



Lógica

Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

Ano XXIII- Edição Nº 276 de junho de 2024
-E-mail: jornallogica@hotmail.com

Distribuição Mensal Gratuita
www.jornallogica.com.br

Diretora, Jornalista Responsável e Idealizadora:
Edmara Martins Soares

Sem idade mínima no INSS

SUZANO:

Projeto inovador de usina que transformará resíduos sólidos em energia é apresentado para a cidade

ITAQUÁ: Mantém cronograma do Plano Municipal de Redução de Riscos com mapeamento hidrológico e sobrevoo de drone

Arujá: Aniversário reúne 85 mil pessoas durante as festividades

Poá: Prefeitura entrega obras de acesso ao Complexo Viário

MOGI: Laboratório de Inovação em Governo Aberto (LIGA) da Prefeitura é destaque no Estado

Guararema: Prefeito anuncia entrega de duas novas escolas

Ribeirão Pires: Prefeitura reforça segurança no trânsito com dois novos veículos

São Paulo: Capital divulga programação de lazer para as férias

SEXO:

3 limites que todo casal deve impor para fazer o relacionamento funcionar

Saúde:

5 razões para você não conseguir perder peso

Beleza:

Confira cinco mitos sobre a queda de cabelo no inverno

Caso Bizarro:

Família embalsama corpo de filho para mantê-lo ao redor de mesa de bar

ITAQUÁ: Mantém cronograma do Plano Municipal de Redução de Riscos com mapeamento hidrológico e sobrevoo de drone

O Plano Municipal de Redução de Riscos (PMRR) de Itaquaquecetuba segue, na quinta-feira (13), com o cronograma de ações desenvolvido para o projeto. Sete bairros estão sendo contemplados com atividades de mapeamento de risco hidrológico e sobrevoo de drone. A ideia é identificar áreas suscetíveis a desastres decorrentes de eventos naturais.

O mapeamento começou no Jardim Coqueiro pela manhã e, na parte da tarde, ocorre no Jardim Karine. O trabalho é realizado em parceria entre técnicos da prefeitura e uma equipe multidisciplinar de geólogos, sociólogos e engenheiros da Unicamp, instituição parceira no PMRR. As equipes também realizaram sobrevoos de drone nos bairros Jardim Joandra, Jardim

Tropical, Parque Viviane e Chácara Dona Escolástica com o objetivo de obter uma visão mais abrangente das áreas, facilitando a identificação e análise dos pontos críticos. "Estamos fazendo o mapeamento geológico e hidrológico do município, propondo medidas de intervenção. O PMRR vai aperfeiçoar as políticas públicas de prevenção em áreas

de risco, que já estão em andamento desde 2021, e que agora ganha mais força", disse o coordenador da Defesa Civil de Itaquá, Anderson Marchiori. "Vamos seguir implementando estratégias de prevenção e mitigação de riscos. É importante pensar e construir uma cidade de maneira inteligente e alinhada às medidas sustentáveis para que a população não seja punida no futuro", completou o prefeito Eduardo Boigues.



Bom Prato completa 12 anos com mais de 23 milhões de refeições servidas

O Bom Prato de Itaquaquecetuba completou 12 anos. Inaugurado em 2012, o equipamento distribuiu mais de 23 milhões de refeições entre café, almoço e jantar. Para celebrar a data, foi preparado um cardápio especial de aniversário na quinta-feira (6) e 1,6 mil refeições foram ofertadas. O prato diferenciado foi composto

por lombo suíno assado ao molho de limão, acompanhado por arroz primavera, feijão carioca, salada de repolho com cenoura ralada e pera de sobremesa. "Estamos felizes em comemorar esses 12 anos do Bom Prato. Aqui a população pode contar com uma alimentação saudável e de qualidade com um elevado

valor nutritivo", disse a secretária de Abastecimento, Segurança Alimentar e Agricultura, Cibele Sampaio Almeida. O programa de segurança alimentar foi criado pelo Governo do Estado de São Paulo para servir refeições a preços acessíveis à população de baixa renda. Em Itaquá, são servidas diariamente 1,6 mil refeições,

sendo 300 cafés da manhã, mil almoços e 300 jantares. "Comemorar o 12º aniversário desse equipamento é uma alegria e oferecer uma refeição gostosa com preço acessível é melhor ainda. A população fica satisfeita e a gente também. Parabéns a Secretaria de Abastecimento por gerir esse espaço", finalizou o

prefeito Eduardo Boigues. A unidade está localizada na rua Padre Anchieta, 78 - Centro, com funcionamento de segunda a sexta-feira. O café da manhã é servido das 7h às 9h, o almoço das 10h30 às 14h e o jantar das 17h às 18h. Banco de alimentos Itaquaquecetuba foi contemplada

com 3,6 toneladas de cookies doados pelo Banco de Alimentos de Campinas. A iniciativa beneficiou 58 entidades cadastradas no município que atendem pessoas em situação de vulnerabilidade social e insegurança alimentar. Foram entregues aproximadamente 60 kg para cada entidade.

Poá: Prefeitura entrega obras de acesso ao Complexo Viário



A Prefeitura de Poá entregou na quarta-feira (19), por meio das Secretarias de Obras Públicas e Transportes e Mobilidade Urbana, as obras de acesso ao Novo Complexo Viário da cidade. Foram finalizadas a ponte sobre o Córrego Itaim, que liga a Avenida Leonor Bolsoni Marques da Silva

à Rua João Ramalho, na altura da Apae, e a travessia sobre o córrego Tucunduva, no trecho que passa nos fundos da Praça de Eventos. Para que o novo acesso garanta maior fluidez no trânsito na malha central, foram feitas alterações no trânsito em várias vias. Uma delas

é no sentido da Rua Fernando Pinheiro Franco, que foi invertido, ou seja, vai da Avenida Nove de Julho à Avenida Antônio Massa. Sendo assim, Av. Antônio Massa agora tem sentido único de direção, na altura da Praça dos Eventos, indo para o centro da cidade ou para o Viaduto "Prefeito

Eduardo Carlos Felipe. A Rua Hermógenes La Regina também teve alteração de fluxo, indo da Avenida Antônio Massa para a Avenida Nove de Julho, sentido centro, em direção ao viaduto. "Estas obras entram para a história de Poá, pois vão resolver definitivamente o problema do trânsito intenso na malha central, principalmente nos horários de grande fluxo", disse a prefeita Marcia Bin, após a liberação da ponte sobre o Córrego Itaim. Durante a entrega das obras, foram colocados bloquetes e feita a sinalização de solo na Rua Hermógenes La Regina para evitar que os motoristas peguem a via sentido Praça dos Eventos. "Agora, os motoristas que quiserem ir sentido Ferraz de Vasconcelos não precisam subir o viaduto, podem entrar pela Hermógenes. Isso vai facilitar muito a vida dos condutores e também melhorar o

fluxo de veículos na área central", disse o municipal de Transportes e Mobilidade Urbana, Marcos Pacheco. Segundo o secretário, é importante frisar que estas obras fazem parte de um plano maior de mobilidade urbana, que visa melhorar o trânsito para quem deseja cruzar a cidade pelo Viaduto "Prefeito Eduardo Carlos Felipe". "Todas as vias que sofreram alterações contarão com fiscais no local para orientar os motoristas e condutores", garantiu ele. Outra mudança importante que o projeto trouxe foi que o viaduto antigo (Tancredo Neves) agora destina-se exclusivamente ao fluxo de veículos que sobem, enquanto o novo viaduto comporta o tráfego de veículos que descem. "Todas estas obras melhoraram e vão melhorar muito o fluxo para quem segue em direção ao Centro", disse o secretário municipal

de Obras Públicas, Francinaldo Alves. **Projeto** O projeto do novo Complexo Viário conta com quatro pontos principais: a ponte sobre o córrego Itaim, que garantirá uma passagem segura para retornar ao Centro; travessia sobre o córrego Tucunduva, no trecho que passa nos fundos da Praça de Eventos da cidade; readequação da rotatória localizada em frente à Delegacia de Polícia, garantindo não só maior fluidez no trânsito, mas também melhor escoamento da água das chuvas; e área de estacionamento embaixo dos viadutos, com sinalização adequada e soluções para o escoamento de águas pluviais naquele ponto. O novo Complexo Viário de Poá complementa as ações de melhoria no trânsito do Centro e é considerada a maior obra na área central da cidade.

MOGI: Laboratório de Inovação em Governo Aberto (LIGA) da Prefeitura é destaque no Estado

O Laboratório de Inovação em Governo Aberto (LIGA), da Secretaria de Transparência e Dados Abertos de Mogi das Cruzes, recebeu dois convites recentemente que ressaltam a importância da iniciativa mogiana no cenário de inovação governamental. Neste mês o LIGA foi convidado a moderar, junto com o GentILab, o laboratório de inovação de Campinas, uma roda de conversas sobre inovação, governo público e ecossistema de startups no 'Campinas Innovation Week'. Este evento foi uma oportunidade para apresentar o LIGA e sua importância no desenvolvimento dos serviços públicos e na promoção da participação cidadã. Durante a roda de conversas, foram discutidos os projetos e resultados

já alcançados pelo LIGA, servindo como referência para outros municípios. Já em maio, o LIGA foi convidado a integrar o grupo de laboratórios que está estruturando a Rede Estadual de Laboratórios de Inovação. Essa rede tem o objetivo de compartilhar experiências, resultados e conhecimentos entre os laboratórios de inovação do estado, promovendo uma troca rica e colaborativa de práticas inovadoras. "Podemos considerar que esses convites são um reconhecimento do trabalho inovador que a Prefeitura de Mogi das Cruzes tem realizado. Participar da Rede Estadual de Laboratórios de Inovação e moderar um painel no Campinas Innovation Week são marcos

importantes que nos motivam a continuar desenvolvendo soluções que beneficiem a sociedade e melhorem os serviços públicos", disse o secretário municipal de Transparência e dados Abertos, Marcos Torres. Resultados O LIGA tem se dedicado a promover a cocriação e a inteligência coletiva na busca por novas soluções que atendam às necessidades da população. Com uma abordagem centrada na colaboração entre servidores públicos, sociedade civil e os setores acadêmico e privado, o laboratório vem se destacando como um espaço de experimentação e desenvolvimento de projetos que visam aumentar a transparência, eficiência e qualidade dos serviços

públicos – clique aqui para saber mais: liga.sp.gov.br. Os resultados já obtidos e os projetos em andamento demonstram o compromisso do LIGA com a inovação e a melhoria contínua. Para se ter uma ideia, em menos de dois anos, mais de 1.400 pessoas foram impactadas pelas iniciativas do Laboratório, com mais de 3.740 horas dedicadas à inovação. O LIGA já possibilitou a revisão de dois projetos de leis, além do teste de dois portais, avaliados inteiramente por cidadãos. Também foi promovida, em parceria com o Alto Tietê Valley, uma maratona de programação, o HackMogi, que resultou em dez propostas para a Saúde na primeira infância. Atualmente, o LIGA vem desenvolvendo



quatro soluções inovadoras para necessidades públicas nas áreas da Educação, Saúde, Cultura e Planejamento Estratégico. "A participação ativa em redes e eventos de inovação fortalece ainda mais o papel do LIGA como um agente transformador na administração pública, inspirando outras cidades e instituições a

seguirem o mesmo caminho. Com essas novas conquistas, o LIGA reafirma seu protagonismo na inovação pública, levando o nome de Mogi das Cruzes a um patamar de excelência e referência no cenário estadual e nacional", concluiu Torres. Prefeitura de Mogi das Cruzes inicia trabalho de resgate de animais de médio e grande porte

Guararema: Prefeito anuncia a entrega de duas novas escolas

"Em Guararema a Educação vem sempre em primeiro lugar". A frase é do prefeito de Guararema, o Zé, que fará, nos próximos dias 29 (sábado) e 30 (domingo) a inauguração de duas novas escolas, sendo uma de Educação Infantil no bairro Jardim Dulce e outra de Ensino Fundamental, no bairro Parateí. Com cerimônia a partir das 10 horas, ambos os eventos são abertos ao público. Tanto na escola do Jardim Dulce, que homenageia a professora Cleide Usier Hermendes, como na escola do Parateí, que tem a profes-

sora Alice Moura Rodrigues como patrona, a estrutura é de ponta e conta com modernas salas de aula, salas de descanso, brinquedotecas e espaços de brincar, hortas e playgrounds, pátios cobertos e muito mais. Para atender as necessidades de cada faixa etária, há espaços exclusivos em cada um dos prédios. No primeiro, berçários e fraldários preparados para atender as necessidades dos pequenos; e no segundo, sala maker com laboratório móvel de informática, uma novidade na Rede Municipal de Ensino.

"O padrão de qualidade é alto, porque em Guararema temos muita preocupação com nossas crianças. Isso faz parte de um legado iniciado há muitos anos pela então prefeita dona Conceição Alvim de Souza. Nenhuma criança deve ficar sem frequentar a escola, e quando estiverem lá, todas merecem educação, materiais, aprendizado e atendimento de primeira linha", afirma o prefeito de Guararema, o Zé, que fez questão de acompanhar todo o processo de construção das unidades de ensino, da fundação

até a pintura e instalação de detalhes finais. A estrutura segue o padrão da Escola Municipal Professora Áquie Erruzo de Lara, inaugurada em 2023, no bairro Nogueira. E o objetivo também, já que tanto a Escola Municipal Professora Cleide Usier Hermendes, na Estrada Municipal Benjamin Antônio Fernandes, 1555, como a Escola Municipal Professora Alice Moura Rodrigues, que está na esquina da Avenida Parateí com a rua Mato Grosso, vêm para melhor acomodar a demanda existente, além de ampliar o número de vagas.



Prefeitura impulsiona turismo com criação de píer às margens do Rio Paraíba do Sul

O Município de Interesse Turístico de Guararema inaugurou no sábado (15), o Pier Trampolim Odair Pereira de Souza "Vermelho", que representa um importante passo para a cidade. A obra foi realizada com recursos do Departamento de Apoio ao Desenvolvimento dos Municípios Turísticos – (Dadetur), da Secretaria de Turismo e Viagens do Estado de São Paulo (Setur-SP), no valor de R\$ 615.073,96. "A inauguração do Pier Odair

Pereira de Souza, conectado ao Rio Paraíba do Sul, reforça cada vez mais a força do turismo e impulsiona a vocação náutica do Estado de São Paulo, segmento no qual temos investido arduamente", ressalta o secretário de turismo e viagens de SP, Roberto de Lucena. Para construir o píer, foi criada uma plataforma, passarela articulada e um deck flutuante em madeira plástica ecológica com guarda-corpo e portões metálicos, além de rampa

e passeios cimentados, acesso e estacionamento em pavimento asfáltico, iluminação externa em LED e acessibilidade. Através de recursos do Dadetur, a Prefeitura Municipal de Guararema transformou um tradicional ponto de embarque e desembarque em plataforma para a realização de atividades náuticas. "Esta é uma conquista ímpar que representa a conexão com as águas a partir do embarque facilitado de

barcos, motos aquáticas e outros equipamentos, fomentando o turismo na região", afirma o prefeito de Guararema, José Luiz Freire. Além de incentivar e movimentar o turismo náutico, o píer às margens do Rio Paraíba do Sul - considerada mais que um cartão postal da cidade e habitat natural de peixes e outros animais - também vai contribuir para a prática esportiva e de lazer.



Ferraz: Está na lista das 50 cidades que mais geram empregos no Estado de SP

Foto: Laura Ramos/Secom Ferraz.

Dos 645 municípios do Estado de São Paulo, Ferraz de Vasconcelos está entre as 50 cidades que mais geraram empregos com carteira assinada no mês de abril. A lista está disponível nos sites da Agência Investe São Paulo (www.investe.sp.gov.br) e na Fundação Seade (www.seade.gov.br). São três fatores principais atribuídos ao município que passou a ocupar a seleta lista das cidades com mais postos criados, segundo avaliou o secretário de Desenvolvimento Econômico e Agricultura, Thiago Severo. Um dos trabalhos realizados é o relacionamento com o Serviço Brasileiro de Apoio às Empresas (Sebrae) que tem sido parceiro no atendimento, desenvolvimento e incentivo aos microempreendedores individuais e no relacionamento com as indústrias e empresários por meio das consultorias gratuitas, capacitações e

programas. Além disso, Ferraz é referência também na desburocratização do licenciamento para empresas de médio risco. Hoje, uma empresa pode levar apenas três horas para se estabelecer vencendo a burocracia da legalidade e funcionamento da instalação de empreendimentos deste porte. Outro ponto são os microempreendedores, por exemplo, que podem entrar como pessoas físicas na Prefeitura de Ferraz e saírem como pessoas jurídicas, em questão de 30 minutos, graças ao trabalho desenvolvido pela pasta. Além disso, a cidade aderiu ao Facilita SP conseguindo que mais de 600 CNAES (Classificação Nacional das Atividades Econômicas) fossem dispensados de apresentar o alvará de funcionamento, simplificando o processo e incentivando novos negócios

no município. Mas, a grande cereja do bolo para que a cidade conquistasse esta colocação foram as realizações dos mutirões de empregos, feirões e processos seletivos que desde o ano passado são um sucesso no município e a cada edição reúnem de 200 a 300 vagas oferecidas e muitos trabalhadores em busca de uma colocação profissional. Este contato próximo do time do emprego da Secretaria de Desenvolvimento Econômico com as empresas tem facilitado e intermediado a contratação de mão de obra. "Estas ações nos ajudaram a atingir este lugar nesta seleta lista e o nosso objetivo agora é melhorar cada vez mais esta classificação", afirmou Thiago Severo. Por isso, o calendário de novas atividades e projetos continua ao longo do ano, muitos deles em parceria com o Sebrae e



com as empresas, além de outras ações de fomento também com o comércio e parceiros como a Associação Comercial

e Industrial de Ferraz de Vasconcelos (Acifv).
Texto: Cristina Gomes

Prefeitura anuncia reforma do Parque Municipal Nosso Recanto

A Prefeitura de Ferraz de Vasconcelos anunciou na terça-feira (4) o lançamento oficial da reforma e revitalização do Parque Municipal Nosso Recanto, no Jardim Pérola. As obras contemplarão toda a extensão do local, que conta com mais de 50 mil

metros quadrados e área verde preservada. A solenidade contou com a presença da prefeita Priscila Gambale e autoridades municipais. A execução dos serviços será de 18 meses e um valor de R\$ 2,4 milhões, obtido pelo financiamento do município. Com a

revitalização, o Parque terá dois portais de entrada, garantindo mais segurança, controle de acesso e identificação dos visitantes. Um novo espaço de eventos também será construído; reforma nas pistas de caminhada com a instalação de bancos

para descanso e pergolados; playground moderno e com acessibilidade; reforma do banheiro público e construção de um sanitário acessível e familiar; academia de calistenia e academia ao ar livre; reforma nas quadras; rampas de acesso de acordo com as normativas e regulamentações

locais e instalações elétricas. Uma das novidades será o novo gradil ao redor de todo o parque, além da construção da "Praça das Águas", com equipamentos sofisticados de filtragem e tratamento de água que trará modernidade e interação com os moradores

Ribeirão Pires: Prefeitura reforça segurança no trânsito com dois novos veículos

Foto: Fernando Coutinho/PMETRP

Com as picapes, Departamento de Mobilidade amplia alcance das ações da "Operação Visibilidade" em, nos principais pontos de acesso da cidade A Prefeitura de Ribeirão Pires, por meio do Departamento de Mobilidade Urbana, recebeu dois novos veículos para apoiar o trabalho realizado pelos agentes de trânsito, que opera 24 horas por dia. As novas picapes chegam para reforçar o patrulhamento, aumentando a frota para um total de oito carros, quatro motos e seis bicicletas. As novas viaturas também farão parte da "Operação Visibilidade", implantada durante o Maio Amarelo, e passa agora a ser uma ação rotineira nas atividades do Departamento. Durante a operação,

são realizados monitoramento em cruzamentos e locais de maior movimento da Estância, garantindo a segurança de motoristas e pedestres. O novos carros fazem parte do pacote de investimentos da Prefeitura na equipe de Mobilidade Urbana. Desde o ano passado, foram entregues novos uniformes a todos os agentes, motos, além de outros três carros. "A segurança dos moradores passa também pelo sistema viário. Garantir o cumprimento da legislação de trânsito é promover o respeito à vida. Nossos investimentos priorizam o bem-estar de quem vive e visita a cidade", destacou o prefeito Guto Volpi.



Expediente

Lógica
Informações - Notícias - Variedades
11 9 8314-0177

Seu Jornal Revista
CNPJ: 24.958.890/0001-07

Escritório:
R. Tiradentes, 385 - Centro -Suzano
CEP: 08674-195
Tel: 98314-0177
E-mail: jornallogica@hotmail.com

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

Colaboradores:
Maria do Socorro O.G. Malafaia,
Dra. Jaqueline M. B. Tamura, Layza Martins Soares de Oliveira - Hamaly Martins Soares de Oliveira, Dr. Epaminondas Nogueira, Major Fábio Ap. Doll de Moraes, André Luiz de Mello, Ricardo Sobrinho, Rui Paulino do Nascimento

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, Comércios, residencias e outros).

Impresão:
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 político-partidária, sectarismo religioso, ou que pertença a qualquer movimento institucional, social ou econômica, tornando-o assim um instrumento isento e imparcial. E que tem por seu exclusivo interesse o de bem informar. Os espaços de publicidade estão de acordo com as normas comerciais e estão à disposição dos interessados. A responsabilidade das informações contidas nos anúncios é de inteira responsabilidade do anunciante. Esmara Martins Soares - Editora

46ª Festa de Santo Antônio atrai 16 mil pessoas para a Estância em dois finais de semana

Cerca de 16 mil pessoas participaram da 46ª Festa de Santo Antônio que aconteceu nos últimos dois fins de semana em Ribeirão Pires. Organizada pela Paróquia Nossa Senhora de Fátima com o apoio da Prefeitura de Ribeirão Pires, o evento terminou no domingo (16), com show da dupla sertaneja Roger e Rogério, no Complexo Ayrton Senna. Não teve uma mesa vazia durante a tarde toda, quando o público quis contribuir com as ações sociais da Paróquia por meio do tradicional bingo beneficente. As irmãs Rafaela Cristine de Lima Batista

e Ariene Cristine de Lima, moradoras do Roncon, disseram que amam as festividades juninas e que não perdem a de Santo Antônio aqui na Estância. "Vimos também para tentar a sorte, a gente se diverte com o bingo. Competimos para ver quem é a mais pé quente", comentou Rafaela. Repetindo o sucesso do ano passado, a secretaria de Assistência, Participação e Inclusão Social mobilizou em parceria com as secretarias de Turismo e de Desenvolvimento, Emprego e Renda, a tradicional quadrilha com casamento caipira.

EDITORIAL

Os bastidores estão se agitando!

Nos bastidores do município, o assunto dominante é a corrida eleitoral para os cargos de vereadores e prefeito da cidade. Enquanto a maioria das pessoas se mostra otimista em relação aos pré-candidatos a prefeito, a escolha dos futuros vereadores gera uma grande indecisão entre os eleitores. Apesar do cenário de incerteza, ainda há tempo para analisar com paciência e discernimento os candidatos

que melhor se alinham com os objetivos e necessidades da comunidade. É crucial optar por candidatos que possuam as qualificações e o comprometimento necessários para lidar eficazmente com o público e suas demandas. Sabemos que, escolher representantes que realmente estejam aptos a enfrentar os desafios e a administrar os interesses da população não é tarefa fácil. No entanto, a es-

colha, cuidadosa, dos nossos futuros líderes é fundamental para garantir que o rumo do município esteja alinhado com as expectativas e aspirações de seus cidadãos. A participação consciente e informada no processo eleitoral é o primeiro passo para construir um futuro melhor para todos. Vamos conversando, trocan-

do ideias e conhecendo mais sobre os pré-candidatos. Só assim poderemos escolher a pessoa certa para nos representar e, o mais importante, cobrar resultados concretos em prol da comunidade. Que DEUS abençoe a todos!

Edmara Martins Soares

Anuncie:
(11) 98314-0177

En Epaminondas Nogueira Advogados há 57 anos

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

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

Mogi das Cruzes	(11) 4799-1510 (11) 9.9891-4848
São Paulo	(11) 3392-3329
São José dos Campos	(11) 3302-6023

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

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

Jaqueline Mendes Ferreira

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

Suzano: É contemplada com R\$ 18,3 milhões para construção de creche e escola

Crédito das fotos: Mauricio Sordilli

Suzano conquistou R\$ 18,3 milhões em investimentos por meio do Plano de Ações Integradas do Estado de São Paulo (Painsp), que busca facilitar o repasse de verbas e apoio técnico à Educação nos municípios. A iniciativa garantirá uma nova creche na Vila Urupês e também uma escola estadual no Miguel Badra. A assinatura simbólica dos convênios pelo governador Tarcísio de Freitas ocorreu em solenidade oficial no Palácio dos Bandeirantes, na manhã de quinta-feira (20/06), e contou com as presenças do prefeito Rodrigo Ashiuchi; do presidente da Assembleia Legislativa do Estado de São Paulo (Alesp), deputado André do Prado; e dos vereadores Pedro Ishi, Artur Takayama e Mar-

cos Antonio dos Santos, o Maizena. A nova creche da Vila Urupês deverá receber um investimento de R\$ 4,3 milhões. Os recursos foram conquistados por meio da atuação do deputado estadual Marcos Damásio e do vereador Artur Takayama. Já a futura escola estadual do Miguel Badra terá um aporte de R\$ 14 milhões, sendo uma demanda do vereador Maizena, com apoio do deputado André do Prado. Inclusive, o decreto estadual para este equipamento na região norte da cidade já foi assinado no dia 5 de junho, pelo governador Tarcísio de Freitas, e ambas as iniciativas são acompanhadas pelo vereador Pedro Ishi. Durante o evento na capital paulista, o governador anunciou um

investimento de R\$ 150 milhões para 189 municípios paulistas por meio do Painsp. Os recursos serão utilizados para construção, reforma e ampliação de creches e escolas, implantação de quadras esportivas e cozinhas-piloto, aquisição de mobiliários, entre outros benefícios para a Educação. O presidente da Alesp destacou a importância do projeto, principalmente para os municípios que têm dificuldades para investir em unidades escolares. "Esse programa é importante porque transfere recursos diretamente aos municípios para que eles façam as contratações. Tem que haver essa integração para possibilitar que mães e pais tenham locais para

deixar seus filhos", discursou André do Prado. Para o governador, a parceria é uma "oportunidade de ouro" para celebrar o avanço da Educação pública. "Precisamos ter foco na primeira infância e o Estado mais rico do Brasil ainda tem deficiência em creches." Por fim, o prefeito agradeceu a parceria com o governo do Estado e ressaltou o esforço que Suzano tem empregado na construção de novas escolas e creches. "Só neste primeiro semestre comemoramos o aniversário de quatro equipamentos da nossa cidade, entregues em 2022, que ampliaram em 770 nossa oferta de vagas para a primeira infância. Agradeço ao governador, ao deputado André do Prado, ao



deputado Marcos Damásio, aos vereadores Artur Takayama, Maizena e Pedro Ishi e a todos que fizeram parte desta luta conosco", finalizou Ashiuchi. Também participaram da solenidade

desta quinta-feira o secretário de Estado da Educação em exercício, Vinicius Leiva; o secretário-chefe da Casa Civil, Arthur Lima; e o secretário de Estado de Governo e Relações Institucionais, Gilberto Kassab.

Cidade prevê fortalecimento do Turismo com dois novos hotéis

Dois novos hotéis que estão sendo instalados na região central de Suzano prometem alavancar o turismo da cidade. Com boa localização e fácil acesso, em locais próximos a pontos turísticos e ao centro comercial do município. Uma das construções é o Studio Prime Apart Hotel, que fica ao lado da Praça João Pessoa, Construído pela Prime Empreendimentos Imobiliários e pela Construtora GMAC na rua Felício de Camargo com a General Francisco Glicério, o empreendimento hoteleiro contará com 60 quartos em sete pavimentos, além de um espaço para eventos corporativos e lazer. A previsão é de que a primeira etapa seja entregue em setembro.

Suzano termina entre as dez melhores cidades nos Jogos da Melhor Idade

Os atletas que representaram Suzano na 26ª edição dos Jogos da Melhor Idade (Jomi) conquistaram 26 medalhas durante a competição, realizada em Pindamonhangaba, no Vale do Paraíba, entre 30 de maio e 9 de junho. Suzano terminou a competição entre as dez mais bem colocadas, ocupando a oitava posição. Das 26 medalhas conquistadas, 12 foram de ouro, seis de prata e oito de bronze. Além da natação, o atletismo e o tênis renderam medalhas à delegação suzanense. No arremesso de peso, os atletas conquistaram um ouro e dois bronzes, no tênis de mesa, a cidade ficou duas vezes na terceira posição e, por fim, no tênis de campo, outra medalha de bronze foi conquistada por Suzano

Caps AD Vita deve ampliar em 15% número de atendimentos com serviço 24 horas

Unidade passa a contar com 36 novos profissionais das áreas de Psiquiatria, Clínica Médica, Psicologia, Serviço Social e Enfermagem para intensificar os acolhimentos à população

A Prefeitura de Suzano deu início neste sábado (22/06), após solenidade oficial realizada pela manhã, ao novo ciclo de atividades do Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas (Caps AD Vita), localizado na rua Dr. Deodato Wertheimer, 33, na Vila Costa, que passa a funcionar 24 horas por dia e deverá garantir um aumento de até 15% no número de acolhimentos.

Arujá: Aniversário reúne 85 mil pessoas durante as festividades



Arujá completou 172 anos e, segundo as estimativas das Secretarias de Cultura, Turismo e Segurança, mais de 85 mil pessoas tiveram momentos marcantes nas duas festividades. Passados oito dias de festas com apresentações de nomes nacionais e, principalmente, de oportunidades para artistas locais se apresentarem, a Prefeitura de Arujá encerrou, oficialmente,

as comemorações do aniversário da cidade. As festas foram acompanhadas de perto pelo prefeito, a primeira-dama, Clau Camargo, vice-prefeito Betinho e esposa Aline Daniel, bem como pelos secretários municipais das pastas envolvidas diretamente nos eventos (Juvenil dos Santos da Cultura e Renan Lucena do Turismo) e demais autoridades locais e regionais. Na ArujáFest, no Centro Residencial, a estimativa da Secretaria Municipal de Turismo é de

que passaram mais de 10 mil pessoas por dia, nos shows de Barões da Pisadinha, Matheus e Kauan, Ferrugem, Bruno & Marone, Titãs e Isadora Pompeo, que contaram com forte esquema de segurança, que fez com que as festividades ocorressem sem intercorrências graves. Já na tradicional Festa das Nações, cerca de 25 mil pessoas estiveram na Praça do Coreto, onde prestigiaram diversas apresentações artísticas e shows que empolgaram os presentes,

que ainda apreciaram a gastronomia de 12 nações, bem como o parquinho montado no local. A Prefeitura de Arujá proporcionou entretenimento de qualidade à população e para turistas, reunindo amigos e familiares para aproveitar as festas com segurança e uma gama artística para todos os gostos e públicos. Sem dúvidas, fechando a programação com motivos para comemorar!

PARTICIPE DA 7ª EDIÇÃO DA CONFERÊNCIA MUNICIPAL

Na quinta-feira (27), a Prefeitura de Arujá, em parceria com o Conselho Municipal da Cidade (CONCIDADE Arujá), realizará a 7ª edição da Conferência Municipal de Arujá, que abordará o

seguinte tema: "Construindo a Política Nacional de Desenvolvimento Urbano: caminhos para cidades inclusivas, democráticas, sustentáveis e com justiça social". O evento ocorrerá na Câmara

Municipal de Arujá, das 08 às 17h, de forma gratuita. Com o objetivo de identificar e priorizar as necessidades relevantes da cidade, quanto ao planejamento urbano, a proposta da

conferência é a discussão de estratégias de desenvolvimento que promovam articulações municipais que sejam de interesse comum no âmbito municipal e regional. No evento também serão discuti-

dos assuntos como a identificação dos desafios existentes no município e a proposição de diretrizes para o futuro, além da participação popular na construção de um futuro mais justo, inclusivo e

sustentável. É importante ressaltar que também haverá a eleição de delegados que irão representar a cidade na Conferência Estadual. Para participar da conferência, basta inscrever-se pelo link: <https://forms.gle/5JJBGceJkAhKj46>

São Paulo: Capital divulga programação de lazer para as férias

Atividades gratuitas contemplam pessoas de todas as idades. A agenda também conta com atividades manuais, combates medievais e corridas, todas gratuitas. Esportes na Rua. Lista esportivas: <https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/esportes/noticias/?p=367452> Adolescentes de todas as regiões de São Paulo terão a oportunidade de aprender, se divertir e se exercitar com o projeto Esporte na Rua. O projeto visitará parques, praças e centros esportivos da cidade – um local diferente a cada semana – sempre aos sábados e domingos das 10h às 17h. Além de oferecer uma opção de lazer gratuita e contribuir para o desenvolvimento físico e mental dos participantes, o Esporte na Rua busca fomentar a integração e a inclusão, incentivando um

estilo de vida ativo e saudável. Listas de parques: <https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/esportes/noticias/?p=363086> A programação abrange uma ampla variedade de atividades esportivas, como escalada, skate, parkour, patinação, street dance, graffiti e slackline, entre outras. Todas serão supervisionadas por profissionais qualificados, garantindo a segurança e o aprendizado adequado. Cine na Praça O Cine na Praça é o primeiro projeto de cinema open air gratuito da cidade de São Paulo, acontecendo agora no CERET, localizado na Zona Leste. Os filmes passam toda quinta-feira às 19hrs, basta chegar e escolher seu lugar. SAMPA Saúde e Movimento tem como proposta ser o maior programa de qualidade de vida em

locais públicos do Brasil, levando condição de bem-estar e saúde por meio da atividade física, com ações pelo período de um ano. Cada um dos 15 parques conta com dois profissionais de educação física capacitados para o atendimento de terça a domingo. Vamos Trilhar O projeto acontece durante todo o ano e sempre aos finais de semana e alguns feriados, com visita pré-agendada por este link.: <https://minhasinscricoes.com.br/Evento/VamosTrilhar> O transporte é gratuito até os parques, além de a inscrição garantir um kit com camiseta, água e lanche. Circuito Popular de Corrida de Rua Em parceria com a Federação Nacional das Entidades do Terceiro Setor (Fenats), o programa tem como objetivo oferecer à popula-

ção a oportunidade de participar de graça de corridas pelas ruas da cidade. Com 12 novos circuitos disponíveis, as corridas acontecem de junho a outubro pela capital, com inscrições gratuitas - e doação de 1kg de alimento não perecível por participante inscrito. Confira datas e locais das próximas corridas 30/6 - Butantã - Cidade Universitária 07/7 - Penha - Gamelinha 21/7 - Perus - Parque Anhanguera 28/7 - Vila Maria - Parque do Troite 04/8 - Santana - Parque do Material Aeronáutico 08/9 - Pirituba - Parque Cidade de Toronto 14/9 - Aricanduva - CERET 29/9 - Itaquera - Parque Linear do Córrego do Rio Verde 13/10 - Cidade Tiradentes - Parque Vila do Rodeio

20/10 - Sé - Centro Histórico Para se inscrever, basta acessar este link: <https://www.minhasinscricoes.com.br/Evento/circuitopopular2024> Ruas de Lazer O projeto "Ruas de Lazer", que permite o fechamento de vias da cidade aos domingos e feriados como apoio para a prática de atividades físicas aos moradores, será reformulado pela Prefeitura. Atualmente a Secretaria Municipal de Esportes e Lazer conta com 132 ruas abertas Pedal Sampa A SEME, em parceria com a Associação Brasileira de Ciclomobilidade (ABC), promove um projeto que oferece empréstimo totalmente gratuito de bicicletas, serviço de oficina rápida e passeios ciclísticos para todos que amam pedalar em São Paulo. Mexa-se

O Mexa-se proporciona atividades para todas as idades, com atendimento de pessoas com deficiência, em todas as regiões da cidade, como patinação, street tênis, streetball, tênis de Mesa, dança, brincadeiras organizadas, cama elástica, piscina de bolinhas, slack Line e Espaço Board Game. O programa acontece aos fins de semana e a agenda é publicada no instagram: https://www.instagram.com/mexase_sp/ Combate Medieval O Medieval Experience Brasil oferece uma ampla variedade de atrações, desde torneios de combates medievais até a presença de mercadores de reinos distantes. O encontro tem o apoio da SEME desde 2022 e dessa vez acontecerá nos dias 6 e 7 de Julho, das 12h às 21h no C.E Modelódromo do Ibirapuera na zona sul, com entrada gratuita.



7 tendências inverno 2024 para conhecer

Os meses mais frios do ano estão se aproximando e, com isso, surge a pergunta: quais são as tendências inverno 2024? Se você quer criar looks alinhados às tendências, vale conhecer em detalhes algumas das principais apostas para a temporada.



As opções de roupas e cores para a próxima estação combinam com todos os gostos e estilos. Confira em quais itens investir!

1) Vermelho-cereja

O vermelho-cereja tem tudo para ser a cor tendência para a temporada mais fria de 2024, tendo conquistado as passarelas nos desfiles de moda de alta costura. Esse tom mais fechado, próximo aos terrosos, combina com o clima do outono-inverno e pode ser usado nos looks de diversas formas. Seja em um look monocromático, seja como ponto focal do visual — em um calçado, casaco ou acessório, por exemplo —, o vermelho-cereja destaca qualquer combinação. Ele é superfácil de combinar com peças de outras cores. Tons

terrosos como verde-oliva e marrom também farão sucesso na temporada.

2) Casacos felpudos

Os casacos felpudos também chamam a atenção. Além de protegerem bem o corpo do frio quando as temperaturas estão muito baixas, funcionam como um ponto exuberante de destaque do look.



Para seguir essa tendência, você pode apostar em casacos inteiros fabricados em pelo sintético. Se quiser que a textura esteja apenas nos detalhes do look, invista em peças com mangas e golas felpudas, por exemplo.

3) Xadrez

O xadrez também volta com tudo. Peças com padronagens largas e cores neutras, como cinza, preto, verde e vermelho, dão elegância e estilo para o look na medida certa.

4) Tricot de trança

A moda inverno deste ano também será marcada pelo tricot de trança. Essa técnica pode ser encontrada em peças como suéteres, casacos, blusas de gola alta e mesmo acessórios como cachecóis. Para combinar, é possível apostar em saias midi ou calças mais



justas, criando um equilíbrio interessante.

5) Acessórios de proteção

Nenhum look está completo sem os acessórios certos. Para o inverno de 2024, os detalhes são fundamentais! Lenços e cachecóis volumosos são essenciais para manter o corpo aquecido sem perder o estilo. Detalhes como maxi golas

e capuzes também estarão cada vez mais presentes nos casacos.

6) Oversized

Em termos de silhuetas, as tendências 2024 marcam o retorno do estilo oversized. Casacos e suéteres volumosos dominam as passarelas, oferecendo conforto e estilo. O jogo de proporções é essencial: as peças mais largas são equilibradas com itens mais ajustados, criando uma estética moderna.

7) Couro

Para fechar a lista de tendências, as peças de couro também terão seu lugar ao sol. Em sobretudo, jaquetas, calçados, calças ou mesmo vestidos, esse material promete voltar com tudo, trazendo um toque de sensualidade e ousadia aos looks sem perder a sofisticação

Beleza

Confira cinco mitos sobre a queda de cabelo no inverno

No fim do outono e no começo do inverno, é comum observar mudanças nos cabelos, especialmente um aumento na queda. Essas estações são caracterizadas por temperaturas mais baixas e menor umidade no ar, o que pode contribuir para o ressecamento do couro cabeludo e dos fios. Além disso, a exposição a ambientes internos aquecidos e a maior frequência de banhos quentes pode agravar a situação, levando

à fragilização dos cabelos e aumentando a propensão à queda.

1. O frio é o principal causador da queda de cabelo no inverno?

Mito. O frio não é a principal causa da queda de cabelo. O que realmente influencia são as mudanças nos hábitos durante o inverno, como banhos quentes, uso frequente de aquecedores e a menor exposição ao sol, que podem afetar a saúde do couro cabeludo e dos fios.

2. Lavar o cabelo com água quente não tem impacto na queda de cabelo?

Mito. Água quente pode ressecar tanto o cabelo quanto o couro cabeludo, removendo os óleos naturais que protegem os fios. Isso pode resultar em um couro cabeludo seco e irritado, favorecendo a queda de cabelo.

3. O uso de gorros e chapéus causa queda de cabelo?

Mito. O uso de gorros e chapéus não causa queda de cabelo, desde que sejam

usados corretamente. No entanto, se esses acessórios estiverem muito apertados, podem causar atrito e quebra dos fios.

4. No inverno é normal perder mais cabelo?

Mito. Embora muitas pessoas notem um aumento na queda de cabelo no inverno, isso não deve ser considerado normal. Fatores como baixa umidade, mudanças nos cuidados capilares e dieta inadequada podem contribuir para a queda.

5. Não é necessário



proteger o cabelo do sol no inverno?

Mito. Mesmo no inverno, os raios UV podem danificar os cabelos. Além disso, a exposição ao sol ajuda na produção de vitamina D, essencial para a saúde capilar. É importante proteger os fios com produtos que contenham proteção UV e garantir que seu couro cabeludo receba luz solar suficiente.

Os cuidados com os cabelos no inverno ajudam a manter a saúde dos fios e para isso é preciso compreender a verdade por trás desses mitos e adotar uma rotina de cuidados apropriada pode ajudar a manter seus cabelos saudáveis e bonitos durante o inverno. A queda de cabelo pode ser controlada com as práticas corretas e o cuidado contínuo.

Faça Você Mesma

Flor de biscuit



Comece adquirindo a massa biscuit, a qual é bastante barata e você pode encontrá-la com certa facilidade. Após isto basta colocá-la sobre uma superfície plana e "espichá-la" com a ajuda de um rolo



Massa espichada? Pois então agora é a hora de você ir a cortando no formato de suas flores, você pode utilizar um molde para isso ou ir "na mão" mesmo. Modele cada uma das pétalas e fure o miolo da flor.

Agora é a hora de cortar alguns arames em pedacinhos pequenos e curvar a ponta deles de modo a fazer um gancho. Uma bolinha de massa amarela presa no topo do gancho pode lhe ajudar a fazer o miolo da flor, use um estilete para fazer um corte em cruz no topo desta bolinha e deixe secar por cerca de 6 horas. Lembrando que você

pode encapar o arame de verde para dar um efeito melhor a sua flor biscuit

Agora você precisará de duas pétalas, uma irá passar pelo arame (bem onde você fez o furinho na pétala, lembra?) e a segunda você irá encaixar bem no topo da massinha, de modo a deixar ela aparecendo, após isso deixe-a secando por cerca de 24 horas.



Ela irá ficar assim Junte as duas pétalas, de modo que elas se encontrem e escondam a voltinha do arame, será necessário que você repita este processo cerca de 40 vezes, para fazer todas as pétalas da

flor de biscuit. Agora é a hora de fazer o tronco principal de nossa flor, e para isso um pedaço de galho seco servirá. Você também precisará de uma bolinha de isopor com cerca de 7 cm, ela será o nosso núcleo aqui, envolva-a bem com a massa biscuit. Agora é só ir encaixando os arames dentro da bolinha de isopor, coloque as pétalas uma do lado da outra, uma boa dica aqui é molhar a pontinha dos arames em cola branca.

Vá encaixando as pétalas por toda a extensão da bolinha O último passo é o vaso, onde você deverá adquirir um vasinho a parte. Uma vez que você tenha adquirido o vaso, coloque uma bola de massinha dentro dele. Esta bolinha de massinha dentro do vaso servirá como base para o tronco de sua flor biscuit, ou seja, uma ponta do tronco dentro do vaso e outra na bolinha de isopor. Você ainda pode colocar um capim ou palha sintética dentro do vaso para um melhor acabamento.



Modelo 2 – Enrolando as pétalas

Abaixo há um passo a passo bem ilustrativo para que você possa se inspirar na hora de fazer as pétalas para sua flor biscuit. Lembrando que inicialmente você provavelmente encontrará dificuldades, mas é importante lembrar aqui que a prática leva à perfeição, ou seja, não desista e continue firme!

Forum das Mulheres



Dr^a. Jaqueline Mendes Ferreira Advogada

Mantida condenação de filho por falta de assistência à mãe Crimes previstos no Estatuto do Idoso

proferida pelo juiz Fabiano da Silva Moreno, que condenou o homem por deixar de prestar assistência e expor a mãe ao perigo. As penas foram fixadas em quatro anos, oito meses e 18 dias de reclusão e dois anos, um mês e três dias de detenção, em regime inicial aberto. Segundo os autos, o réu morava com a mãe, acometida de depressão, Parkinson e câncer de mama, e era o responsável pelos cuidados da dela. Po-

rém, era negligente e deixava até mesmo de retirar nos postos de saúde os suplementos prescritos a ela. Em cumprimento de mandado de busca e apreensão, policiais civis encontraram a vítima muito debilitada e a direcionaram à instituição de acolhimento de idosos, onde foram constatadas as péssimas condições a que era submetida. A idosa faleceu em seguida. Na decisão, o relator do recur-

so, Tetsuzo Namba, destacou que a conduta criminosa do acusado foi comprovada tanto pelas provas quanto pelos testemunhos. "Pelas narrativas das testemunhas ficou evidente que o apelante, filho da vítima, o qual tinha o dever legal de cuidado com a genitora, deixava-a sozinha, em situação de eminente perigo, não deixava os profissionais de saúde terem acesso a vítima, impedindo que ela continuasse os tratamentos

necessários. Além disso, não a levava para consultas para realização de exames pré-operatórios e impedia a cuidadora de fornecer informações sobre a situação da vítima. Impossibilitava, inclusive, sua irmã de comparecer ao local para prestar auxílio à mãe, que estava muito debilitada. Ele ainda, deixou de fornecer alimentação e suplementação necessária, mantendo a vítima em condições precárias e

desumanas, em local sujo e sem cuidados básicos de higiene. Agravando seu quadro de saúde e resultando em sua morte. Incurrendo, assim, na prática dos delitos imputados", salientou o magistrado. Os desembargadores Renato Genzani Filho e Guilherme G. Strenger completaram o julgamento. A decisão foi unânime.

Fonte: Notícias do Tribunal de Justiça de São Paulo

A 11ª Câmara de Direito Criminal do Tribunal de Justiça de São Paulo manteve decisão da 3ª Vara Criminal de Marília,

Carros & Motos

Carro ou moto: o que escolher?

Está com dúvidas entre comprar carro ou moto?

É necessário analisar as vantagens e desvantagens dos carros e motos para tomar uma decisão. Além disso, considerar a finalidade do veículo e sua relação custo-benefício, é muito útil para fazer a escolha certa. Algumas despesas fazem parte do dia a dia das pessoas que possuem carro, seja ele usado com frequência para ir ao trabalho ou para passar bons momentos com a família nas horas vagas. Compreender esses custos e perceber que eles fazem parte da realidade do proprietário do carro ou moto ajuda a fazer melhores escolhas.

O que ter em mente antes de decidir entre carro ou moto?

Considere seu estilo de vida, pois carro e moto podem atender o mesmo público em diferentes situações. Por exemplo, as pessoas geralmente possuem dois tipos de bens para finalidades diferentes, como um carro durante a semana e uma motocicleta no sábado e no domingo.

A situação oposta também se aplica, o proprietário usa uma

moto para fugir do trânsito durante a semana e deseja viajar com a família ou o companheiro(a) no fim de semana. Se você já possui um carro que atende às suas necessidades diárias, pode ser útil ter uma moto quando o trânsito está mais favorável. Além disso, você deve combinar sua decisão com seu estilo de vida.

Se você gosta de viajar nos finais de semana e está em busca de aventura, comprar uma moto pode ser divertido, principalmente se o grupo de passeio for formado por duas pessoas. Mas se for uma viagem em família, os carros são mais necessários do que motocicletas. Considere diferentes situações para entender melhor qual veículo você precisa.

Considere o consumo de combustível

Em termos de consumo de combustível, os veículos de duas rodas são geralmente mais fáceis de ganhar do que os veículos de quatro rodas. Mesmo as motos de deslocamento médio a alto tendem a consumir menos do que os carros.

O gasto médio irá variar dependendo do modelo do veículo e



da carga de transporte, mesmo assim, no pior dos casos, o consumo de uma moto de grande cilindrada totalmente carregada é semelhante ao consumo de um carro popular de alto desempenho.

Portanto, antes de decidir se vai escolher entre o carro ou moto, tenha em mente sua rotina, a distância que você dirigirá com o veículo a cada semana ou mês. Depois de ter uma ideia sobre essa medida, faça cálculos para descobrir o custo do combustível para cada modelo desejado.

Considere também se o veículo é flexível, pois em algumas partes do país pode ser mais vantajoso abastecer com álcool.

Análise o custo de manutenção de um carro ou moto

O custo de manutenção de motos de baixo deslocamento é sim menor, mas vale lembrar que aquelas motos com motores mais potentes tendem a trazer maiores gastos para o proprietário.

As peças de reposição são mais caras e podem acontecer com mais frequência, assim como os pneus. Em alguns casos, os custos de manutenção de motos

e carros podem ser semelhantes.

Avalie agilidade e segurança

Não podemos negar que as motos são um meio prático de transporte. Com ele, você pode superar os engarrafamentos e chegar mais rápido aonde deseja. No entanto, essa praticidade tem um preço. Por ser menor e ter apenas dois pontos de contato com o solo para manter o equilíbrio.

Por outro lado, embora os carros não sejam tão ágeis quanto as motos, eles podem proteger o motorista e os ocupantes melhor do que as motos.

O carro também está equipado com airbags, que podem fornecer segurança pessoal em caso de colisão.

Qual a forma mais fácil de obter um carro ou moto?

Para quem não tem dinheiro para pagar à vista, a melhor opção é entrar em consórcio.

Consórcio é uma forma flexível de aquisição, onde você pode escolher um plano que se adapte ao seu bolso, depois de escolher o plano que melhor se adapta à sua situação financeira, você começa a pagar as parcelas.



O Uso Responsável da Inteligência Artificial nas Escolas: Um Equilíbrio Necessário para o Aprendizado Sustentável

A integração da inteligência artificial (IA) nas escolas representa um avanço promissor na educação contemporânea, oferecendo potencial para personalização do ensino, suporte individualizado aos alunos e otimização dos processos educacionais. No entanto, é crucial que os pais e educadores considerem cautelosamente os impactos do uso excessivo dessa tecnologia, especialmente no contexto do desenvolvimento acadêmico e emocional das crianças. É inegável que a IA pode enriquecer a experiência educacional ao proporcionar recursos como tutoriais interativos, sistemas de avaliação adaptativa e ferramentas de aprendizado personalizado. Essas aplicações têm o potencial de identificar lacunas no conhecimento dos alunos e oferecer feedback instantâneo, promovendo um aprendizado mais eficaz e estimulante.

No entanto, quando utilizada de maneira indiscriminada ou excessiva, a IA pode apresentar desafios significativos. Um dos principais receios dos pais é que a dependência excessiva de tecnologia possa comprometer a capacidade dos alunos de desenvolver habilidades essenciais, como pensamento crítico, criatividade e resolução de problemas. A interação humana e a instrução direta de professores são fundamentais para o desenvolvimento holístico dos estudantes, aspecto que não pode ser completamente substituído por máquinas.

Além disso, o uso intensivo de IA pode criar uma dependência tecnológica nas crianças desde cedo, limitando sua capacidade de aprender de forma autônoma e prejudicando a construção de relações interpessoais significativas. A



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

socialização e a colaboração entre colegas são aspectos cruciais do ambiente escolar que não devem ser negligenciados em prol do avanço tecnológico.

Portanto, é essencial que escolas, pais e educadores trabalhem em conjunto para estabelecer diretrizes claras e equilibradas para o uso de IA. Isso inclui a definição de limites adequados para o tempo de exposição à tecnologia, a garantia de que a IA seja utilizada como uma ferramenta complementar ao ensino, e não como um substituto integral da instrução humana.

Em última análise, o objetivo deve ser integrar a IA de maneira responsável e estratégica, garantindo que ela contribua para um ambiente educacional enriquecedor e inclusivo. Ao fazê-lo, podemos aproveitar os benefícios da tecnologia moderna enquanto preservamos os valores tradicionais de aprendizagem e desenvolvimento integral das crianças e adolescentes.

Este debate sobre o papel da inteligência artificial nas escolas continua a evoluir, e é crucial que todos os envolvidos na educação se engajem de forma informada e proativa para moldar um futuro educacional que seja verdadeiramente enriquecedor e equilibrado para as gerações futuras.



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

O singelo ninho abriga os

Por trás dos Bastidores

minúsculos ovinhos do tico-tico. Em breve ausência dos anfitriões, o pássaro Chupim, sorrateiro, deposita seus ovos no reduto do casal de pequenos pássaros que, sem perceber, adotam o filhote e o cria. Quando cresce, o Chupim, devido sua anatomia robusta, torna-se maior do que seus pais postiços. A conduta ardilosa

do Chupim parece torpe, mas em se tratando de natureza, certamente há uma razão justa de ser.

Após criado, o belo pássaro toma seu rumo. Os pais, pequenos tico-ticos, atuaram na criação agindo por trás dos bastidores e com a emancipação do belo Chupim, não se imaginava o vultoso trabalho. Quem

observa o belo pássaro, livre e atuante, não imagina que a ação sacerdotal dos pequenos tico-ticos na criação foram de essencial importância para a manutenção da vida do Chupim. Trabalho árduo e esquecido a posteriori.

Na vida humana, a exemplo dos tico-ticos, vemos muitos anônimos que desenvolvem trabalhos fundamentais e sequer são notados. Quantas publicidades explanadas por famosos tem origem na mente criativa de pessoas talentosas, mas sem notoriedade. Arcabouço criativo imperioso, que se assim não o fosse, o galá seria inexpressível.

Quantas empresas abrigam elenco rico em talento, exercendo com maestria criações que inflam a economia institucional, gerando o crescimento, mas que sequer são notados. As propagandas mostram "o milagre, mas não o santo"

O motor do potente carro conquista o brilho nos olhos dos amantes das supermáquinas, mas sem o anônimo combustível, torna-se o emaranhado de eixos e engrenagens inócuos.

O reconhecimento é gratificante, sem dúvidas. Entretanto, o autor do vultoso trabalho tem a consciência de seu potencial e isso lhe causa uma saciedade íntima. Mesmo não sendo a autoria dos bons préstimos reconhecida, certamente alguém muito interessado está observando e quando a mente criativa demonstra a insatisfação e anseio em sair da empresa, passa a ser notado em um passe de magia. Lembro que em meados da década de 90, um sábio me admoestou diante de uma insatisfação no trabalho e disse: "você pensa que seu trabalho não está sendo notado. Não tenha dúvida de que alguém está observando". Estava certo! Meu empenho culminou em uma promoção.

Tudo tem seu tempo certo. A natureza não evolui a saltos longos, mas em passos lentos e precisos. Reconhecimento por parte dos reles mortais falham. Mas quem faz bem feito, sabe de seu potencial e nada passa despercebido. No momento certo, herdará frutos pelo bom trabalho.

INAUGURAÇÃO
NOVAS ESCOLAS
DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO DE GUARAREMA

ESCOLA MUNICIPAL PROF.ª ALICE MOURA RODRIGUES
ENSINO FUNDAMENTAL NO BAIRRO PARATEI
Domingo, 30 de junho, às 10h
Esquina da Av. Paratei com a R. Mato Grosso

ESCOLA MUNICIPAL PROF.ª CLEIDE USIER HERNANDES
EDUCAÇÃO INFANTIL NO BAIRRO JARDIM DULCE
Sábado, 29 de junho, às 10h
Estr. Mun. Benjamin Antônio Fernandes, 1555

AMBIENTES LÚDICOS, EDUCATIVOS E SEGUROS

INVESTINDO NA EDUCAÇÃO PRA CIDADE DECOLAR

PREFEITURA DE **Guararema**
Educação

MODERNAS SALAS DE AULA

BERÇÁRIOS E FRALDÁRIOS PARA EDUCAÇÃO INFANTIL

SALA MAKER COM LABORATÓRIO MÓVEL DE INFORMÁTICA PARA ENSINO FUNDAMENTAL

SALA DE DESCANSO, BRINQUEDOTECA E ESPAÇOS DE BRINCAR

HORTAS E PLAYGROUNDS

PÁTIO COBERTO E MUITO MAIS!

QUERO AÇAÍ POR FAVOR!

O melhor combustível para a saúde

GUELA ROXA
@guela.roxa

Ateliê Minh'ová Fázia
Do Tati Luz

Quem faz artesanato

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

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

Buquês, Crochê e muito mais...

COPIX
INFORMÁTICA

Suporte e Serviços para Computadores

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

Momento de Fé

Fale somente a verdade

Mas os judeus incitaram algumas mulheres religiosas e honestas, e os principais da cidade, e levantaram perseguição contra Paulo e Barnabé, e os lançaram fora dos seus limites. Atos 13.50

O cristão jamais pode mentir, porque ele deve ser semelhante a Cristo, que é a Verdade (Jo 14.6). Nunca confesse a alguém o que você não deseja que ele saiba. Se uma pessoa que não seja da sua família lhe pedir explicações, fique calado. Alguns agem como se tivéssemos obrigação de lhes responder qualquer indagação, simplesmente por sermos de Jesus. Deixemos os enxeridos de fora; afinal, as nossas ações não lhes dizem respeito.

Por não entenderem a fé, poderão nos difamar. Ser sábio agrada a Deus.

Paulo estava começando seu ministério e teve problemas em Antioquia da Pisídia, situada na atual Turquia. Ele pregava na sinagoga, mas os judeus o invejavam e queriam matá-lo. Então, convenceram os principais da cidade e incitaram algumas mulheres a darem um basta nos forasteiros que queriam mudar seus costumes. Essa desculpa era dada em toda parte, mas era uma artimanha do diabo, a fim de paralisar a obra de Deus. Linda era a atitude do médico Lucas, que acompanhava Paulo nas missões e registrava com precisão as maravilhas do Senhor realizadas em cada lugar para onde o apóstolo

ia. Seus relatos fizeram o Evangelho ser conhecido: Na verdade, na verdade vos digo que aquele que crê em mim também fará as obras que eu faço e as fará maiores do que estas, porque eu vou para meu Pai (Jo 14.12).

Além de mostrar o quadro geral do ministério de Jesus em Seus dias na Terra, Lucas narra o que acontecia nas viagens de Paulo, quando a Palavra era ministrada, sem deixar de mencionar as perseguições e ameaças. As curas provavam as operações de Jesus entre as pessoas. Todos podiam procurar o Salvador nessas reuniões e presenciar os mesmos feitos milagrosos realizados por Ele quando estava aqui. Se Lucas não fosse correto,

ao ver algumas mulheres levantando-se para perseguir o apóstolo, diria que eram religiosas desonestas, que nada faziam de bom. Porém, isso não era verdade. Ora, se somos servos do Todo-Poderoso, nunca mentiremos. A nossa fé e o nosso amor a Deus se baseia no caráter do Pai. Lucas declarou que elas eram honestas! A perseguição contra Paulo e Silas foi intensa. Deus operou maravilhas ali, mas, mesmo assim, eles foram expulsos. No entanto, isso não é nada para quem cumpre o chamado do Senhor. Os dois saíram de Antioquia e foram para



Foto: Bruno-van Der Kraan

Ícônio, perto de onde estavam. Chegando lá, começaram a ministrar conforme fizeram na cidade de onde foram expulsos. Deus era com eles e, por isso, conseguiram sucesso no novo local.

Aqueles que perseguiram Jesus também nos perseguirão:

Lembrai-vos da palavra que vos disse: não é o servo maior do que o seu senhor. Se a mim me perseguiram, também vos perseguirão a vós; se guardarem a minha palavra, também guardarão a vossa (Jo 15.20).

Em Cristo, com amor,

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

Endereço: R. Felício de Camargo, 575 - Centro, Suzano - SP, 08674-030
Mais mensagem ou pedido de oração "www.ongrace.com"

CRISE DA MEIA IDADE

Existem ciclos nas nossas vidas, que na Psicologia é chamado de Psicologia do Desenvolvimento. Esses ciclos consistem em fases, que nós como seres humanos passamos, que vão desde a nossa concepção até a nossa morte. Durante essas fases, é esperado que uma pessoa com desenvolvi-

mento típico passe por todas elas, seguindo uma ordem cronológica de desenvolvimento. Portanto, na primeira infância é esperado que a criança aprenda habilidades fundamentais, como andar, falar, interagir com os seus pais. Na segunda infância a criança aprende a ler, escrever, brincadeiras mais

elaboradas e regras sociais. Na adolescência, o indivíduo começa a se descobrir, ou seja, sai do corpo de criança e começa a tomar forma com as mudanças nos hormônios. Ultrapassa essa fase quando vira um jovem, cheio de sonhos e ambições. Na vida adulta, é esperado que esse indivíduo firme seus passos, forme uma família e se estabilize financeiramente. E aí chega uma fase na vida desse in-

divíduo que ele percebe que esta curva começa a descer. Muitas pessoas quando chegam na chamada meia-idade, acontecem algumas crises psicológicas, assim como na adolescência. O corpo começa a mudar, a elasticidade da pele já não é mais a mesma, o metabolismo começa a ficar mais lento, dificultando o processo de emagrecimento. E assim, começam novos conflitos psicológicos. A melhor forma

de enfrentar essa fase sem passar por esse processo psicológico, é ter a consciência que tudo que o indivíduo faz durante sua juventude, é uma construção para a segunda fase da sua vida. Ou seja, a pessoa que se cuida, se alimentando corretamente, praticando exercícios físicos e cuidando da sua saúde mental e espiritual, chegará nesta fase sem maiores problemas. Na contramão, as pessoas que vivem uma vida desregrada, como se o amanhã não existisse, terão sérios problemas emocionais e físicos quando chegar nessa fase do desenvolvimento. Mas, nunca é tarde demais. Se você está passando pela "crise da meia idade", é possível reverter esses sintomas, recomeçando. Isso quer dizer que a pessoa que nunca se cuidou durante sua juventude, pode começar a



Lívia Sperandio
Psicóloga e Ministra de Louvor

liviasperandiopsico@gmail.com

se cuidar. Se não consegue se reerguer sozinho (a), um profissional da área da psicologia pode te ajudar. "Mesmo na sua velhice, quando tiverem cabelos brancos, sou eu aquele, aquele que os sustere. Eu os fiz e eu os levarei; eu os susterei e eu os salvarei." Isaías 46, 4

Maralyz
Consultora Independente
Entrega a domicílio

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

Produtos para cabelo
Selagem Progressiva
Botox
Máscara de hidratação entre outros

9.5610-0455

Trabalho com amor

Se você tem uma peça de roupa encostada, que não usa mais. Desapegue! Tem sempre alguém que está precisando de um abraço quentinho. A Igreja Internacional da Graça de Deus, localizada na Rua Dr. Felício de Camargo, 575, no centro de Suzano, do Pastor Márcio Fatiolo, está com um trabalho de 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

Muitos motivos para
Comemorar!

MIX DE ÚLTIMAS ENTREGAS E INAUGURAÇÕES.
e ainda não acabou...

UBS CENTRO
ESCOLA DO JORDANÓPOLIS
CRECHE DEOLINDA
UNIDADE DE SAÚDE CENTRAL (USC) - UNIDADE DE ESPECIALIDADES HODOLÓGICAS
ANFITEATRO
PRÓ CRINICA
PARQUE CIBABE NATUREZA
CAMPO DO BARRETO

Aniversário Feliz!

PREFEITURA MUNICIPAL DE **ARUJÁ**
CUIDANDO DAS PESSOAS

SUA TV LEVA VOCÊ AO FUTURO DE MOGI.

TVCÂMARA
MOGI DAS CRUZES

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.

CÂMARA MUNICIPAL DE **MOGI DAS CRUZES**
www.cmmc.com.br

Economia

Adeus idade mínima no INSS!

Anteriormente, para se aposentar por tempo de contribuição, era indispensável que tanto homens quanto mulheres atingissem uma idade mínima. Entretanto, com as atualizações de 2024, os critérios foram amenizados. Agora, mulheres podem requerer a aposentadoria após 30 anos de contribuição e os homens após 35 anos, sem a necessidade de uma idade mínima específica.

Como se interpreta a Nova Fórmula 86/96 do INSS?

A nova fórmula 86/96 substituiu o antigo Fator Previdenciário e é considerada uma das transformações mais impactantes no sistema. Essa fórmula realiza a soma da idade atual do trabalhador com o seu tempo de contribuição, exigindo que as mulheres alcancem 86 pontos e os homens, 96. Esse novo cálculo busca melhor equilibrar o período trabalhado com a idade, promovendo uma transição mais justa para a aposentadoria.

Atualização da Fórmula de Aposentadoria:

A fórmula para aposentadoria mudou ao longo dos anos, levando em consideração a expectativa de vida dos brasileiros. Inicialmente, a fórmula era 85/95, mas os valores aumentam progressivamente até atingir 90/100 em 2027. A seguir, o detalhamento das mudanças ao longo dos anos:
>2015 a 2018: 85 pontos para mulheres / 95 pontos para homens
>2019 a 2020: 86 pontos para mulheres / 96 pontos para homens
>2021 a 2022: 87 pontos para mulheres / 97 pontos para homens
>2023 a 2024: 88 pontos para mulheres / 98 pontos para homens
>2025 a 2026: 89 pontos para mulheres / 99 pontos para homens
>2027 em diante: 90 pontos para mulheres / 100 pontos para homens
Essas alterações refletem a necessidade de ajustar a fórmula de acordo com o aumento da expectativa de vida, visando garantir a sustentabilidade do sistema previdenciário.

Quais Outros Benefícios São Gerenciados pelo INSS?

O INSS também oferece diversos outros benefícios essenciais para a seguridade dos trabalhadores brasileiros e suas famílias, incluindo:

>Auxílio-doença: para aqueles que necessitam se afastar temporariamente do trabalho por motivos de saúde.

>Salário-maternidade: garantia financeira para mães no período de licença-maternidade.

>Auxílio-reclusão: assistência destinada a famílias de trabalhadores que estão reclusos e, por consequência, impossibilitados de prover o sustento.

>Pensão por morte: oferece proteção econômica aos dependentes de um contribuinte falecido.

Com essas recentes reformas, o INSS visa não apenas responder às necessidades contemporâneas dos cidadãos, mas também preparar o sistema para futuras exigências, procurando garantir um suporte contínuo e eficiente para os aposentados e seus beneficiários. Aposentadoria por Tempo de Contribuição: Acréscimo de 25% Negado pelo STF

Histórico:

A lei previa o adicional de 25% apenas para aposentados por invalidez que

necessitassem de assistência permanente.

>O Judiciário, com base no Princípio da Igualdade, estendeu o benefício a todas as aposentadorias.

Decisão do STF (Tema 1.095 – 2021):

>O STF decidiu que o adicional de 25% não se aplica à aposentadoria por tempo de contribuição.

>A decisão foi baseada na diferença entre as naturezas das aposentadorias por invalidez e por tempo de contribuição.

Quais são os tipos de aposentadoria do INSS 2024?

O Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) oferece diversos tipos de aposentadoria para os trabalhadores brasileiros. As regras e requisitos variam de acordo com a categoria profissional, idade e tempo de contribuição. Aqui vai um resumo dos principais tipos de aposentadoria:

Tipos de Aposentadoria:

1. Aposentadoria por Idade: Destinada a homens com 65 anos ou mais e mulheres com 60 anos ou mais, mediante o cumprimento de um determinado tempo de contribuição.

2. Aposentadoria por Tempo de Contribuição: Permite que o trabalhador se aposente antes da idade mínima se tiver um determinado tempo de contribuição ao INSS. As regras e o tempo de contribuição variam de acordo com a categoria profissional.

3. Aposentadoria Especial: Concedida a trabalhadores que exercem atividades consideradas especiais, como mineiros, trabalhadores portuários e profissionais expostos a agentes químicos e biológicos nocivos.

4. Aposentadoria por Incapacidade Permanente: Destinada a trabalhadores que perderam sua capacidade de trabalhar permanentemente devido a doença ou acidente.

5. Aposentadoria Rural: Concedida a trabalhadores rurais, como agricultores, pescadores e extrativistas, mediante o cumprimento de requisitos específicos.

Como Consultar Informações do INSS em 2024?

Para obter detalhes acerca do INSS, atualmente, há várias maneiras eficientes e seguras:

Consultar INSS Online:

>Acesse o portal Meu INSS ou utilize o aplicativo, disponível para diferentes sistemas operativos, onde é possível verificar extratos e agendar atendimentos.

Consultar INSS por Telefone:

>Pelo número 135, é viável solicitar informações desde detalhes sobre benefícios até agendamentos, operando de segunda a sábado.

Consultar INSS Presencialmente:

>Nas agências do INSS, ideal para quem prefere ou necessita de um atendimento direto. Importante agendar previamente.

Independentemente da plataforma escolhida para consulta, é essencial manter a documentação organizada e atualizar regularmente suas informações junto ao INSS.



PROMOTORAS
LEGAIS POPULARES

De mulher para Mulher

Falas de PLPs

No Jornal Lógica

Meu nome é **Tatiane A. dos Santos**. Tenho 49 anos e sou casada com Wagner dos S. Alves. Sou uma mãe orgulhosa da Dr.^a Taina Vivian Alves de Araújo e do Dr. Leonardo Alves de Araújo. Em nossa família, também temos um adorável pet chamado Luca, carinhosamente apelidado de Bilu. Nascida e residente em Suzano, sou cristã, capelã e juíza de paz. Minha jornada começou desde cedo, na minha infância por ser irmã mais velha tinha incumbência de cuidar dos irmãos menores. Mais quando comecei trabalhar fora de casa estava por volta dos 15 anos na floricultura Liz Flores, e no percurso da vida tive meus filhos que foram milagre de Deus a uma mulher que não podia engravidar pela medicina.

Não tem como relatar toda minha história, as quais são cheias de desafios, turbulências, dores, mas houve grandes milagres. Certo dia, alguém me disse sem piedade que eu não seria nada e morreria na miséria. Aquela palavra cruel acendeu uma chama dentro de mim. Levantei-me em prantos pelos meus filhos, retomei a minha jornada e voltei a estudar. Terminei o ensino médio, tornei-me técnico de enfermagem, bombeiro civil e técnica de necropsia. Em 2015, iniciei a faculdade de Direito na Unisuz, junto com minha filha Taina, minha grande incentivadora, e com o apoio constante do meu filho Leonardo, pois passei por vários processos dolorosos nove cirurgias, divórcio, perdi tudo, desemprego foram momentos despertadores que eu e meus filhos enfrentamos praticamente sozinhos. Em 2020, formei-me como Bacharel em Direito com a força de Deus, pois estamos passando pela pandemia. Mesmo assim, não parei de



estudar, ganhei de presente duas pós-graduações em Execução Penal e Tribunal do Júri, e também em Docência. Não parei por aí: concluí Capelania eclesiástica e Juíza de Paz. Em poucas palavras, aquilo que era para me destruir me fez mais forte! Sobrevivente a várias violências, cada cicatriz, as marcas me fortaleceram. Desde então, dedico minha vida no enfrentamento à violência, principalmente em defesa das crianças e adolescentes. Realizo palestras de conscientização e orientação, levando esperança e apoio espiritual para aqueles que mais precisam.

Com muitos projetos em mente, estou determinada a fazer a diferença nesta cidade de Suzano como pré-candidata a vereadora. Quero ser a voz daqueles que precisam de representação. O curso das Promotoras Legais foi crucial para mim, mostrando o poder do empoderamento feminino em uma sociedade machista e destacando a importância da presença ativa das mulheres na sociedade e na política. As mulheres têm o direito e o dever de participar das decisões que moldarão o futuro. Estou aqui para fazer a diferença, e acredito que, juntas, podemos transformar nossa história e construir um futuro melhor para todos

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 WhastApp +55 11 998914848

O Auxílio Acidente é um benefício pago pelo INSS, para indenizar o trabalhador, em função da redução permanente da capacidade de trabalho.

Auxílio Acidente e o Aumento da Aposentadoria

Nesse caso, por conta do acidente de trabalho ou doença de trabalho, o trabalhador passou a necessitar de maior esforço para realizar o trabalho que executava antes, ou ainda ficou incapacitado parcialmente para uma determinada e foi direcionado para outro tipo de trabalho.

Quando o trabalhador passa a receber esse benefício do INSS, pode trabalhar normalmente com carteira assinada, assim, a sua renda mensal, é composta do benefício Auxílio Acidente mais o salário mensal. Ocorre que quando esse mesmo trabalhador pede aposentadoria, o INSS, calcula os valores

de aposentadoria, desconsiderando na hora do cálculo o valor de Auxílio Acidente, como a aposentadoria é paga pela média salarial, quando o esse valor deixa de ser contabilizado o valor da aposentadoria, é reduzido. Isso mesmo, o trabalhador que recebia Auxílio Acidente, antes de se aposentar, pode, caso não tenha sido considerado, entrar com o pedido de revisão do valor da aposentadoria, para requerer que seja considerado, o Auxílio Acidente no cálculo da aposentadoria. Atenção o prazo para esse pedido é contado, a partir de 10 anos da data de concessão

da Aposentadoria, para que se peça o recálculo da aposentadoria, o que vai aumentar o valor mensal a receber. Do dia que o pedido for interposto, o INSS em sendo procedente o pedido, deverá pagar as diferenças dos últimos 5 anos, por isso é importante, pedir o quanto antes, para evitar que valores devidos não possam ser reclamados.

O primeiro passo será sempre a consulta a advogado especializado na área que poderá lhe orientar, sobre a possibilidade desse tipo de reclamação. Caso o benefício seja negado junto ao INSS, é possível ação judicial, na busca pelo reconhecimento do direito. É assunto complexo, que necessita do acompanhamento de um Advogado especializado, tanto na esfera administrativa quanto judicial.



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

CONVÊNIO FUNERÁRIO
C.B.O
GRUPO SÃO LUCAS
-Assistência Familiar Integral
-Assistência Funeral 24 horas
-Serviços de informação e orientação 24 hs
ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS
(11) 4746-3637
4741-2679
Visite nossa página facebook/@saolucas47463637
Sua tranquilidade é nosso compromisso!!
R. Cássia Francisco, 688 - VI. Figueira - Suzano (em frente do IML)

VEREADOR ARTUR TAKAYAMA PRESTIGIA EQUIPE DE SUZANO NO JOMI, EM PINDAMONHANGABA

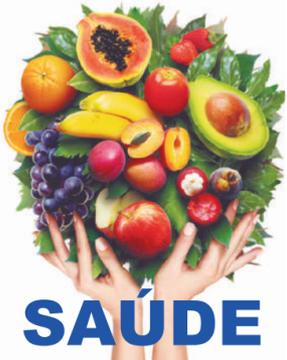
26ª Edição dos Jogos da Melhor Idade (Jomi)



O vereador Artur Takayama prestigiu a equipe de Suzano na 26ª edição dos Jogos da Melhor Idade (Jomi), realizada pelo governo do Estado. A sede dos jogos de 2024 foi Pindamonhangaba, no Vale do Paraíba (SP). Takayama acompanhou as competições de natação e de tênis de mesa e elogiou o desempenho dos atletas, que conquistaram diversas medalhas. "Fico imensamente feliz pela dedicação deles, que representam Suzano com muito empenho", disse. Suzano esteve presente no Jomi em 11 modalidades esportivas, com equipes masculinas e femininas de atletismo, bocha, buraco, damas, dominó, natação, tênis de campo, tênis de mesa, truco, voleibol adaptado e xadrez.

EQUIPE
FESTIVA
DJ RUI
FAÇA SUA FESTA COM:
• DJ
• SOM
• LUZES
• SKY PAPER
• FOGOS INDOOR
• PISTA DE DANÇA
• GELO SECO
• Maquininha de Bolinha de Sabão
• PISTA DE LED PARIS
(11) 97366-9914 9.7400-2568
Rua. Benjamin Constant, nº249 - Suzano - SP

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. Benedicto dos Santos, 251 - Jundiapéba, Mogi das Cruzes - SP



SAÚDE

A batalha para perder peso não é tão simples quanto parece. Muitas vezes, mesmo seguindo uma alimentação saudável, ingerindo menos calorias e praticando exercícios físicos, os números na balança tendem a permanecer os mesmos. Isso ocorre pois o emagrecimento também depende de outros diferentes fatores para acontecer efetivamente.

5 razões para você não conseguir perder peso

1. Estresse e ansiedade

De acordo com Daniela Zuin, nutricionista do Instituto Nutrin-do Ideais, o estresse crônico pode levar ao ganho de peso devido ao aumento do cortisol, que pode provocar o acúmulo de gordura abdominal. Técnicas de relaxamento, como meditação e yoga, além da prática de atividades físicas e acompanhamento psicoterapêutico são práticas que podem ajudar no manejo do estresse. Saiba mais: Quando se preocupar com o estresse excessivo?

2. Dormir mal

Dormir mal influencia na produção dos hormônios leptina e

grelina, que podem influenciar no ganho de peso. Isso porque as substâncias provocam a sensação de fome e saciedade, o que gera aumento do apetite e, consequentemente, da ingestão alimentar.

3. Desequilíbrio hormonal

Alterações hormonais podem provocar o ganho de peso ou dificultar a perda de gordura. "Problemas como hipotireoidismo, resistência à insulina ou desequilíbrios nos hormônios sexuais podem dificultar a perda de peso. É importante fazer exames regulares e tratar qualquer condição subjacente", aconselha Zuin.

4. Envelhecimento

Com o avanço da idade, perder peso pode se tornar um processo mais difícil, já que o metabolismo começa a desacelerar. "Além disso, ocorrem mudanças significativas nos níveis hormonais com a idade. Nas mulheres, a menopausa reduz os níveis de estrogênio, levando ao ganho de peso, especialmente, na região abdominal. Nos homens, a queda de testosterona também pode contribuir para o aumento de peso", aponta a nutricionista.

5. Saúde intestinal

A saúde intestinal também é um fator que pode influenciar na perda de peso, já que está diretamente relacionado a digestão dos alimentos que



consumimos. Segundo Daniela, um desequilíbrio na flora intestinal, chamado disbiose, pode prejudicar o emagrecimento. "Quando há disbiose, a absorção de nutrientes pode ser comprometida, levando a deficiências nutricionais e ao aumento da fome, o que pode

dificultar a perda de peso. Além disso, a disbiose pode levar a um aumento da inflamação no corpo. A inflamação crônica está associada ao ganho de peso e à dificuldade em perdê-lo, pois pode afetar a regulação dos hormônios da fome e do metabolismo", informa a especialista.

Sexo & Sensualidade



Amor, romance e relacionamentos são partes da vida que, infelizmente, não vêm com manual de instruções. Embora possa parecer óbvio simplesmente abordar essas áreas com otimismo e entusiasmo, a realidade é que manter um relacionamento saudável requer mais do que apenas desejo e paixão. Relações amorosas são dinâmicas e influenciadas por muitos fatores — e a importância de estabelecer limites não pode ser subestimada.

1. Limites para tempo de tela Segundo pesquisa recente, o tempo excessivo de tela tem sido um fator significativo para a desconexão entre parceiros. O uso de smartphones pode criar barreiras à comunicação e à

ligação emocional entre os envolvidos, especialmente quando estão fisicamente juntos. Uma participante do estudo disse o seguinte: "Isso dificulta a comunicação porque, às vezes, estou no Facebook e ele está em um aplicativo de esportes enquanto nós dois estamos na cama; então percebemos que estamos literalmente sentados juntos na cama, mas vivendo em mundos diferentes." O cenário de ambos os parceiros estarem mergulhados nos seus respectivos mundos digitais enquanto partilham o mesmo espaço físico pode resultar em um sentimento de desconexão. A intimidade desses momentos pode ser ofuscada pela distração que smartphones causam, impedindo qualquer envolvi-

3 limites que todo casal deve impor para fazer o relacionamento funcionar

mento e interação genuínos, e as consequências disso podem ser prejudiciais à qualidade do relacionamento.

2. Limites para responsabilidades compartilhadas: Uma distribuição desigual do trabalho doméstico pode contribuir significativamente para sentimentos de desconexão em um relacionamento. A pesquisa mostra que, apesar dos esforços para promover a igualdade de gênero no trabalho doméstico, muitos casais se encontram presos no que é chamado de "demissão do trabalho doméstico". Este fenômeno é caracterizado por um ciclo em que as práticas tradicionais de gênero levam ao aumento dos níveis de estresse e à diminuição do bem-estar tanto para mulheres como para

homens.

As ramificações de uma divisão desigual do trabalho doméstico vão além do bem-estar individual e abrangem a saúde mais ampla do relacionamento. Quando um dos parceiros assume uma quantidade desproporcional de responsabilidades, podem surgir sentimentos de ressentimento, frustração e desconexão. O desequilíbrio prejudica o sentido de trabalho em equipe que é essencial para uma relação saudável.

Para resolver isso, o casal deve estabelecer limites que promovam a justiça e o respeito. Isso requer uma boa comunicação sobre as responsabilidades domésticas e o reconhecimento do impacto do trabalho baseado no gênero. Os casais podem

trabalhar juntos para redistribuir as tarefas de forma mais equitativa, levando em conta os pontos fortes e as preferências de cada um.

3. Limites para o autocuidado. Quando os envolvidos negligenciam as suas próprias necessidades de autocuidado e realização pessoal, podem ficar emocionalmente esgotados, o que causa ressentimento e desequilíbrio no relacionamento. Eles podem se sentir sem apoio se uma pessoa prioriza só as necessidades da relação em detrimento do próprio bem-estar. Para mitigar essa situação, é preciso estabelecer limites que priorizem o bem-estar individual juntamente às necessidades da parceria. É vital que os casais comuniquem abertamente sobre

as suas próprias necessidades e trabalhem em conjunto para criar um equilíbrio que permita o crescimento e a realização pessoal.

Estabelecer limites em torno do autocuidado pode envolver agendar um tempo dedicado para ficar sozinho ou praticar hobbies, e respeitar a autonomia de cada um na forma como escolhem passar esse tempo. Além disso, os parceiros devem se apoiar mutuamente e oferecer incentivo, compreensão e assistência quando necessário. Diferentemente das gerações passadas, em que as normas sociais ditavam as expectativas dentro de uma parceria, os casais de hoje moldam as suas relações de acordo com os seus próprios valores.



Especialista explica quantas vezes ao dia você deve dar comida ao seu pet Essa é uma dúvida que surge na mente de muitos tutores. Afinal, nem sempre é simples saber se os animais estão com fome ou precisando de comida. Isso sem contar que não dá para já dar toda a comida do dia de uma vez para os cães, por exemplo, já que eles podem ficar mais predispostos à chamada torção gástrica, uma enfermidade grave. A seguir, veja as recomendações da zootecnista Núbia Galiano, que atua na área de treinamentos técnicos da fabricante de alimentos para cães e gatos, sobre como

alimentar seus pets com a frequência correta. A questão de quantas vezes oferecer comida aos animais vai depender de vários fatores, inclusive a idade do bicho. "Para os cães adultos, a quantidade diária de alimento deve ser dividida em pelo menos duas refeições, para que não passem muito tempo sem se alimentar. Se a rotina da família permitir, é interessante dividir em três refeições, sendo que para os cães idosos, de três a quatro refeições seria o ideal", diz Núbia. Já para filhotes, a zootecnista recomenda dividir em, no mínimo, três porções diárias, respeitando assim sua me-

Quantidade de alimento para cães e gatos

nor capacidade estomacal e favorecendo o aproveitamento do alimento. "Lembrando que oferecer mais refeições ao dia não significa que o animal comerá mais, mas sim que a quantidade total será dividida e ofertada em porções ao longo do dia", explica.

Os gatos, por sua vez, geralmente não vão comer tudo de uma vez se você colocar toda a comida do dia já na vasilha. Então você pode fazer isso, a não ser que perceba que o seu pet é mais comilão e que essa estratégia não dará certo. Outra dica sobre os momentos da alimentação de cães e gatos, segundo Núbia, é que o clima quente pode levar a

perda de apetite. Assim, nesses casos, o ideal é oferecer o alimento nos horários mais frescos do dia. Geralmente, isso é nas primeiras horas da manhã e no final da tarde ou à noite. Ademais, lembre-se de seguir as instruções que vêm no alimento sobre o tamanho das porções, assim como as orientações do veterinário. Outras dicas sobre a alimentação dos pets A especialista ainda dá as seguintes recomendações sobre como dar os alimentos aos pets:

•Eles devem estar em uma vasilha sempre limpa, que precisa ser lavada com água e sabão, assim como a de água

•Se o animal não comer tudo, as sobras devem ter seu descarte após 24 horas, se forem alimentos secos, e 30 minutos para alimentos úmidos. Isso é para evitar atrair insetos que vão contaminar a comida ou picar o animal

•As vasilhas de ração e água devem ficar em local limpo, ao abrigo do sol e da chuva e longe do local onde o animal faz as necessidades. Agora você já sabe como dar comida para seus pets corretamente!



Casos Bizarros



Família embalsama corpo de filho para mantê-lo ao redor de mesa de bar

Uma família porto-riquenha embalsamou o corpo de Jomar Aguayo, de 23 anos, que foi morto durante um tiroteio. Sua mãe manteve o corpo de seu filho ao redor de uma mesa de um bar em San Juan, em Porto Rico, do qual era dona.

A família de Aguayo decidiu, com a ajuda de uma casa funerária especializada em técnicas de embalsamamento, deixá-lo sentado em uma mesa no bar. O corpo do rapaz aparece usando um moletom azul, boné e óculos de sol. Na mesa, aparece um jogo de dominó, passatempo que o jovem gostava.



Corretora de Seguros

TRABALHAMOS COM TODOS OS RAMOS DE SEGUROS

Rua Benjamin Constant, 1109
Centro - Suzano

4741-4800

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



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

O cotidiano dinâmico pode gerar satisfação emotiva, mas a defasagem entre as expectativas individuais e coletivas tende a gerar frustrações. Procure transmitir confiança e atuar dentro de possibilidades reais.



Touro
21/04 a 20/05

A expressão emocional pode ficar vibrante, o que ajuda a dinamizar suas relações. Busque zelar por sua imagem pública, tendo o cuidado de ponderar antes de expressar suas opiniões.



Gêmeos
21/05 a 20/06

Busque ser autossuficiente e equilibrar suas necessidades com as pessoas do entorno. O meio doméstico tende a se revelar fonte de estímulos. Contudo, você deve ter cuidado para não sobrecarregar as pessoas próximas, como alerta a tensão lunar.



Câncer
21/06 a 21/07

Seu carisma pode ganhar expressão nos processos comunicativos, considerando a Lua Crescente harmonizada a Urano. Contudo, o drama tende a aflorar diante dos problemas. Sendo assim, busque ser mais autêntica, além de fazer um exercício contínuo de auto-observação, buscando evitar excessos.



Leão
22/07 a 22/08

É preciso estabelecer limites para os gastos financeiros e evitar certos investimentos. A originalidade pode marcar suas ações nesse momento em que a Lua Crescente se harmoniza a Urano, especialmente ao diversificar e otimizar recursos materiais



Virgem
23/08 a 22/09

Busque administrar seus gastos com disciplina. Sua postura tende a ficar mais otimista com a Lua Crescente harmonizada a Urano, o que lhe guia rumo aos seus objetivos. Contudo, a tensão lunar com outros astros pode pedir discrição sobre suas ambições, a fim de evitar intromissões externas.



Libra
23/09 a 22/10

Tente evitar radicalizar e tirar sua rotina dos eixos. Sua postura diante das dificuldades pode se revestir de originalidade, o que ajuda com alternativas arrojadas que lhe ajudem a transformar as dificuldades em oportunidades, visto a Lua Crescente harmonizada a Urano.



Escorpião
23/10 a 21/11

As experiências vivenciadas no âmbito das amizades tendem a ficar prazerosas frente à Lua Crescente harmonizada a Urano. A tensão lunar com outros astros pode pedir bom senso e disciplina nos gastos financeiros. Manter o orçamento em dia pode lhe ajudar a dimensionar os investimentos com eficácia.



Sagitário
22/11 a 21/12

Tente não se deixar envolver por competições nocivas e busque se manter fiel a seus valores. A busca por reconhecimento profissional pode se intensificar com a Lua Crescente em harmonia com Urano, o que lhe faz atuar com coragem para se diferenciar da concorrência.



Capricórnio
22/12 a 21/01

Procure valorizar experiências que gerem aprendizado e ajudem com o autoconhecimento. A Lua Crescente podem promover expansão emocional, o que favorece uma estimulante troca de ideias e afetos. Contudo, o drama pode se elevar em momentos difíceis.



Aquário
21/01 a 19/02

Os laços familiares podem se dinamizar nessa Lua Crescente, o que lhe proporciona incentivos na conquista de seus ideais, visto a harmonia com Urano. Mas busque ser autossuficiente e evitar se prender a vínculos de dependência emotiva, devido à tensão lunar com outros astros.



Peixes
20/02 a 21/03

Os laços familiares podem se dinamizar nessa Lua Crescente, o que lhe proporciona incentivos na conquista de seus ideais, visto a harmonia com Urano. Mas busque ser autossuficiente e evitar se prender a vínculos de dependência emotiva, devido à tensão lunar com outros astros.

Poesia



Segredo da vida

Por pouco parei no fundo
Distraído que estava, andava
Perdido estava no mundo
Com tristezas chorava
Pensei em como faria
Com piadas na mente riria
Mudando de repente o acaso
Fazendo atento em pouco
prazo
A vida é curta
Nada vale então
Se perder a concentração
No pensamento raiz
Nascemos para ser feliz

Gira Sol

Grande astro rei que
Ilumina o dia
Radia força e beleza
Acesa a fomalha divina
Sempre
aquece a
leveza
Orbita no
solo a estrela
Levanta-se
como adorno
do dia.



Fábio Ap. Doll de Moraes,
Tenente Coronel da Reserva-
Veterano PM



Flor de Lis
Suzano

Dicas

>Divida suas refeições em dois pratos: dividir seu almoço e seu jantar em dois pratos. No primeiro, você coloca apenas vegetais: crus e cozidos, livremente, conforme o seu gosto. Depois de ter comido tudo, monte o segundo: metade dele será de legumes cozidos, assados, grelhados, e a outra, dividida em arroz, feijão, frutas, castanhas ou sementes, e carnes. Você verá que não estará com tanta fome na hora de consumir os alimentos mais calóricos, por isso, diminuirá o consumo de calorias do dia, sem sofrimento, sem passar fome, sem o famoso "déficit calórico" que gera o emagrecimento. Para perder peso, você não precisa comer pouco, você precisa comer bem!

>Dance: Dançar faz aumentar os níveis de hormônios relacionados com o humor e a sensação de bem-estar. Em festas ou em escolas especializadas, dançar fortalece os músculos, melhora a coordenação e a concentração, ajuda a perder uns quilinhos, aumenta a autoconfiança e, de quebra, faz a gente aumentar a rede de amigos!

>Seja mais gentil: Não custa nada e só traz benefícios. Muda a química do nosso cérebro, muda a nossa visão de mundo: com a prática da gentileza, nos tornamos menos estressados e autocentrados. Devemos, em primeiro plano, ser mais gentis conosco mesmos, exercer o autocuidado e ser mais atenciosos com a gente. Não deixe pensamentos negativos e julgadores ficarem inundando sua mente, identifique-

Simpatias

Afastar tudo que for do mal

Logo pela manhã, pare na porta de sua casa e, ainda do lado de dentro, faça três cruzeiros com o polegar direito no batente, dizendo a seguinte frase: "Saia da minha frente, azar, inveja, mau-olhado, que eu vou passar com minha sorte". Assim, todas as coisas ruins ficarão longe de você.

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.

Frase de caminhão



Culinária

Pão de banana saudável

É só bater os ingredientes e assar

- 1 ovo
- 1 banana madura
- 2 colheres de sopa de farinha de milho
- 1 colher de sopa de azeite
- 1 pitada de sal
- 1 colher de café de fermento em pó

Modo de preparo:
Misture todos os ingredientes até obter uma massa homogênea.

Em seguida, despeje a massa em uma forma e leve ao forno preaquecido a 180°C por aproximadamente 15 a 20 minutos.



Divirta-se:

B S A A R E L Í T I O A E O O
P A L S S I S T B C O N H S S
F V U A C T Ô P R S X A I G N
D E M E R C Ú R I O M T D M S
O O Í R O P A H F V A S R R O
A X N C M R J R T Q E O O N E
P M I S O A E O P B G C G I C
O F O G T T E A Â Á A D Ê T O
T N N L Ê A I C O R V O N R B
Á S O D L N L N B I Ú C I O R
S H É L I O I O C O Á C O G E
S N V A R I N O F L Ú O R Ê A
I Ô M O A O A V C O E B A N P
O T E A L D Z I N C O E O I R
T V S I A O O F E R R O O O ã

ELEMENTOS QUÍMICOS

ALUMÍNIO	HIDROGÊNIO
BÁRIO	HÉLIO
CARBONO	IODO
CLORO	LÍCIO
COBRE	MERCÚRIO
CROMO	NITROGÊNIO
CÁLCIO	OXIGÊNIO
ENXOFRE	POTÁSSIO
FERRO	PRATA
FLÚOR	ZINCO

Humor

1. Na frase "ele acordou cedo" está o sujeito?
- Num lugar com muito sono.
2. Porque é que a manteiga não entrou na discoteca?
- Porque foi barrada.
3. Qual é o único prato que ninguém consegue fazer direito?
- A torta.
4. O que disse uma banana ao gato?
- Nada, porque as bananas não falam.

5. Estavam três iogurtes a atravessar a estrada e todos morrem menos um. Porquê?
- Porque era longa-vida!
6. O que é que atravessa o rio mas não se molha?
- A ponte.
7. Porquê que ninguém se perde na Polónia?
- Porque há muitas "polacas" de sinalização.

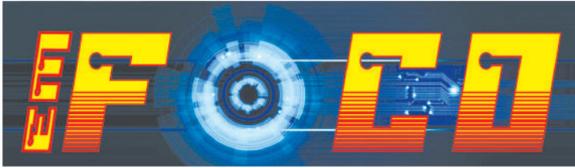
FOTOS ENGRAÇADAS:



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



A Proprietária do Jornal Lógica concedeu entrevista para o Márcio do Bonicast



No dia 18, nossa diretora e proprietária do jornal Lógica, Edmara Martins Soares, participou de uma entrevista no renomado podcast do Márcio Bonicast. Durante o bate-papo descontraído, Edmara compartilhou detalhes fascinantes sobre o jornal e um pouco de sua trajetória pessoal. Márcio, uma pessoa agradável de conversar, criou um ambiente bem descontraído, com boas perguntas e muitos sorrisos, demonstrando um belo trabalho de profissionalismo relevante, que leva as informações ao público de forma clara e natural. Edmara iniciou a conversa falando

sobre o começo de sua carreira no mundo do jornalismo. Ela destacou as conquistas obtidas ao longo do caminho, ressaltando a importância da persistência e da paixão pelo que se faz. A diretora também discutiu a evolução do jornal Lógica, desde seus primeiros dias até se tornar uma das principais fontes de notícias da cidade. Além de sua história pessoal e profissional, Edmara abordou outros assuntos relevantes para a comunidade local. Entre os tópicos discutidos, destacaram-se as questões de saúde, política, cultura e projetos futuros. A

diretora destacou a importância de uma imprensa comprometida em informar e engajar a população, promovendo uma sociedade mais consciente e participativa. A entrevista no podcast do Márcio Bonicast proporcionou uma oportunidade única para os ouvintes conhecerem mais de perto a pessoa por trás do jornal Lógica. Edmara não apenas compartilhou sua visão sobre o jornalismo e a cidade, mas também inspirou muitos com sua história de dedicação e sucesso. Assista a entrevista completa em nossas redes sociais e no canal do youtube Bonicast

Despedida do presidente do Rotary Club de Suzano Sul, companheiro Castro e reconhecimentos do associados



Castro de Souza destina 2023/24, que deixou o cargo após um período de dedicação e sucesso. O Clube está com nota 10 em ações e visibilidade no distrito! Durante a reunião, foram feitas diversas homenagens aos membros que se dedicaram incansavelmente ao clube. Com muita emoção, cinco Paul Harris Fellow foram entregues aos companheiros que contribuíram significativamente para as conquistas do clube.

Na noite de quinta-feira, dia 20, a reunião do Rotary Clube de Suzano Sul, distrito 4563, foi marcada por um evento especial e emocionante. A ocasião foi a despedida do presidente, companheiro Major

Um dos momentos mais destacados da noite foi a exibição de um vídeo que resumiu todos os projetos e trabalhos realizados durante a gestão 2023/2024. O vídeo destacou a participação ativa de

todos os membros, evidenciando o esforço coletivo que resultou em importantes realizações para a comunidade. Mais os 9 certificados que o Clube recebeu pela grande desenvoltura realizadas como melhores em diversas categorias, no Congresso de Águas de Lindóia. A celebração contou ainda com um jantar delicioso, acompanhado pela música do DJ Rui Paulino, que criou um ambiente harmonioso e agradável para todos os presentes. A noite foi encerrada com um bolo saboroso e um sincero agradecimento a todos os membros e colaboradores que fizeram parte dessa jornada. Foi uma noite de emoções, gratidão e celebração, onde o companheirismo e a dedicação de cada membro foram reconhecidos e celebrados. A despedida do presidente Castro foi um momento especial que ficará marcado na memória de todos os presentes.

Em sessão solene em homenagem aos 116 anos da imigração japonesa

Parabéns aos 116 anos da imigração japonesa no Brasil foram celebrados em sessão solene realizada na noite de sexta-feira (21) no Plenário da Câmara de Suzano. O evento foi comandado pelo vice-presidente do Legislativo suzanense, Márcio Alexandre de Souza, o Márcio Malt, e contou com a participação dos parlamentares Artur Takayama; Jaime Siunte; Lazário Nazaré Pedro, o Lázaro de Jesus; e Pedro Ishi (PL). Representando o governo japonês no evento, o cônsul para Assuntos Gerais e Políticos do Japão em São Paulo, Daisuke Hattori, disse que Suzano "é um exemplo claro de que aqui, neste imenso país, aqueles imigrantes encontraram um povo acolhedor, não apenas para construir uma nova vida, mas para cultivar também as tradições ancestrais, transmitindo esta preciosa herança

cultural para seus descendentes". Artur Takayama falou no evento em nome dos vereadores. Ele destacou que a sessão solene obedece à resolução 004/2010, de autoria do ex-vereador Arnaldo Marin Junior, o Nardinho, atual secretário de Esportes e Lazer de Suzano. Takayama recebeu uma homenagem surpresa na noite, assim como o prefeito Rodrigo Ashiuchi (PL). Além deles, 22 representantes da colônia japonesa de Suzano foram condecorados com uma placa comemorativa: William Shuhei Fujikura e Mikio Sawada, da Associação Cultural, Esportiva e Agrícola de Suzano (Aceas Nikkey); Roberto Katsumata e Minor Harada, da Associação Cultural Suzanense (Bunkyo); Eduardo Massao Kusunoki e Lucia Noriko Kimura Ito, representada pela filha Adriana Ito, da Associação Fukushima Kenjin de Suzano;

Hisako Higa e Pedro Nakamura, da Associação Okinawa de Suzano; Nobuyoshi Ito e Tsutomu Kaminishikawahara, da Associação Recreativa e Assistencial Guaió Shimbokukai de Suzano; Sérgio Tokuzumi e Edson Mitsuo Miura, da Casa de Repouso Ipelândia Home (Enkyo); Yulico Shiguedomi Anraku e Toru Arai, do Clube Agrícola Boa Vista, representado pelo filho, Milton Arai; Firochi Mifune e Yasuko Horigone Nakajima, da Seicho-No-Ie; Harumi Yanase Ozono e Iashito Kajiwara, do Templo Honpa Hongwanji de Suzano; Renata Miyoko Shimada e Marina Oda Obuchi, do Templo Kongoji de Suzano; e Seiji Hatanaka e Fumiko Hatanaka (in memoriam). Assista: O vídeo completo da sessão solene está disponível no canal da TV Câmara Suzano no YouTube do Legislativo: www.youtube.com/TVCamaraDeSuzano.

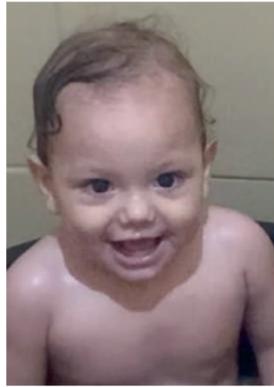
OAB Suzano inaugura a nova casa da advocacia em Suzano

A 55ª Subseção da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB Suzano) realizou na noite de dia 10, a aguardada cerimônia de inauguração da nova sede, com a presença de mais de 500 pessoas. O evento foi aberto pela Dra Edjane Suter secretária e Dra. Gabriela Gimenes tesoureira que destacaram a importância da mulher na advocacia e o trabalho da Diretoria da OAB para a nova conquista. Em seguida, a solenidade, conduzida pelo presidente Fabrício Ciconi Tsutsui, foi marcada pela emoção da advocacia local, que celebrou a conquista alcançada após anos de espera. O espaço situado no número 592 da rua Baruel, na esquina da via com a rua Nair Ferreira Martins, já está em pleno funcionamento. Os atendimentos no novo endereço seguem de segunda a sexta-feira, das 8 às 17 horas. Na oportunidade, a seccional

paulista esteve representada pela presidente Patrícia Vanzolini, onde falou da importância do acontecimento na cidade, que os esforços dos advogados proporcionaram o feito com o dinheiro da anuidade dos advogados. O evento também reuniu o prefeito Rodrigo Ashiuchi; o presidente da Câmara Municipal de Suzano, Joaquim Rosa; e o Juiz Diretor do Fórum de Suzano, Paulo Eduardo de Almeida Chaves Marsiglia. A presidente seccional exaltou o comprometimento da diretoria suzanense ao longo do processo, reforçando a importância de equalizar a estrutura das OABs no Alto Tietê e no Estado. "Antes, uma sede da OAB era vista apenas como um local para demandas menores, mas isso mudou. O presidente Fabrício Ciconi Tsutsui dedicou o feito a toda sua diretoria que, com esmero, se esforçou para entregar a sede da

OAB Suzano com todos os recursos para já iniciarem os trabalhos atendendo a população com os preceitos seccional. Já em sua fala, Ashiuchi destacou o empenho da categoria na cidade. A presidente da Comissão Cerimonial da OAB Dra. Mônica Vigantzky agradeceu todos e os Poderes Legislativo, Executivo e Jurídico. Na oportunidade o Juiz de Direito Diretor do Fórum Marciaglia divulgou em primeira mão a instalação da 5ª vara Civil de Suzano. Por fim, momentos antes do desenrolar da fita de inauguração do novo edifício, Ciconi relatou que o momento em questão era a continuidade de uma promessa. "No dia da posse dessa diretoria, eu disse que a OAB Suzano entraria em um Novo Tempo. Com muito trabalho e seriedade, estamos promovendo o orgulho da profissão e na cidade", disse.

Parabéns para você....



Parabéns Christopher Martins de Oliveria que completou um aninho de vida no dia 20. Um aninho desta criança iluminada e como a vida deu uma reviravolta e tomou um significado que ninguém havia previsto. Estamos comemorando não só o aniversário de um ano deste anjo, mas também todas as conquistas e mudanças maravilhosas que vieram junto com a sua chegada. Esperamos do fundo de nossos corações que sua vida seja repleta de muito amor, saúde e acontecimentos incríveis. É o que deseja as vovó Edmara e família!



Felicidades Dr. Julio Cezar Mayer que comemorou no dia 14 mais um ano de vida, desejo muita alegria e sucesso. Que sua caminhada siga sendo de muita felicidade, muitos objetivos alcançados e mais sonhos alcançados. Que Deus abençoe sua vida..feliz aniversário!



Parabéns Regina Aparecida Soares que comemorou seu aniversário no dia 16. Uma das grandes bênçãos da vida é a experiência que os anos vividos concedem. Aniversariar é uma mostra das oportunidades que temos de aprender a contar os nossos dias. Desejamos que tudo em sua vida seja regado com muita paz e prosperidade, que tenha muitos anos de vida e possa realizar todos os seus sonhos. Que Deus continue guiando os seus passos, mostrando sempre o melhor caminho a escolher. Felicidades



Parabéns Silvio Akihito, que completou mais um ano de vida no dia 30. Completar mais um ano de vida é motivo para muita alegria e gratidão, não só para quem aniversaria, mas também para todos que o amam. Que os desejos do seu coração se tornem realidade, que a felicidade seja constante em sua vida, que você continue a lutar pelos seus objetivos e não desista nunca. Deus te abençoe sempre. Felicidades!

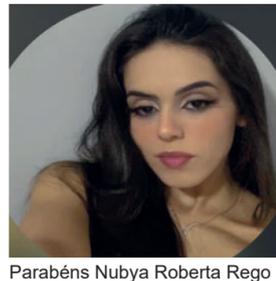
Mande uma mensagem para alguém especial. Ligue! 9.8314-0177



Parabéns vereador e presidente da Câmara Municipal de Suzano Joaquim Rosa que aniversariou no dia 15. Que este seja o ano de todas as realizações, da felicidade plena e que do princípio ao seu fim apenas reine a alegria, o amor e a saúde. Que você continue sendo o que é, e se mantenha sempre fiel aos seus princípios que fazem de você um homem exemplar. Que Deus ilumine, guie e proteja todos os dias da sua vida. Feliz aniversário!



Parabéns grande amiga Maria do Socorro O. G. Malafaia, que completou mais um ano de vida no dia 16. Esperamos que a vida possa sorrir para você e de volta, você abrace todas as coisas boas que ela lhe traz com muita gratidão e ainda mais esperança pelo que virá. Você merece tudo de bom!



Parabéns Nubya Roberta Rego Lione dos, que completou mais um ano de vida dia 21. Que este novo ano lhe traga muitas bênçãos, realizações e risadas entre amigos e familiares. Deus te abençoe e guie seus passos. Felicidades



Parabéns Elena Santos que completou mais um ano de vida no dia 6. Que a beleza da vida chegue até você nessa nova idade, que o ano venha repleto de novidades positivas e chances para que torne real tudo aquilo que sonhou até aqui.



Parabéns Benita Ap. do Nascimento que completou mais um ano de vida no dia 17. O tempo está passando mas o que importa é aproveitar, por isso desejamos que possa curtir cada momento e fazer a diferença em meio a muita paz, alegria e realização. Mãe do ex-vereador Rogério da Van

Parabéns Helena Doll que comemorou seu aniversário no dia 9. Fazer aniversário não é apenas comemorar mais um ano de vida. É também refletir e agradecer por tudo que você alcançou até agora. Você teve um ano de mais sabedoria, mais amor, mais sorrisos e mais alegrias. Nosso desejo a você é que esta data se repita por muitos anos e que nunca lhe falte amor, luz e paz.



Parabéns de todos nós do Jornal Lógica a Rodrigo Ashiuchi, prefeito municipal de Suzano, que completou mais um ano de vida no dia 9. Desejamos muitas felicidades, que possam ter muitos anos de vida, abençoados e felizes, que seus dias futuros sejam todos de harmonia, paz, prosperidade e desejos realizados. Que o seu caminhar seja sempre guiado por Deus para que suas conquistas e vitórias sejam constantes.



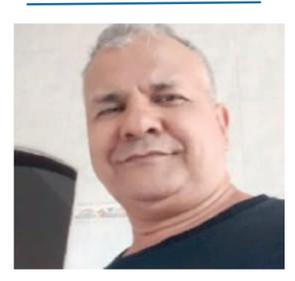
Parabéns Beatriz Agata Brambilia dia 12. Parabéns por esta data especial, amiga! Que o tempo seja sempre o seu melhor parceiro, trazendo serenidade, equilíbrio e sabedoria. Deus te abençoe grandemente e conceda os desejos de seu coração. Um sincero abraço e votos de muitas felicidades de sua amiga Layza



Parabéns Robson Nunes Borges que aniversariou no dia 16. Mais um ano que passou e outro que vai começar. Aproveite ao máximo e que nunca lhe falte felicidade, amor, saúde e amizade. E que DEUS continue lhe abençoando infinitamente!



Parabéns Erick José da Silva que completou mais um ano de vida no dia 3. Este é seu dia especial e por isso deve festejar com alegria. Esperamos que receba muito carinho, homenagens e surpresas boas. Que hoje e sempre não falte a Saúde, a paz e o amor.



Parabéns querido amigo Antonio Carlos Silva, o Toninho da Gráfica, que completa mais um ano de vida no dia 25. Que a vida continue sorrindo e presenteando você com as melhores graças, com muito amor, com muita saúde, amizade e felicidades mil. Desejamos dias felizes e que você possa celebrar a vida hoje e sempre, e celebrar-se a si todos os dias da sua vida.

Parabéns Pedro Miguel Doll de Moraes que completa mais um ano de vida no dia 27. Que a felicidade te acompanhe sempre e que ela seja ainda maior do que já é, pois é maravilhoso o bem que você planta ao longo do seu caminho. Feliz Aniversário!

Em Destaque...

Projeto inovador de usina que transformará resíduos sólidos em energia é apresentado em Suzano



A Parceria Público-Privada (PPP) entre a Prefeitura de Suzano e a concessionária Renova Suzano, por meio da empresa BAL Suzano, viabilizará a implementação de um projeto inovador no país, que prevê a instalação de uma usina que aplicará tecnologia sustentável para transformar 9 mil toneladas de resíduos sólidos por mês em energia para a rede de distribuição do município. A unidade será construída por meio de um investimento de R\$ 160 milhões, numa área de 43 mil metros quadrados da estrada do Samuel, no

bairro Fazenda Aya, e deverá iniciar suas atividades em 2027, após o recebimento das licenças necessárias e da conclusão das obras estruturais, garantindo redução da quantidade de resíduos que são destinados para os aterros sanitários e gerando materiais para a construção civil. A previsão é que as obras comecem no ano que vem. O lançamento do projeto ocorreu na tarde desta quinta-feira (20/06) no Cineteatro Wilma Bentivegna, que contou com as presenças do prefeito Rodrigo Ashiuchi, dos secretários

municipais de Planejamento Urbano e Habitação, Elvis Vieira, e de Comunicação Pública, Paulo Pavione; dos vereadores Pedro Ishi e Jaime Siunte; do presidente da Renova Suzano, concessionária responsável pela gestão de resíduos sólidos na cidade, Fernando Prado; de representantes da Carbogás Energia, empresa detentora de tecnologia que será adotada na usina; da gerente da BAL Suzano, Patrícia Senatro; e do CEO da Geração de Energia por Resíduos (GER), que integra o consórcio de empresas responsável pela BAL Suzano, Luciano Infesta, que apresentou os detalhes de funcionamento da usina de forma conceitual. Por parte da Renova Suzano, também participaram do lançamento do projeto, o sócio George Assis; o gerente Tarcio Santos; e os engenheiros Talita Melo e Rafael Carvalho. Pela Carbogás, marcaram presença ainda o diretor técnico, Felipe Barbosa; o supervisor de engenharia, Leandro Leales e o supervisor de automação, Alexandre Vertemate. A explicação, que contou com uma visita virtual à futura usina, demonstrou como os resíduos sólidos urba-

nos serão convertidos em energia elétrica para a cidade e os benefícios deste modelo de tratamento, que proporcionará a geração de créditos de carbono, a redução da massa final que será encaminhada para disposição como rejeito, a produção de energia elétrica de forma descentralizada e a possibilidade de se ter uma destinação final ambientalmente adequada, sem que haja a contaminação dos lençóis freáticos, solo e a atmosfera. Após a apresentação, Ashiuchi classificou como marcante esse momento para a história da cidade. "É uma proposta inédita no cenário nacional, que vai ser assunto nos próximos anos. Nós pensamos nessa parceria para fazer a diferença na vida das pessoas, por meio desta tecnologia que está totalmente alinhada com as práticas sustentáveis adotadas no mundo. Desenhemos as bases do projeto pensando nas nossas particularidades e escolhemos um modelo que tornará nossa cidade uma referência de inovação, de preservação do meio ambiente e respeito à população", salientou o prefeito.



Segundo o CEO da GER, a tecnologia principal que será empregada para a transformação dos resíduos sólidos em energia é a gaseificação em leito fluidizado circulante. O vereador Jaime Siunte cumprimentou o prefeito por proporcionar a concretização deste inovador projeto para a cidade. Pedro Ishi destacou que Suzano está dando solução para um problema que é debate no mundo todo. O secretário municipal de Planejamento Urbano e Habitação, Elvis Vieira, disse que a cidade tem se preparado há anos para alcançar um

momento como esse. O prefeito completou dizendo que esse projeto é mais um legado que a administração municipal deixa para a cidade de Suzano. "Conseguiremos diminuir a emissão de gás carbônico e aproveitar todo o material que será levado para a usina, gerando energia, crédito de carbono e material para a construção civil. Vamos impulsionar o desenvolvimento do município e poderemos ajudar tantos outros lugares com o 'case' de sucesso que adotaremos aqui", finalizou o chefe do Poder Executivo suzanense.



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

O certo e o justo e o legal deveriam estar sempre alinhados no nosso dia a dia, mas não é o que acontece, em regra o mais rápido e mais informado leva vantagens sobre os mais fracos e menos avisados. Há um brocardo jurídico que diz

Igualdade ainda que tardia

que o direito não socorre os que dormem. Traduzindo para o coloquial marisco que dorme a onda leva. Mas o que mais incomoda não é o fato de que alguns conseguem, mesmo por malandragem, o seu intento, o que incomoda é que todos são iguais, mas alguns são tratados como mais iguais que os outros. Estou falando de preconceito. Preconceito não tem cor, raça, gênero, direcionamento político, esportivo etc. Preconceito se encontra em qualquer lugar. E o preconceito, para mim, é o não reconhecimento das semelhanças, desejos e necessidades. Em uma família por exemplo nos conseguimos reconhecer seus membros, pela aparência, maneirismos, rotinas e idiossincrasias que todos tem. Mas entre os próprios membros da família só se reconhecem pelas diferenças. Um tem o nariz torto, outro as sobrancelhas mais grossas, um mais alto, outro mais gordo, peculiaridades que o observador externo nem nota. Em sociedade é comum a discriminação porque um faz algo diferente da maioria e não se percebe que é essa diferença que traz a riqueza da cultura de um povo. Os antigos diziam o que seria do amarelo se todos só gostasse do vermelho? O Pai do Steven Universo diz "Se o porco inteiro fosse perfeito não haveria cachorro-queente" são as diferenças que trazem as

grandes mudanças. O homem sempre invejou os pássaros por voarem, um dia um homem disse "– vou voar. "acharam que ele era louco, bom, Leonardo Da Vinci não voou, mas estava limitado pela ciência da época. Mas plantou a semente. Séculos depois o homem voou em um balão, outro disse, "–vou voar com o mais pesado que o ar." Novamente foi tomado como louco, veio o 14Bis e provou que era possível. Voar com o mais pesado que o ar e por sua própria propulsão. Tudo isso se alinha com que Albert Einstein dizia, "O impossível existe até que alguém duvide dele e prove o contrário." A tolerância é uma das maiores virtudes. Quando perguntado

quantas vezes devemos perdoar, Jesus disse "não sete vezes, mas setenta vezes sete", eu entendo que mesmo o perdão tem limite e quando se chega no limite se exercita a tolerância. A igualdade entre as pessoas é uma utopia, cada um tem suas características próprias, mas o respeito a essas idiossincrasias deve ser a amalgama de uma sociedade justa e perfeita. Costumo dizer que se o substrato é tóxico a colônia não se desenvolve, como exemplo vemos os fungos proliferando em um pão. O ser humano não é diferente, se o mundo tornar-se tóxico a humanidade vai sucumbir, o que não vem acontecendo, muito pelo contrário a sucumbência da humanidade pode vir por

escassez de recursos, mas por enquanto ela vem crescendo em escala geométrica, e naturalmente os problemas decorrentes também e a meu ver o preconceito é um fator que deve ser combatido, nos moldes do que Rui Barbosa disse no discurso aos moços "...Tratar com desigualdade a iguais, ou a desiguais com igualdade, seria desigualdade flagrante, e não igualdade real." Ou seja, aumenta-se a desigualdade quando tenta-se igualar os desiguais. Somos todos iguais, em desejos, potencial e esperança, portanto, mais do que nunca peço ao pai eterno que dê pão a quem tem fome e fome de justiça a quem tem pão.

**SUZANO,
TRABALHO QUE DÁ
ORGULHO!**

**EM 6 MESES, 17 OBRAS
ENTREGUES NA CIDADE**

Centro de Iniciação ao Esporte (CIE)

Clínica da Mulher

Escola Municipal no Jardim Gardênia Azul

Base Operacional da GCM no Boa Vista

Clínica da Família

Vem aí!
CAPS 24h
Centro de Atenção Psicossocial

Reinauguração do CRAS Boa Vista

Aponte a câmera do celular para o QR Code e fique por dentro das demais conquistas da cidade.