às necessidades da população, desde a melhoria das condições de transporte e mobilidade até a promoção do acesso à educação e saúde de qualidade. Além disso, sua abordagem inclusiva e sua capacidade de construir pontes entre diferentes setores da sociedade e ideias para solucionar os problemas têm sido fundamentais para fortalecer todas as áreas de Itaquaquecetuba.

Ao receber o título de cidadão itaquaquecetubense, Marcelo Barbosa não apenas é homenageado por suas realizações passadas, mas também é encorajado a continuar seu trabalho inspirador em prol do bem-estar e do progresso de todos os habitantes desta querida cidade. Sua dedicação e comprometimento são um exemplo a ser seguido por todos



Paulo Pavione Secretário de Comunicação da Prefeitura de Suzano, jornalista e nosso grande amigo, completa mais um ano de vida no dia 25. Que cada novo dia seja uma oportunidade para realizar seus sonhos e conquistar seus objetivos. Nesse seu aniversário, desejamos muita luz, saúde, paz, felicidades, conquistas, e que todo o seu caminho seja repleto de coisas boas!



Parabéns, Major Fábio Ap. Doll de Moraes, que completa mais um ano de vida no dia 25. Que nunca lhe faltem motivos para sorrir e que este novo ano que se inicia seja repleto de conquistas e vitórias. Você é um presente de Deus.



Arhur Oliveira Martins que completa mais um aninho de vida no dia 27. Parabéns, por mais esta data. Que você continue crescendo, amadurecendo e sendo um eterno sonhador. Tenho certeza que Deus tem planos maravilhosos para você!. Feliz Aniversário! Te amo muito. Edmara



Parabéns ex-vereador de Suzano Rogério da Van que completou mais um ano de vida no dia 15. Desejamos que todos os seus sonhos se realizem e que nunca te falte a saúde e a paz no coração.



Parabéns vereador de Poá, Edinho do Kemel que completou mais um ano de vida no dia 19. Feliz aniversário! Que o seu caminho seja preenchido com todo o amor e sucesso que você merece. Feliz aniversário!



Parabéns, amigo Tenente-Coronel Felício Kamiyama que aniversariou no último dia 14. Que nesta nova fase de sua vida, você tenha muito sucesso e traga consigo muito amor e paz. Que a sua fé em Deus e em você mesmo aumentem a cada dia mais.



Parabéns Erika Keiko Ashiuchi, que brinda mais um ano de vida no dia 22. Que nesta nova fase de sua vida, você tenha muito sucesso e traga consigo muito amor e paz. E que DEUS continue te abençoando.



Parabéns Marilda Moreira Renzi que aniversariou no dia 19. Muitas felicidades! Desejamos, muito mais que a vida lhe trouxe todos estes anos. Desejamos sorrisos e dias parecerem tão tristes. E que Deus a abençoe sempre!



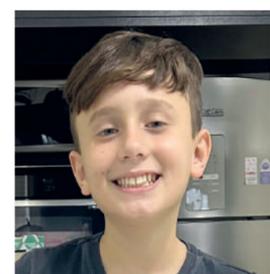
Parabéns Max W. Pianura que completou no dia 10 mais um ano de vida. Que todos os seus sonhos sejam realizados e todos os seus desejos sejam alcançados. Você merece as melhores coisas desse mundo!

5ª Conferência da Paz e Esperança em Águas de Lindóia: Um Encontro Inspirador do Rotary Club Distrito 4563



De 18 a 21 de abril, o cenário do Hotel Monte Real, em Águas de Lindóia, tornou-se o epicentro de reflexão, aprendizado e esperança durante a 5ª Conferência da Paz e Esperança. Mais de mil pessoas se reuniram para participar deste evento singular, marcado por palestras impactantes, atividades enriquecedoras e momentos de convivência. Entre os palestrantes que iluminaram os dias do evento, destacaram-se figuras como Léo Áquila, que nos guiou por uma jornada de compreensão e sensibilidade sobre a diversidade com sua palestra "Desvendando o Arco-Iris". A Dra. Nise H. Ymaguchi trouxe sua expertise sobre "Saúde, Bem-Estar e Qualidade de Vida para Todos" e introduzindo o conceito do Código da Imunidade. O jornalista Carlos Tramontina compartilhou insights valiosos sobre os desafios do presente e as perspectivas de esperança aos nos adaptarmos ao futuro. O evento foi marcado por uma variedade de atividades ao longo dos dias. Desde a entrada solene das bandeiras, com a participação dos

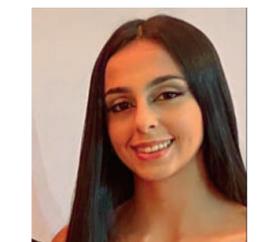
presidentes de cada clube e governadores assistentes, até as mensagens inspiradoras da Governadora Ana Maria de Lima Foli e de Eivaldo do Distrito 4563. Os Governadores RCSP Vila Alpina Maria Inês Rollin e do clube 4590 Maria da Graça Araújo dos Santos Dinófr também compartilharam suas visões e experiências. O prefeito de Águas de Lindóia, Gilberto Abdou Helou, transmitiu sua mensagem de acolhimento e apoio ao evento. Do representante do Rotary Internacional Governador Renato Tavares Além das palestras, as atividades incluíram oficinas, bingos, sorteios, bailes, coquetéis, momentos de confraternização, homenagens emocionantes, reuniões produtivas e muito mais. Cada momento foi uma oportunidade de fortalecer laços, trocar conhecimentos e renovar esperanças em um mundo melhor. A 5ª Conferência da Paz e Esperança em Águas de Lindóia não apenas foi um evento, mas sim um marco de união, aprendizado e inspiração.



Que Deus abençoe Lucas Malafala Clares Diniz que completou mais um aninho de vida no dia 27 de março. Que os sonhos realizados te persigam e que você seja capaz de renová-los em seu coração! Parabéns, para você, nesta data querida e especial.



Parabéns, Luiz Eduardo Araújo dos Santos, que completou mais um ano de vida no dia 12. Que o brilho da sua vida busque, no céu, a essência da luz da vitória para espalhar em seu caminho otimismo, esperança, compreensão e coragem. Felicidades para você!



Parabéns, Joana Lione Teruel Oliveira dos Santos, que completou mais um ano de vida no dia 22. Que Deus a abençoe grandemente, que você alcance todos seus objetivos, Que Deus misture as melhores essências e faça da sua vida a melhor fragrância do mundo!



Parabéns Devanir Teruel Santos que completou mais um ano de vida no dia 14. Que Deus lhe conceda bênçãos e um caminho iluminado. Viva cada momento com amor, ousadia, responsabilidade, vontade, sabedoria, honestidade, oportunidades e alegria.... com muito amor, de suas netas que te amam muito Nubya, Nicololy e Joana



Parabéns Regina Celia Miguel Espindola, que completou mais um ano de vida no dia 15. Abraço os novos começos e os novos desafios desta fase que se inicia. Que tudo seja incrível e especial. Parabéns por mais um ano de vida!



Parabéns, Eduardo Luiz Carlos Santos que completou mais um ano de vida no dia 22. Que seu caminho seja sempre abençoado por DEUS. E que seus sonhos se realizem com muito sucesso. Que sua vida seja sempre leve como um balão e doce como um bolo! E também de ficar alegre por tudo o que você alcançou e superou.

Mande uma mensagem para alguém especial, Ligue: (11) 9.8314-0177

Em Destaque...

Itaquá recebeu o 1º campeonato de freestyle motocross 'Arena Freestyle Show'



Reunindo os principais nomes do freestyle brasileiro. Além de Fred, participaram Paô Bergamini, Diego Dias, Jeff Campacci, Pedro Nougalli, Gian Bergamini, Marcelo Simões, Tatá Mello e Kleber Mazoni. Cada atleta saltou seis vezes e o último contou com pontuação dobrada. Fazendo o público levantar e aplaudir de pé! Estão classificados para as semifinais: Diego Dias, que venceu Pedro Nougalli, e Fred Kyrillos, que ganhou de Marcelo Simões. Na final, o atual campeão Fred Kyrillos

O Arena Freestyle Show garantiu uma noite de muita adrenalina e emoção em Itaquaquecetuba. A cidade recebeu, no sábado (13), a disputa pela 1ª vez na história e mais de 3 mil pessoas marcaram presença no largo da Vila São Carlos. Fred Kyrillos venceu a disputa, assumindo a liderança na competição.

Um evento muito bem organizado em todos os sentidos, parabenizamos ao prefeito que trouxe para a cidade essa atração que irá marcar a história.



venceu Diego Dias e está na frente pelo título da temporada.

O campeonato acontece em seis etapas no ano. A primeira ocorreu em Ilhabela, sem contagem de pontos. A segunda foi em Itaquá e com ingressos esgotados, os alimentos arrecadados com a entrada solidária foram destinados ao Fundo Social. A terceira será em julho em Caraguatatuba.

"Sempre que realizamos um evento, procuramos unir o entretenimento com a contribuição social. Os alimentos vão fazer a diferença na vida de quem mais precisa. Estamos felizes com o sucesso desse show de adrenalina", disse o secretário de Turismo,



Douglas Freire.

A população abraçou a iniciativa e lotou a Vila São Carlos, que foi tomada de aplausos e comemorações a cada salto realizado. "A

felicidade dos munícipes é a nossa. Com certeza o calor do público tornou o evento mais emocionante", acrescentou o prefeito Eduardo Boigues.



Venha comemorar os 75 anos da cidade com eventos gratuitos para toda família!



22 A 28 DE ABRIL
8H30 ÀS 17 HORAS

ATRAÇÕES CULTURAIS
CIRCENSES E INTERATIVAS
PARA AS CRIANÇAS



25 A 28 DE ABRIL
10 ÀS 18 HORAS

EXPOSIÇÃO DE
DIVERSAS ESPÉCIES DE
BELEZAS NATURAIS



25 A 28 DE ABRIL
10 ÀS 18 HORAS

INTEGRAÇÃO ENTRE
INDÚSTRIAS, COMÉRCIOS
E EMPREENDEDORES DO
MUNICÍPIO



28 DE ABRIL
10 HORAS

DIVERSAS ATIVIDADES
PARA OS PETS

REALIZAÇÃO: TV DIÁRIO

E MAIS!

ATRAÇÕES CULTURAIS, FEIRA DE ARTESANATO
E PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO



Local: Parque Max Feffer
Av. Senador Roberto Simonsen, 90
Jardim Imperador



PREFEITURA DE
Suzano



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