Lógica

Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177

Seu Jornal Revista

Ano XXIV- Edição Nº 287 de Maio de 2025

-E-mail: jornallogica@hotmail.com

Distribuição Mensal Gratuita

www.jornallogica.com.br

Diretora , Jornalista Responsável e Idealizadora:
Edmara Martins Soares

SuperAção SP, novo programa do governo

Suzano: Adota atendimento expresso em hospital para casos de menor gravidade

Itaquá: Projeto de conciliação educacional recebe prêmio nacional em Brasília

Guararema: Nova edição do Jazz & Blues Festival para junho

Arujá: Governo do Estado reafirma compromisso com a conclusão do Hospital Geral

Poá: Saulo Souza concede reajuste salarial de 6% a servidores e lidera valorização da categoria no Alto Tietê

Mogi: Prefeitura leva ao Estado pedido de aumento de leitos no Hospital Luzi

Ferraz: Primeira cidade no Alto Tietê com novo sistema de alerta de sirene

Ribeirão Pires: Prefeito Guto Volpi apresenta pacote de segurança para vereadores

São Paulo: Estudantes da Rede Municipal de Ensino visitaram museus da capital com foco na Educação Antirracista

Beleza: Como se livrar do pescoço de peru?

Caso Bizarro: Homem passa dois anos com eliminação intestinal pela uretra e ejaculaçã */+pelo reto

Itaquá: Projeto de conciliação educacional recebe prêmio nacional em Brasília

Premiação reconhece iniciativas que promovem a cultura de paz e contribuem para a pacificação de conflitos O projeto “De pequeno é que se aprende a conciliar”, fruto de uma parceria entre a Secretaria de Educação de Itaquaquecetuba e o Tribunal Regional Federal da 3ª Região (TRF3), foi premiado na segunda-feira (19) pelo Conselho Nacional de Justiça (CNJ), em Brasília, na categoria “Instrutores de mediadores e conciliadores” da XV edição do Prêmio Conciliar é Legal.

A premiação, transmitida ao vivo pelo canal do CNJ no YouTube, reconhece iniciativas que promovem a cultura de paz e contribuem para a pacificação de conflitos. Representando a cidade, estiveram presentes a idealizadora do projeto, a conciliadora Rosane Sanches Antunes, o vice-prefeito Rogério Tarento e a secretária de Educação, Maria Cristina Perpetuo.

Inédito no país, o projeto foi implantado em 2024 em quatro escolas municipais de tempo integral com a proposta de ensinar, desde cedo, ferramentas de conciliação e mediação de conflitos como escuta ativa, empatia e validação de sentimentos. As unidades contam com salas de conciliação estruturadas para atender os alunos em situações de conflit Esse prêmio mostra que estamos no caminho certo ao apostar na educação como ferramenta de transformação social. Ensinar nossas crianças a dialogar, ouvir e resolver conflitos de forma pacífica é um legado para toda a vida”, destacou a secretária.

A iniciativa surgiu a partir de livros infantis escritos por Rosane Sanches. O objetivo é ampliar o projeto para toda a rede municipal de ensino, deixando o ambiente escolar ainda mais acolhedor e colaborativo.

“É um orgulho para Itaquá ser reconhecida nacionalmente por uma ação que planta a semente da empatia e do respeito dentro das escolas. Esse é um exemplo de como investir na educação é investir em um futuro melhor para todos”, completou o prefeito Eduardo Boigues.

Itaquá inaugura pista de skate da Vila Virgínia com investimento de R$ 2,7 milhões

Fotos: Dayane Oliveira

Equipamento é voltado à prática esportiva e convivência

A Prefeitura de Itaquaquecetuba inaugurou, na noite de quinta-feira (8), a pista de skate da Vila Virgínia. O projeto contou com investimento de R$ 2,7 milhões e tem estrutura moderna, voltada à prática esportiva e à convivência de crianças, jovens e adultos. Em uma noite com show ao vivo e atividades culturais, com a presença de secretários e do prefeito Eduardo Boigues, os moradores celebraram a entrega do espaço.

O equipamento recebeu acabamento e gradil reforçado, além da construção de uma quadra de basquete 3x3, uma praça com academia ao ar livre, playground, quadra de areia, iluminação de LED e sistema de drenagem. O espaço também foi revitalizado com novo paisagismo, piso intertravado e pintura.

Durante a inauguração, o secretário de Governo, Marcello Barbosa, destacou a importância da iniciativa. “Como morador de Itaquá, tenho um orgulho imenso desse espaço. A pista de skate agora vai ser um ponto de encontro com esporte, arte e cultura”, afirmou.

O prefeito Eduardo Boigues também comemorou. “A pista está linda e acredito que seja um dos marcos mais importantes da nossa gestão. Um espaço que estava abandonado e agora ganha um novo capítulo.”

campanha Faça Bonito de proteção às crianças e adolescentes

A Secretaria de Assistência Social de Itaquaquecetuba está promovendo uma programação especial da campanha Maio Laranja – Faça Bonito, que busca conscientizar a população sobre o enfrentamento ao abuso e à exploração sexual de crianças e adolescentes.

A ação integra a mobilização nacional e no sábado (18), aconteceu uma atividade no parque ecológico com distribuição de materiais informativos, adesivos e orientações sobre os canais de denúncia, como o Disque 100 e o Conselho Tutelar.

Na terça-feira (21), foi realizada uma caminhada com concentração no parque e encerramento na praça central, com apresentações das crianças, idosos e da Banda da GCM. Participaram da ação estudantes da rede municipal, idosos do Centro de Convivência da Melhor Idade (CEMI), a rede socioassistencial e o Conselho Tutelar.

Também teve início a ação "CRAS nos Bairros", com atividades de sensibilização nas escolas e instituições parceiras. São promovidas rodas de conversa, contação de histórias com fantoches, dinâmicas sobre sinais de abuso e orientação com técnicos dos CRAS e do Conselho Tutelar.

A cidade avança na mobilidade com entrega do Terminal Urbano Manoel Feio

A Prefeitura de Itaquaquecetuba reinaugurou na quinta-feira (1º), Dia do Trabalhador, o Terminal Urbano Engenheiro Manoel Feio e entregou a revitalização da praça Juscelino Kubitschek. A modernização marca uma nova etapa para a mobilidade do município.A estrutura conta agora com novos guichês de atendimento, seis plataformas para embarque e desembarque, além da cobertura, banheiros com acessibilidade e salas administrativas.

O terminal tem localização estratégica, em frente à estação Engenheiro Manoel Feio da linha 12-Safira da Companhia Paulista de Trens Metropolitanos (CPTM) e, ao lado, a praça Juscelino Kubitschek

Guararema: Nova edição do Jazz & Blues Festival para junho

Com 19 shows em quatro dias, evento será realizado entre de 19 a 22 de junho e promete repetir o sucesso de público da primeira edição

Após reunir cerca de 25 mil pessoas em 2023, o Guararema Jazz & Blues Festival está de volta com força total. Organizada pela Prefeitura de Guararema, a segunda edição do evento será realizada entre os dias 19 e 22 de junho, com programação gratuita repleta de artistas consagrados.

São 19 atrações ao todo, sempre a partir das 15 horas, sendo muitos instrumentistas e cantores talentosos do Brasil e cinco nomes internacionais, que tocarão no estacionamento do Recanto do Américo (Pau D’Alho).

O evento retorna como um dos principais festivais do gênero no Estado de São Paulo e reúne música de alta qualidade, estrutura completa e a tradicional hospitalidade guararemense em um cenário encantador. A realização é da Administração Municipal, por meio da Secretaria Municipal de Cultura e Turismo, com apoio cultural do Serviço Social do Comércio (Sesc) e do Conselho Municipal de Turismo (Comtur) de Guararema.

“Guararema respira cultura e acolhimento. É com grande alegria que anunciamos mais uma edição do festival, que movimenta a cidade, valoriza a arte e reforça nosso compromisso com eventos de excelência para moradores e visitantes”, afirma o prefeito.

“Com o retorno da programação, estamos reafirmando a posição de Guararema no mapa de grandes festivais de música, o que movimenta não apenas os profissionais de arte e cultura como também a rede hoteleira, a infraestrutura gastronômica e toda a cidade como um todo”, completa o secretário municipal de Cultura e Turismo, Mateus Sartori.

A programação terá início no feriado de Corpus Christi, quinta-feira (19), com apresentações de Paulo Catharino, Samantha-Antoinette Smith, de Londres, a banda O Bardo e o Banjo, o grupo Ozma French Explosive Jazz, de Paris, e Twyla Correia. Na sexta-feira (20), será a vez de Daniel Granado, Orquestra Anelo, O Bardo e o Banjo, Mitch Woods and His Rocket 88’s, de Nova York, e Nanda Moura.

O sábado (21) será marcado pelos shows de Monny & Os Marianos, Ekó Afrobeat, Jazz Brothers, Josiel Konrad e JJ Thames, do Mississippi, nos Estados Unidos. Já no domingo (22), sobem ao palco Henrique Mota, Fred Sunwalk, Unidos do Swing e Kizulariki, do Chile.

Mais informações sobre o evento e horários das atrações estão disponíveis nas redes sociais da Prefeitura (@prefeituradeguararema e @visiteguararemaoficial).

Jornada de Crédito no dia 25 de junho

Empreendedores e empresários de Guararema e região terão a oportunidade de conhecer novas linhas de crédito durante a Jornada de Crédito, que será realizada no dia 25 de junho, às 18h30, no auditório da Secretaria Municipal de Emprego e Desenvolvimento Econômico, localizado na Rua 19 de Setembro, 127, no Centro. Promovida pela Desenvolve SP em parceria com a Prefeitura de Guararema, Banco do Povo, Sebrae e Senai, a ação visa orientar o público sobre condições especiais de financiamento, com destaque para juros reduzidos e prazos estendidos de pagamento. A participação é gratuita e as vagas são limitadas. Para garantir presença, é necessário preencher o formulário disponível no link: https://forms.gle/A894j4v1a3bQqXgaA.

Mogi: Prefeitura leva ao Estado pedido de aumento de leitos no Hospital Luzia

A Prefeitura Municipal encaminhou ofício ao Governo do Estado de São Paulo solicitando a realização de estudo técnico para ampliação de leitos de Unidade de Terapia Intensiva (UTI) no Hospital das Clínicas Luzia de Pinho Melo.

No documento endereçado ao secretário de Estado da Saúde, Eleuses Paiva, e ao diretor técnico de Saúde III do Departamento Regional de Saúde I, Márcio Roberto de Lúcio, é apontada a necessidade de implantação de 30 leitos de UTI, sendo 20 adultos e 10 pediátricos, na unidade hospitalar que é referência para casos mais graves em Mogi e cidades do Alto Tietê.

O vice-prefeito Téo Cusatis alerta que a necessidade de ampliação de leitos de UTI é justificada diante da elevação da demanda por atendimentos de urgência e emergência na cidade, especialmente na pediatria. Atualmente, há 28 fichas de pacientes no Siresp aguardando por vagas pediátricas, sendo 23 (82%) por problemas respiratórios, 21 (75%) para ala de pediatria, 7 (25%) para UTI pediátrica. No entanto, 13 deles (46%) são de Mogi e outros 15 (54%) residem em outras cidades. O aumento da demanda por atendimentos de urgência e emergência vem sendo registrado desde o início do ano, sendo que em março houve 7.222 atendimentos no Pró-Criança e 6.576 no Pronto Atendimento Infantil do Hospital Municipal de Mogi, diante de 8.197 e 7.356, respectivamente, em abril. Também com base nestes números, a secretária municipal de Saúde, Rebeca Barufi, reforça a necessidade da implantação de novos leitos. “Esta medida se mostra urgente diante da situação crítica enfrentada pela rede de urgência e emergência de Mogi e da região de abrangência, que se encontra em estado de pressão assistencial crescente”, enfatiza, acrescentando que o assunto já foi deliberado na reunião da Comissão Intergestores Regional (CIR), no último dia 7, e teve reforço nesta terça-feira (20/05), na reunião da Rede de Urgência e Emergência (RUE), grupo de trabalho da Diretoria Regional de Saúde (DRS-I). A Secretaria Municipal de Saúde aponta que, apenas nos quatro primeiros meses de 2025, as Unidades de Pronto Atendimento (UPAs) de Mogi realizaram 217.109 atendimentos, dos quais 1.007 foram classificados como casos graves, exigindo estabilização imediata e suporte intensivo em ambiente especializado. Ainda nesse período, 3.509 pacientes ficaram em observação prolongada nas UPAs, com tempo médio de permanência de 12 horas, 54 minutos e 47 segundos, evidenciando o uso prolongado e inadequado dessas unidades para internações que deveriam ocorrer em ambiente hospitalar.

“Este cenário compromete diretamente a função original das UPAs, que é o atendimento de média complexidade e estabilização inicial, transformando-as, na prática, em unidades de retaguarda improvisada, com riscos significativos à segurança clínica dos pacientes”, alerta a secretária, completando que as UPAS têm recebido pacientes com diagnósticos de alta gravidade, como acidente vascular cerebral (AVC), sepse, insuficiência respiratória aguda e infarto agudo do miocárdio (IAM), cuja conduta terapêutica exige monitoramento contínuo, suporte ventilatório e intervenção intensiva imediata. Ainda de acordo com a pasta, foram registrados 1.778 casos que necessitaram regulação para transferência hospitalar, dos quais 683 foram classificados como “vaga zero”, ou seja, se tratavam de pacientes em estado crítico, com necessidade de leito de UTI imediato, mas sem disponibilidade na rede pública no momento da regulação.

Mesmo operando com sua capacidade já comprometida, o Hospital das Clínicas Luzia de Pinho Melo foi responsável por receber 58,33% dessas transferências, o que reafirma sua posição estratégica como unidade de referência para os casos mais graves na região.

Suzano: adota atendimento expresso em hospital para casos de menor gravidade

O Hospital e Maternidade de Suzano começou a aplicar, em 19 de maio, um novo modelo de atendimento chamado Fast Track (ou "via rápida") voltado a pacientes com sintomas leves. O objetivo é garantir mais agilidade, humanização e eficiência no pronto-socorro, com tempo médio de atendimento de até duas horas para esses casos.

A iniciativa é do Instituto Nacional de Tecnologia e Saúde (INTS), que administra a unidade, e segue o Protocolo de Manchester — um sistema internacional de triagem por risco. Assim, pacientes classificados como azul ou verde (pouco urgentes) são encaminhados para um fluxo diferenciado, evitando sobrecarga no atendimento emergencial.

O Fast Track atende adultos entre 18 e 59 anos com sintomas leves, como dor de garganta sem febre, infecção urinária simples, dor no corpo, cefaleia leve, diarreia leve e conjuntivite.

A triagem é feita logo na recepção, com avaliação de sinais vitais (como temperatura e pressão arterial). Quem estiver dentro dos parâmetros segue para o novo fluxo. Já pacientes com comorbidades, gestantes, idosos e crianças continuam sendo atendidos no fluxo tradicional.

A via rápida é operada por uma equipe multidisciplinar — médicos, técnicos e auxiliares de enfermagem — e segue protocolos específicos. O paciente pode receber medicação, orientações para tratamento em casa ou encaminhamento para outra unidade, se necessário. O modelo também reduz o uso de exames e medicamentos desnecessários.

Autoridades de saúde municipais elogiaram a implantação. O gestor do hospital, Ricardo Bricidio, afirmou que a mudança reforça o compromisso com um atendimento mais eficiente e humano. A gerente médica, Margarete Lima, destacou que o fluxo específico melhora a organização interna e a segurança no atendimento. O secretário de Saúde, Diego Ferreira, avaliou o modelo como inteligente e eficaz por equilibrar agilidade e segurança. Já o prefeito Pedro Ishi ressaltou que a medida moderniza os serviços e coloca o cidadão em primeiro lugar.

Suzano marca presença no lançamento do programa ‘SuperAção SP’

A Prefeitura de Suzano participou, na terça-feira (20/05), do lançamento do programa estadual “SuperAção SP”, realizado no Palácio dos Bandeirantes, em São Paulo. A iniciativa do Governo do Estado, idealizada pelo Fundo Social de São Paulo, visa combater a pobreza por meio da inclusão produtiva, proteção social e acesso a oportunidades.

O destaque do programa é o “Caminho da Capacitação”, que levará cerca de 30 carretas-escola a diversas cidades, oferecendo mais de 65 cursos gratuitos de qualificação profissional em áreas como gastronomia, beleza, moda, tecnologia e manutenção industrial. O foco será atender mulheres chefes de família, desempregados e beneficiários de programas sociais. Representaram Suzano no evento a primeira-dama Déborah Raffoul Ishi, os secretários Mauro Vaz (Desenvolvimento Econômico) e Geraldo Garippo (Assistência Social), além do diretor Arrones Júnior. Para os representantes municipais, o programa reforça as políticas locais já em andamento, ampliando a geração de emprego, renda e oportunidades para a população em situação de vulnerabilidade.

Prefeito recebe vereadores e reforça parceria com o Legislativo

O prefeito de Suzano, Pedro Ishi, recebeu em seu gabinete, nos dias 20 e 21 de maio, vereadores da cidade e da região para reuniões com foco no alinhamento de projetos, escuta de demandas e fortalecimento da parceria entre Executivo e Legislativo.

Na terça-feira (20/05), Ishi se reuniu com os vereadores suzanenses Baiano da Saúde e Inhame para discutir ações conjuntas e necessidades da população. Já na quarta-feira (21/05), recebeu moradores do Jardim Margareth, acompanhados do vereador Zé Oliveira e do secretário de Esportes, Nardinho, para tratar de demandas do bairro.

Outro destaque foi a visita do vereador mogiano Marcos Furlan, que entregou um convite para evento esportivo no Portelão, reforçando a importância da integração regional.

O prefeito destacou que a cooperação com os vereadores é essencial para construir políticas públicas eficazes e atender melhor as demandas dos bairros. “Seguiremos unidos, com responsabilidade e planejamento, construindo uma Suzano cada vez melhor”, afirmou.

Suzano conta com mais de 80 pontos de coleta na ‘Campanha do Agasalho 2025’

A cidade de Suzano segue mobilizada na Campanha do Agasalho 2025, que tem como meta arrecadar 150 mil peças entre roupas, cobertores, lenços e toucas para famílias em situação de vulnerabilidade.

A ação é conduzida pelo Fundo Social de Solidariedade e conta com mais de 80 pontos de coleta distribuídos pela cidade, em locais como escolas, comércios, igrejas e órgãos públicos. A lista está disponível em bit.ly/pontossuzano.

Expediente

Lógica
Informações - Direitos - Variedades
(11) 9.8314-0177
Seu Jornal Revista

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, Andressa Rodrigues 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, Subcessões 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 à 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. Edmara Martins Soares - Editora

Anuncie:
(11) 98314-0177

Arujá: Governo do Estado reafirma compromisso com a conclusão do Hospital Geral

Na segunda-feira (5), a Prefeitura de Arujá participou de uma importante reunião na Secretaria de Estado da Saúde, em São Paulo, com o secretário Eleuses Paiva. A gestão do Hospital Geral de Arujá será tripartite, com recursos da União, do Estado e da Prefeitura.Em fevereiro deste ano, durante evento em Mogi das Cruzes, o governador Tarcísio de Freitas já havia reafirmado o compromisso do Estado em apoiar a conclusão e o funcionamento do Hospital Geral de Arujá, destacando sua importância para toda a região.

A reunião desta segunda foi organizada pelo presidente da Assembleia Legislativa do Estado de SP (Alesp), deputado André do Prado, a quem o prefeito Luis Camargo, o Dr Camargo, agradeceu pelo empenho.

O objetivo foi apresentar o andamento das obras do hospital e reforçar o pedido de apoio do Governo do Estado para a sua conclusão e futura aparelhagem.

Durante o encontro, o secretário Eleuses Paiva reiterou o compromisso do governador Tarcísio em auxiliar na finalização das obras e implantação do hospital, ressaltando a importância da parceria entre Estado e município para fortalecer a saúde pública.

O Hospital Geral de Arujá tem previsão de conclusão no final de 2026 e, no momento, aguarda a finalização dos preparativos para a terceira laje. Terá cinco pavimentos, cerca de 100 leitos, Pronto-Socorro, Centros Cirúrgicos, UTIs Adulta e Pediátrica, diagnóstico por imagem, Análises Clínicas e um Ambulatório de Especialidades.

A reunião contou também com a presença do vice-prefeito e secretário de Gestão, Rodolfo Machado, do secretário de Governo, Abelzinho Larini, e do secretário de Saúde, Leonardo Reis, que vêm desempenhando papéis fundamentais no desenvolvimento deste projeto tão aguardado pela população de Arujá.

Fotos: Ass. Imprensa André do Prado

“Com o apoio do Governo do Estado e o empenho das lideranças locais, estamos confiantes de que o Hospital Geral de Arujá será concluído e equipado conforme o planejado, oferecendo atendimento de qualidade para todos os arujaenses”, finalizou o chefe do Executivo Municipal.-

A CIDADE PARTICIPA DO LANÇAMENTO DO PROGRAMA 'SUPERAÇÃO SP'

A secretária de Assistência Social de Arujá, Juliana Daniel, e a secretária-adjunta, Adriana Ferreira, representaram o município no lançamento do programa "SuperAção SP", realizado na terça-feira (20), no Palácio dos Bandeirantes, sede do Governo do Estado. A iniciativa, inédita, visa dar atendimento personalizado às famílias em situação de vulnerabilidade social.

A estratégia prevê uma atuação em ondas, com adesão gradual dos municípios. A escolha das famílias será feita a partir de dados do Cadastro Único, com abordagem ativa dos agentes. As famílias que aderirem poderão receber benefícios financeiros variáveis, com bonificações atreladas ao cumprimento de metas de capacitação e inserção no mercado de trabalho. O valor total dos incentivos pode chegar a R$ 10,4 mil por núcleo familiar ao longo das etapas do programa.

Com foco territorial, o SuperAção SP fortalece o papel dos municípios na política da Assistência Social. O Governo do Estado ampliará o cofinanciamento do Sistema Único de Assistência Social (SUAS), com repasse previsto de R$ 390 milhões em 2025 para as cidades — um aumento de 62,5% em relação ao valor destinado no ano anterior.

Ao todo, o programa contará com R$ 500 milhões para sua operacionalização.

EDITORIAL

Plano SuperAção transforma vidas enquanto bebês reborn despertam debate nas redes

O Plano SuperAção, criado para atender famílias em situação de vulnerabilidade social, tem proporcionado uma nova chance para milhares de brasileiros que enfrentam dificuldades financeiras. A iniciativa oferece suporte por meio de auxílio financeiro, capacitação profissional, inclusão no mercado de trabalho e acesso a serviços básicos como saúde e educação. Com isso, o programa tem sido fundamental para garantir dignidade, autonomia e melhores condições de vida para quem mais precisa.

Enquanto ações públicas buscam amparar famílias carentes e promover a inclusão social, um fenômeno tem gerado polêmica nas redes sociais e entre especialistas: o crescente número de mulheres que adotam bonecos hiper-realistas, conhecidos como bebês reborn, e os tratam como se fossem filhos reais. Essas mulheres costumam vestir os bonecos, dar nomes, levá-los para passeios em carrinhos, criar perfis nas redes sociais e até organizar aniversários simbólicos.

Embora o uso dos bebês reborn possa ter função terapêutica em casos específicos, como no luto ou em situações de solidão, o comportamento excessivo tem levantado preocupações sobre possíveis desequilíbrios emocionais. Especialistas em saúde mental alertam para os riscos de confundir afeto simbólico com a ausência de vínculos reais, especialmente em uma sociedade onde milhares de crianças aguardam por adoção ou vivem em situação de abandono.

O contraste entre o esforço coletivo para transformar a realidade de quem mais precisa, como promovido pelo Plano Superação, e a adoção afetiva de bonecos, levanta reflexões sobre prioridades sociais e o papel do cuidado genuíno. Enquanto o país ainda enfrenta graves desigualdades, o debate sobre o uso dos bebês reborn reforça a necessidade de direcionar atenção, carinho e acolhimento às crianças reais que precisam de uma família e de um futuro digno.

E DEUS abençoe a todos!

Edmara Martins Soares

Epaminondas Nogueira
Advogados há 57 anos
Mogi das Cruzes e Região - São Paulo - Guarulhos -São José dos Campos
Vale do Paraíba

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

São Paulo
(11) 3392-3329

São José dos Campos
(11) 3302-6023

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

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

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

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

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

RIBEIRÃO PIRES: Prefeito Guto Volpi apresenta pacote de segurança para vereadores

Fotos: Gabriel Mazzo/PMETRP

O prefeito Guto Volpi realizou, na quarta-feira (21), reunião com o Legislativo Municipal para apresentar um novo pacote de ações voltado à segurança da Estância. O encontro contou com a presença do secretário de Segurança Pública, Mobilidade e Defesa Civil, Arlei Capoccio e também do subsecretário da pasta, Marcos Campanhã. Entre os temas abordados estão a instalação de novas câmeras de videomonitoramento e os dois novos radares instalados, um na Avenida Kaethe Richers e outro na Avenida Francisco Monteiro.
“Foi uma reunião super importante junto aos parlamentares da câmara municipal de apresentar esse projeto que amplia nossas ações de segurança com mais câmeras, mapeamento de fiscalização eletrônica e tudo de forma transparente para proteger e dar ainda mais segurança para as famílias de Ribeirão Pires”, disse o prefeito Guto Volpi.
Durante o encontro com os vereadores foram apresentadas as justificativas para a instalação dos novos radares. Com base em estudos técnicos e na análise de um mapa de calor, a Prefeitura definiu os locais de implantação considerando a redução de acidentes, a segurança de motoristas e pedestres, assim como a necessidade de conscientização no trânsito.
“São pontos que estudamos cuidadosamente para garantir a segurança dos moradores. Na Kaethe Richers, por exemplo, há pontos de ônibus e uma unidade do INSS, além de grande circulação de pedestres, especialmente idosos. A fiscalização e a conscientização são fundamentais nesse local”, destacou o secretário Arlei Capoccio.
Para reforçar ainda mais a conscientização dos motoristas, a Prefeitura também instalará uma lombada eletrônica posicionada estrategicamente entre duas faixas de pedestres, logo após a entrada do Portal, ampliando a segurança na região.
Na Avenida Francisco Monteiro, no Acesso ao Bosque Santana, estudos foram realizados e no local foi instalado radar de velocidade e também de avanço de sinal vermelho. “Neste local observamos uma incidência muito alta de veículos que não respeitam o sinal vermelho e colocam em risco a vida de terceiros podendo causar sinistro a qualquer momento”, finalizou o secretário
Foi apresentado também todos os pontos de fiscalização eletrônica de Ribeirão Pires e também quais infrações são detectadas por cada um dos aparelhos espalhados na cidade.
Pórticos de divisas - Durante a reunião, o prefeito Guto Volpi também detalhou a instalação de câmeras nos 15 pórticos de divisa da cidade. Ao todo, serão instaladas mais 30 câmeras de videomonitoramento, que irão monitorar as entradas e saídas do município.-

Dublador Márcio Seixas visita Ribeirão Pires e lançamento da Campanha do Agasalho

Na segunda-feira (19), Ribeirão Pires recebe a visita especial de Márcio Seixas,
uma das vozes mais marcantes da dublagem brasileira. Reconhecido nacionalmente por dublar o Batman há mais de 30 anos, Seixas também é conhecido por emprestar sua voz a grandes nomes do cinema, como Morgan Freeman, e por ser o locutor da clássica frase “Versão Brasileira Herbert Richers”.
Durante os anos 1980, teve atuação destacada no estúdio Herbert Richers, onde trabalhou como dublador e locutor em diversos programas. A visita a Ribeirão Pires ganha um significado especial, já que o próprio Herbert Richers viveu na cidade.
No mesmo dia, o Paço Municipal também será palco do lançamento da Campanha do Agasalho 2025. Promovida pelo Fundo Social de Solidariedade, a ação será realizada às 15h, em ato simbólico no saguão da Prefeitura (Av. Prefeito Valdírio Prisco, 288 – Centro), com o objetivo de mobilizar a população em prol das pessoas em situação de vulnerabilidade durante o inverno.

Campanha Maio Laranja mobiliza população contra violência sexual infantojuvenil

A manhã de sexta-feira (16) foi marcada por uma importante mobilização em Ribeirão Pires. A Prefeitura, por meio da Secretaria de Assistência, Participação e Inclusão Social, promoveu uma série de ações na Praça Central da Vila do Doce como parte da Campanha Maio Laranja – movimento nacional de enfrentamento ao abuso e à exploração sexual de crianças e adolescentes.
A iniciativa, realizada em parceria com o Conselho Tutelar do município e com apoio das Secretarias de Educação e Saúde, reuniu equipes técnicas e representantes da sociedade civil em um grande esforço de conscientização. Foram distribuídos materiais informativos e prestadas orientações à população sobre os sinais de abuso, a importância da denúncia e os canais de proteção existentes.
Canais de denúncia e rede de apoio:
* Disque 100 – Central de Direitos Humanos (ligação gratuita e anônima)
* Conselho Tutelar (11) 4824-8273 / (11) 97116-4862
* Polícia 190
* CRAS – Centro de Referência de Assistência Social
Centro – (11) 4824-1485
Jardim Caçula – (11) 4828-1327
Quarta Divisão – (11) 4824-7052
Ouro Fino – (11) 4823-9283
* CREAS – Centro de Referência Especializado de Assistência Social (11) 4828-6434

Poá: Saulo Souza concede reajuste salarial de 6% a servidores e lidera valorização da categoria no Alto Tietê

Foto: Nivaldo Alves

O prefeito de Poá, Saulo Souza, sancionou na segunda-feira (19) a Lei nº 4.485/2025, que garante reajuste de 6% no salário de todos os servidores públicos municipais. A nova legislação aprovada pela Câmara estabelece o maior aumento da região, sendo, inclusive, acima da inflação do período, e tem efeito retroativo a 1º de maio de 2025.
O reajuste foi viabilizado após um estudo técnico entre as áreas responsáveis pelo controle fiscal do município. Foram realizados levantamentos a fim de concluir qual seria o maior índice possível para a valorização do funcionalismo público, sem, evidentemente, perder de vista o equilíbrio das contas públicas.
A decisão também atende à Constituição Federal, que assegura a revisão geral anual de remuneração dos servidores públicos, conforme o artigo 37, inciso X. “Esse grande esforço para conceder aos funcionários públicos municipais as melhores condições de trabalho possíveis é uma prioridade do nosso governo, certos de que, com essa valorização, nossa cidade vai sendo encaminhada para o próximo nível”, declarou o prefeito Saulo Souza.
“Pacotão da Bondade”
Desde o início da atual gestão, o prefeito Saulo Souza tem adotado políticas focadas na valorização e no bem-estar dos servidores municipais. Logo na primeira sessão ordinária de 2025 da Câmara Municipal de Poá, realizada no dia 4 de fevereiro, foi aprovado o “Pacotão da Bondade”, enviado à Casa de Leis pelo Poder Executivo com projetos de lei voltados
Entre as ações incluídas nesse pacote estavam a reativação do vale-alimentação no valor de R$ 400, a progressão de carreira para a Guarda Civil Municipal (GCM), o pagamento de pró-labore para policiais militares e o aumento de quase 40% no valor da bolsa-auxílio desemprego e do auxílio-cesta básica aos trabalhadores do Programa de Combate ao Desemprego. "Nós adotamos todas essas medidas com o objetivo de valorizar cada vez mais os servidores, que necessitam dessa atenção e reconhecimento. Agora conseguimos, com o apoio da Câmara mais uma vez, aprovar o aguardado dissídio de 2025", finalizou o prefeito.

Saulo Souza participa de missão internacional na Holanda com foco em combate às enchentes, gestão hídrica e inovação urbana

O prefeito de Poá, Saulo Souza, integra a comitiva de sete prefeitos brasileiros que participam da “Missão Holanda”, promovida pela Frente Nacional de Prefeitas e Prefeitos (FNP) em parceria com o WRI Brasil. Único representante do Estado de São Paulo, o chefe do Executivo poaense participa da agenda internacional como vice-presidente temático de Mobilidade Metropolitana da entidade, com foco em conhecer soluções inovadoras em planejamento urbano, gestão hídrica, mobilidade sustentável e captação de recursos para projetos de infraestrutura e desenvolvimento climático. A missão teve início na segunda-feira (19), na cidade de Haia, capital administrativa dos Países Baixos. Ao longo da semana, os participantes visitaram projetos e instituições de referência mundial, com foco em soluções inovadoras que utilizam infraestrutura verde e tecnologias urbanas resilientes. Ainda em Haia, a comitiva foi recebida por Jan van Zanen, prefeito da cidade e presidente da organização Cidades e Governos Locais Unidos (CGLU). A agenda institucional incluiu também encontros com a Associação de Municípios Holandeses (VNG) e com o escritório europeu do World Resources Institute (WRI), copromotor da missão.
Na última terça-feira (20), a delegação seguiu para Amsterdam, onde conheceu projetos que utilizam Soluções baseadas na Natureza (SbN), como telhados verdes e espaços públicos adaptados para retenção de água da chuva.
No Departamento de Sustentabilidade e Planejamento Urbano da prefeitura, foram apresentadas as diretrizes e marcos legais que estruturam essas ações, como o Código de Obras da cidade. Nesta quinta-feira (22), o grupo visitou a Universidade Técnica de Delft (TU Delft), onde conheceu mais sobre políticas de “cidades-esponja, e a Green Village, espaço experimental em sustentabilidade.
Liderança na FNP
Saulo Souza assumiu, no dia 8 de abril de 2025, a vice-presidência temática de Mobilidade Metropolitana da Frente Nacional de Prefeitas e Prefeitos. A participação de Poá na "Missão Holanda" é a primeira agenda internacional do prefeito desde que assumiu a vice-presidência na FNP e demonstra o empenho em trazer novas ideias e fortalecer Poá como uma cidade preparada para os desafios do presente e do futuro.

Ferraz: Primeira cidade no Alto Tietê com novo sistema de alerta de sirene

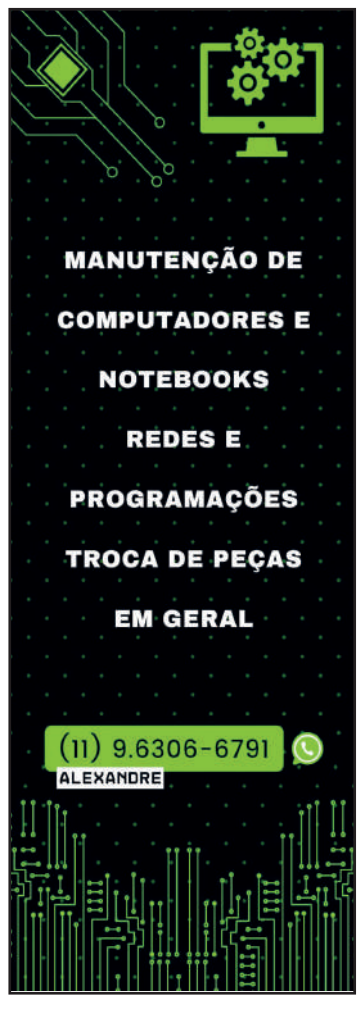
Fotos: Laura Ramos / Secom Ferraz.

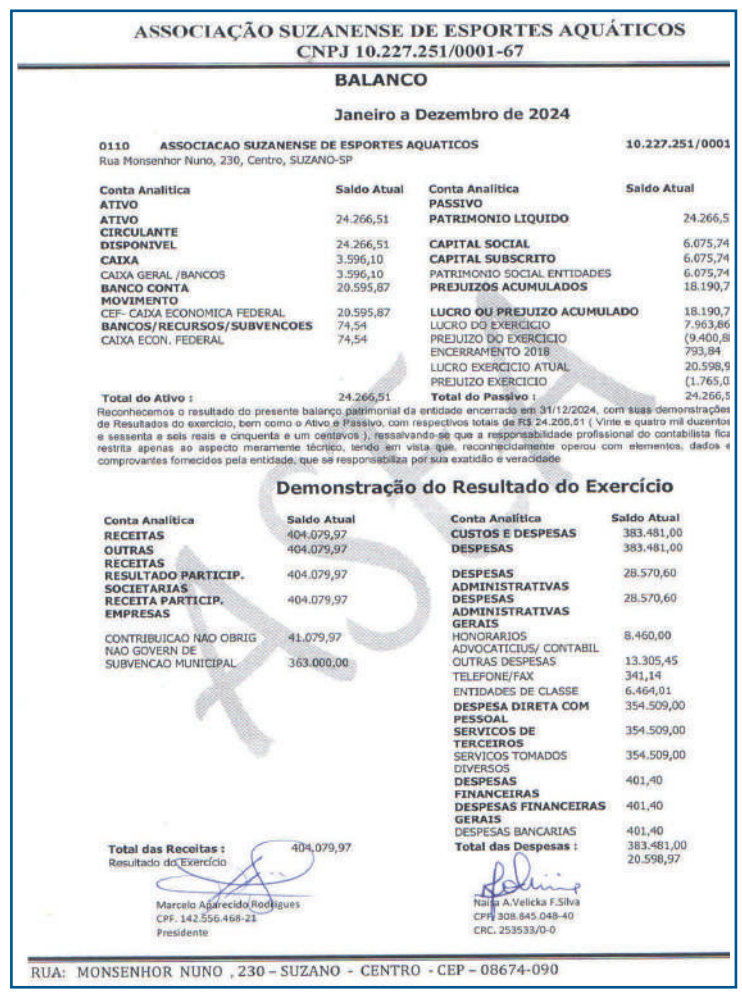
Na terça-feira, 22 de abril, a cidade de Ferraz de Vasconcelos realizou um importante exercício simulado para o acionamento da sirene de emergência do Sistema de Alarme Remoto (SISAR), em uma ação conjunta com o Governo do Estado de São Paulo e a Prefeitura Municipal. A atividade marcou um passo significativo na preparação da população para situações de risco e reforçou o compromisso da Defesa Civil com a segurança e a prevenção de desastres naturais.
Ferraz é o primeiro município do Alto Tietê a contar com esse tipo de equipamento, que visa alertar e mobilizar os moradores de áreas vulneráveis em casos de chuvas intensas com possibilidade de deslizamentos. O SISAR foi instalado na Vila Cristina, área mapeada pela Defesa Civil como de risco geológico, permitindo o aviso sonoro antecipado para evacuação imediata em situações de emergência.
Durante o simulado, a sirene foi acionada como se houvesse risco iminente, permitindo que moradores e agentes da Defesa Civil testassem, na prática, os procedimentos de resposta rápida. Durante o teste, agentes da Defesa Civil demonstraram a importância do equipamento e da conscientização sobre os protocolos de segurança.
A parceria entre o Estado e o município foi fundamental para a implementação do projeto, que integra uma política mais ampla de prevenção de desastres naturais. Além da instalação do equipamento, a ação contou com apoio técnico, capacitação de agentes e mobilização comunitária, tornando o processo ainda mais eficaz.
Com a implantação do SISAR, Ferraz de Vasconcelos passa a ocupar uma posição de destaque na região do Alto Tietê em termos de preparação e resposta a desastres.
Texto: Junior dos Anjos

Câmara de Arujá: Distribuição de ingresso para palestra de Rossandro Klinjey

A distribuição dos ingressos para a palestra do psicólogo Rossandro Klinjey começou na sexta-feira (23/5), a partir das 14h, na Câmara de Arujá. A entrada será garantida ao público mediante a doação de 1 quilo de alimento não perecível. Tudo o que for arrecadado será destinado ao Fundo Social de Solidariedade.
Klinjey virá a Arujá no dia 4 de junho. Ele ministrará a palestra Aprendendo com as derrotas e crescendo nas adversidades no auditório da PL em evento comemorativo ao 2º aniversário da Escola do Legislativo e aos 173 do Município.
A Escola, criada por meio da Resolução 394/2023, tem como um de seus objetivos desenvolver atividades de formação, produção de conhecimento e aprendizado sobre a administração pública, principalmente, sobre a atuação e o papel do Poder Legislativo.
Para tanto, já trouxe a Arujá dois renomados pensadores brasileiros – Mario Sergio Cortella (1/6/2023) e Clóvis de Barros Filho (27/6/2024).
Em 2025, mantém a tradição ao

realizar um evento gratuito e aberto ao público com foco na promoção da reflexão e do senso crítico. A expectativa é atrair cerca de mil pessoas, especialmente, educadores.
Local: Câmara de Arujá - Rua Rodrigues Alves, 51 (em frente à Igreja Matriz do Bom Jesus)
IMais informações: 4652-7000





ASSOCIAÇÃO SUZANENSE DE ESPORTES AQUÁTICOS
CNPJ 10.227.251/0001-67

BALANCO

Janeiro a Dezembro de 2024

0110 ASSOCIACAO SUZANENSE DE ESPORTES AQUATICOS 10.227.251/0001
Rua Monsenhor Nuno, 230, Centro, SUZANO-SP

Conta Analitica	Saldo Atual	Conta Analitica	Saldo Atual
ATIVO		PASSIVO	
ATIVO CIRCULANTE	24.266,51	PATRIMONIO LIQUIDO	24.266,5
DISPONIVEL	24.266,51	CAPITAL SOCIAL	6.075,74
CAIXA	3.596,10	CAPITAL SUBSCRITO	6.075,74
CAIXA GERAL /BANCOS	3.596,10	PATRIMONIO SOCIAL ENTIDADES	6.075,74
BANCO CONTA MOVIMENTO	20.595,87	PREJUIZOS ACUMULADOS	18.190,7
CEF- CAIXA ECONOMICA FEDERAL	20.595,87	LUCRO OU PREJUIZO ACUMULADO	18.190,7
BANCOS/RECURSOS/SUBVENCOES	74,54	LUCRO DO EXERCICIO	7.963,86
CAIXA ECON. FEDERAL	74,54	PREJUIZO DO EXERCICIO	(9.400,8
		ENCERRAMENTO 2018	793,84
		LUCRO EXERCICIO ATUAL	20.598,9
		PREJUIZO EXERCICIO	(1.765,0
Total do Ativo :	24.266,51	Total do Passivo :	24.266,5

Reconhecemos o resultado do presente balanço patrimonial da entidade encerrado em 31/12/2024, com suas demonstrações de Resultados do exercicio, bem como o Ativo e Passivo, com respectivos totais de R$ 24.266,51 (Vinte e quatro mil duzentos e sessenta e seis reais e cinquenta e um centavos), ressalvando-se que a responsabilidade profissional do contabilista fica restrita apenas ao aspecto meramente técnico, tendo em vista que, reconhecidamente operou com elementos, dados e comprovantes fornecidos pela entidade, que se responsabiliza por sua exatidão e veracidade

Demonstração do Resultado do Exercício

Conta Analitica	Saldo Atual	Conta Analitica	Saldo Atual
RECEITAS	404.079,97	CUSTOS E DESPESAS	383.481,00
OUTRAS RECEITAS	404.079,97	DESPESAS	383.481,00
RESULTADO PARTICIP. SOCIETARIAS	404.079,97	DESPESAS ADMINISTRATIVAS	28.570,60
RECEITA PARTICIP. EMPRESAS	404.079,97	DESPESAS ADMINISTRATIVAS GERAIS	28.570,60
CONTRIBUICAO NAO OBRIG	41.079,97	HONORARIOS ADVOCATICIUS/ CONTABIL	8.460,00
NAO GOVERN DE SUBVENCAO MUNICIPAL	363.000,00	OUTRAS DESPESAS	13.305,45
		TELEFONE/FAX	341,14
		ENTIDADES DE CLASSE	6.464,01
		DESPESA DIRETA COM PESSOAL	354.509,00
		SERVICOS DE TERCEIROS	354.509,00
		SERVICOS TOMADOS DIVERSOS	354.509,00
		DESPESAS FINANCEIRAS	401,40
		DESPESAS FINANCEIRAS GERAIS	401,40
		DESPESAS BANCARIAS	401,40
Total das Receitas : Resultado do Exercício	404.079,97	Total das Despesas :	383.481,00 20.598,97

Marcelo Aparecido Rodrigues
CPF. 142.556.468-21
Presidente

Naira A.Velicka F.Silva
CPF. 308.845.048-40
CRC. 253533/0-0

RUA: MONSENHOR NUNO , 230 – SUZANO - CENTRO - CEP – 08674-090

Lógica
Informações - Direitos - Variedades
(11) 9.8314-0177
Seu Jornal Revista

MODA

O que são os labubus? Conheça acessório que é a nova obsessão fashion

Desde a semana de moda de Copenhagen, no início deste ano, bichinhos de pelúcia “fofos” foram incorporados a chaveiros que decoram e personalizam bolsas, incluindo aquelas mais luxuosas.

Os chaveiros têm etiqueta da Pop Mart, uma marca de Hong Kong, conhecida no mercado por ter se especializado em produtos colecionáveis. No site oficial, é possível ver que os preços variam, incluindo itens que custam a partir de $27,99, por exemplo, cerca de R$159.

Em diferentes vídeos compartilhados no TikTok, os clientes mostram que bichinhos são comercializados em caixas misteriosas, assim o cliente adquire o acessório sem saber qual será o personagem.

Quem já usa os Labubus? Após serem criados em 2015 pelo artista Kasing Lung, como personagens de livros infantis, os Labubus caíram no gosto de diversos famosos, incluindo Lisa, integrante do BLACKPINK, que já mostrou parte de sua coleção.

Rosé, que faz parte do grupo, também mostrou ser fã dos itens. Enquanto Rihanna e Dua Lipa foram fotografadas com seus colecionáveis.

Bryan Yambao, editor de moda e colecionador de Hermès já foi visto com vários Labubus pendurados nas icônicas Birkins raras. “O fã da Hermès vive pela emoção da busca. Labubus são acessíveis, mas difíceis de encontrar – esse contraste com uma Birkin de crocodilo é simplesmente delicioso”, concluiu.

Beleza

Como se livrar do pescoço de peru?

Como é o pescoço de peru?
Sendo uma parte normal do envelhecimento, o pescoço de peru pode apresentar as seguintes características:
•Pele solta, flácida e pendurada
•Dobras, rugas e vincos perceptíveis na pele do pescoço
•Falta de firmeza e elasticidade na pele
•Em alguns casos, pode haver bolsas de gordura sob a pele
•Pele frágil, fina e com textura de papel.

O que causa o pescoço de peru?
•Envelhecimento: À medida que envelhecemos, a pele perde a firmeza e começa a ficar flácida, especialmente ao redor do pescoço.
•Genética: Se outros membros da família têm pele flácida no pescoço, você pode herdar um formato de pescoço de peru.
•Músculos fracos do pescoço: os músculos do pescoço podem enfraquecer com o tempo, fazendo com que ele pareça flácido.
•Ganho de peso : o ganho de peso adiciona gordura extra sob o queixo ou ao redor do pescoço, deixando-o flácido.
•Medicamentos: Alguns medicamentos causam ganho de peso ou adicionam gordura extra
•Hábitos de vida: fumar, exposição ao sol, má alimentação e toxinas ambientais

•5 maneiras de se livrar do pescoço de peru
Aqui estão 5 maneiras eficazes de se livrar do pescoço de peru:
1. Exercícios de pescoço de peru
2. Cremes cosméticos
3. Tratamentos não cirúrgicos
4. Tratamentos Cirúrgicos
5. Dicas de cuidados com a pele para prevenção

Vamos explorar essas maneiras de se livrar do pescoço de peru em detalhes.

1. Exercícios de pescoço de peru
O exercício fortalece os músculos e os faz voltar à forma original, mesmo que estejam frouxos ou flácidos. Aqui estão alguns exercícios fáceis para você:

► **Mastigar**
1.Sente-se com as costas retas
2.Incline a cabeça para trás - seu queixo aponta para o teto
3.Com os lábios fechados, tente mover a boca como se estivesse mastigando
4.Mastigue 20 vezes
5.Volte para as posições de repouso e repita

► **Beijo**
1.Sente-se com as costas retas
2.Incline a cabeça para trás - seu queixo aponta para o teto
3.Faça beicinho como se estivesse beijando
4.Faça beicinho 20 vezes
5.Volte para as posições de repouso e repita

► **Lifting de pescoço**
1.Deite-se na cama com o rosto voltado para o teto e a cabeça pendurada na bord
2.Levante lentamente a cabeça – sinta os músculos do pescoço doendo
3.Segure por 3 segundos e depois deixe a cabeça descansar.
4.Repita cinco vezes
Nota: Se sentir dor no pescoço, não faça estes exercícios

2. Cremes Cosméticos – Remédio para Pescoço de Peru
Eles podem não ser uma solução rápida, mas usá-los antes dos 40 anos ajuda a prevenir a condição. Procure cremes que contenham N-acetil glucosamina, peptídeos e vitaminas C e E.

3. Tratamentos não cirúrgicos
Em relação a soluções rápidas, existem opiniões não cirúrgicas ou minimamente invasivas sobre a remoção do pescoço de peru. Alguns dos tratamentos não cirúrgicos são:

► **Injeções de Kybella**
Essas injeções visam especificamente o tecido adiposo abaixo do queixo. As injeções de Kybella contêm ácido desoxicólico para dissolver as células de gordura e melhorar o contorno do pescoço.

► **Morfeu8**
Morpheus8 é um procedimento minimamente invasivo que utiliza microagulhamento com energia de radiofrequência (RF) para estimular a produção de colágeno e firmar a pele. Ajuda a promover a produção de colágeno e, ao mesmo tempo, a melhorar o contorno do pescoço e do queixo.

► **Aperto de Pescoço MyEllevate**
O meu Ellevate é outro tratamento minimamente invasivo que trata a pele flácida, colocando suturas em locais ideais. O tensionamento da pele e dos músculos subjacentes cria uma aparência de pescoço levantado e contornado.

4. Tratamentos cirúrgicos para se livrar do pescoço de peru
As opções cirúrgicas que ajudam a remover o pescoço de peru rapidamente são:

► **Lifting de pescoço (Platismoplastia)**
A cirurgia envolve incisões abaixo do queixo para remover o excesso de pele e tensionar os músculos que retêm o músculo em U. Também pode remover gordura abaixo do queixo ou ao redor do pescoço.

► **Lipoaspiração**
A lipoaspiração é um procedimento cirúrgico popular para remover depósitos de gordura sob o queixo e ao redor do pescoço. São feitas pequenas incisões por onde uma cânula fina é inserida para sugar a gordura indesejada
•Proteja seu pescoço com protetor solar.
•Mantenha o pescoço hidratado com cremes hidratantes
•Incorpore exercícios para o pescoço
•Pare de fumar.
•Use cremes ou séruns específicos para o pescoço
•Mantenha-se hidratado durante todo o dia para manter a elasticidade da pele.
Consulte um dermatologista

Faça Você Mesma

Porta-recados de Coração com CD Reciclado

Materiais Necessários:
•1 CD usado
•Papelão (pode ser de caixa de cereal ou papelão ondulado fino)
•Tecido ou papel de presente (para decorar)
•Cola quente ou cola branca
•Tesoura
•Prendedor de roupa de madeira
•Canetinha ou marcador permanente
•Retalhos de papel colorido (revista, papel de presente, etc.)
•Ímã pequeno (opcional, para colar na geladeira)

Passo a Passo:
1. Forre o CD
Cole o tecido ou papel decorativo sobre o lado brilhante do CD. Se estiver usando papel, cole com cola branca. Se for tecido, use cola quente. Recorte o excesso com tesoura.
2. Prepare o suporte
Corte um círculo de papelão do mesmo tamanho do CD. Isso será a base para dar firmeza ao porta-recados. Cole atrás do CD.
3. Decore com corações
Recorte pequenos corações de papel colorido ou tecido e cole na parte da frente do CD. Você pode escrever mensagens como “Te amo”, “Lembre-se de mim” ou “Nosso amor” com canetinha.
4. Cole o prendedor de roupa
Cole um prendedor de roupa na parte inferior do CD (de frente). Ele vai segurar os recados. Decore o prendedor com corações ou frases românticas.
5. Acabamento opcional
Cole um pequeno ímã atrás do papelão para poder colocar o porta-recados na geladeira.
w
Dica de uso:
Você pode presentear seu par com o porta-recados já com uma mensagem romântica no prendedor, como:
"Hoje e sempre, eu escolho você."

Mundo Pet & Vet

Gatos acham que tutores são seus pais

Um estudo com 70 gatos apontou que eles formam laços com humanos assim como cachorros e bebês.

Os felinos são injustamente taxados de interesseiros e muitos caem na falácia que eles não sentem nada pelos humanos da casa. Sempre apontam para uma diferença com os cachorros, já que os gatos tendem a ter uma personalidade forte.

Entretanto, um estudo recente afirmou que os gatos acham que tutores são seus pais. Uma formação de laços muito parecida com a de bebês e também com o que os cachorros criaram. Pouco a pouco a ciência tem mudado a imagem negativa dos felinos que foi socialmente construída.

Gatos acham que tutores são seus pais?

Sim! Pelo menos esta é a conclusão de um estudo publicado recentemente na revista científica Current Biology. Os responsáveis são pesquisadores da Oregon State University e foram usados 70 gatos junto com os seus cuidadores.

A pesquisa fez o seguinte teste para observação: os gatos foram colocados individualmente com seus tutores em uma sala e lá permaneceram por exatamente dois minutos, depois os tutores saíram e eles ficaram o mesmo tempo sozinhos até o retorno dos humanos.

O estudo dividiu as emoções entre seguro, ambivalente, esquivo e desorganizado. Cerca de 60% foram categorizados como “seguros”. Foi observado que na primeira fase, quando estavam com os cuidadores, eles estavam seguros. Ao ficarem sozinhos, sentiram-se perturbados. Com a volta dos tutores, expressaram afeto e segurança, assim como agiria um bebê na presença dos pais.

Apenas 30% dos gatos continuaram aflitos ou estressados mesmo após o retorno do tutor.

O estudo foi aplicado mais uma vez depois de dois meses. Mas desta vez com 38 gatos adultos, ou seja, com mais de 01 ano.

Os resultados foram parecidos com o teste de 70 gatos. Comprovando mais uma vez a formação de laços de afeto por parte dos felinos.

Os felinos sempre são alvos de pesquisa por serem tão fascinantes e possuírem uma personalidade única entre os animais domesticados. Para quem é gateiro não é surpresa a premissa de que gatos acham que tutores são seus pais, afinal, eles sabem que os felinos têm seu jeitinho de demonstrar carinho e atenção. E muitos cuidadores também se esforçam para conseguir este título mimando o pet e tratando-o como um eterno filhote!

Vocês se consideram pais de gatos?

Não é de se estranhar que os animais comecem a evoluir ainda mais e criar emoções que se espelham nas nossas. Já falamos um pouquinho dessa evolução e da inteligência emocional dos pets. Cada vez mais eles são tratados como parte da família e essa mudança de comportamento acaba gerando uma consequência. **Não que isso seja necessariamente ruim, não é mesmo**? Sabemos que nesta era de pet lovers muito se consideram papais dos animais de estimação, mas ainda existe uma certa resistência com o termo em algumas casas.

Fonte Appegada

Forum das Mulheres

CCJ Aprova Prioridade para Ações Cíveis sobre Violência Contra a Mulher

Drª. Jaqueline Mendes Ferreira
Advogada
Vice-Presidente do COMDICAS
Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente de Suzano

A Comissão de Constituição e Justiça (CCJ) concluiu na quarta-feira (7) a análise do projeto de lei que assegura gratuidade e a prioridade automáticas nas ações cíveis relativas a mulheres vítimas de violência. A matéria segue para a Câmara dos Deputados, se não houver recurso para votação em Plenário.
O PL 435/2023 foi proposto pelo senador Jader Barbalho (MDB-PA) e recebeu um substitutivo do relator, senador Hamilton Mourão (Republicanos-RS). Aprovada em abril, a matéria passou por turno suplementar nesta quarta. Como não recebeu emendas, o texto alternativo sugerido por Mourão foi definitivamente adotado, sem necessidade de nova votação.
O que diz o projeto
A proposta assegura a gratuidade de automática e estende a prioridade nas ações cíveis também para familiares da vítima (como cônjuges, filhos, pais ou irmãos) em caso de morte, desde que eles sejam responsáveis pela continuidade do processo. Segundo o relator, as leis em vigor que preveem prioridade a essas vítimas são insuficientes.
De acordo com Hamilton Mourão, a mulher vítima de violência precisa pedir formalmente esse benefício no processo — o que nem sempre acontece, seja por desconhecimento, seja por falhas na defesa. As ações cíveis envolvem, por exemplo, direito de família, sucessões, obrigações, contratos, ressarcimento de danos materiais ou morais.
Custas
Ainda segundo o relator, as custas judiciais podem desencorajar mulheres agredidas a buscarem a Justiça, pois a gratuidade atualmente em vigor vale apenas para aquelas que não possuem renda suficiente. As custas são pagas pelo envolvido que perde a causa, para arcar com as despesas do tribunal.
O texto muda o Código de Processo Civil para assegurar que mulheres agredidas fisicamente não precisem mais fazer um pedido formal para que os processos sejam tratados com urgência. Pela proposta, a prioridade será concedida de forma automática, desde que haja comprovação da violência sofrida.
A gratuidade vale em qualquer instância da Justiça, inclusive nos tribunais superiores, e não depende de autorização do juiz ou de solicitação do advogado ou da promotoria. O benefício deixa de existir em caso de comprovada má-fé.
Fonte: Agência Senado

São Paulo: Estudantes da Rede Municipal de Ensino visitaram museus da capital com foco na Educação Antirracista

A Secretaria Municipal de Educação (SME) de São Paulo promove, desde 2023, o Projeto Itinerâncias Antirracistas, que leva estudantes da Rede Municipal de Ensino a museus da capital. A iniciativa, considerada uma extensão das salas de aula, busca fortalecer o aprendizado sobre as histórias e culturas das populações indígenas, africanas, afro-brasileiras e migrantes, além de ampliar o repertório cultural dos alunos e reforçar o direito de acesso aos espaços culturais da cidade.
As visitas monitoradas contemplaram instituições como o Museu Afro Brasil, Museu da Língua Portuguesa, Museu de Arqueologia e Etnologia da USP, Pinacoteca, Instituto Moreira Salles e SESC Vila Mariana. Só no primeiro trimestre de 2025, mais de 2.200 alunos participaram das atividades, e a expectativa é alcançar mais de 8.500 estudantes até o fim de maio, totalizando 210 visitas. Em 2024, o projeto envolveu cerca de 25,9 mil estudantes.
A ação é coordenada pelo Núcleo de Educação para as Relações Étnico-raciais (NEER) da SME, em parceria com instituições culturais e museológicas. As escolas interessadas podem se inscrever ao longo do ano, escolhendo visitas alinhadas com seus Projetos Político-Pedagógicos (PPPs). Neste ano, o Museu das Favelas foi incorporado ao roteiro. Os roteiros educativos são elaborados conjuntamente com os museus, com foco em práticas antirracistas e não xenofóbicas.

O projeto também orienta as escolas a prepararem os estudantes antes das visitas, com atividades que favorecem a compreensão das exposições e do funcionamento das instituições. A proposta busca qualificar as práticas pedagógicas voltadas à valorização da diversidade étnico-racial e à promoção da equidade.
Complementando a iniciativa, a Rede Municipal distribuiu mais de 700 mil livros sobre temática étnico-racial e adquiriu 128 mil bonecos e bonecas negros e migrantes para a Educação Infantil. Essas ações estão alinhadas às Leis nº 10.639/2003 e nº 11.645/2008, que tratam da obrigatoriedade do ensino da história e cultura afro-brasileira, indígena e migrante nas escolas.

PROMOTORAS LEGAIS POPULARES

De mulher para Mulher

Falas de PLPs

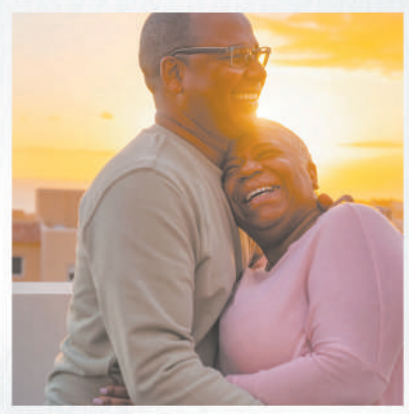
No Jornal Lógica

Sou Promotora Legal Popular!
Patrícia Martins Braga, Advogada, presidente do CMDM Suzano, professora e coordenadora do Curso de Direito e Conselheira Estadual da OAB/SP
"Fiz o Curso mesmo sendo uma das facilitadoras, e como advogada falo sobre Direito Constitucional e Violência Doméstica sobre o viés do enfrentamento e combate através da Lei Maria da Penha.
Fiz o curso PLP (Programa de Liderança para Mulheres) de Suzano, pois o reconheço como uma iniciativa fundamental na promoção do conhecimento e na defesa dos direitos das mulheres, especialmente de diversas realidades e origens.
Esse curso, ao focar na capacitação e no fortalecimento das pautas femininistas, representa um passo significativo na construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.
O impacto do PLP é visível na transformação das participantes, que, ao longo do curso, adquirem habilidades, conhecimentos e confiança para enfrentar os desafios diários. Muitas dessas mulheres vêm de contextos onde o acesso à educação e à informação sobre seus direitos ainda é limitado, o que torna esse tipo de programa uma ferramenta essencial para ampliar horizontes e oportunidades.
Com conteúdo relevante sobre cidadania, igualdade de gênero, e direitos humanos, o PLP cria um espaço de troca de experiências e fortalecimento coletivo, promovendo a criação de redes de apoio entre as participantes. Esse ambiente de solidariedade e aprendizado mútuo é crucial para que as mulheres se sintam encorajadas a lutar por seus direitos e a ocupar espaços de liderança em suas comunidades.
Outro importante viés desse curso é o papel relevante na desconstrução de estereótipos e barreiras sociais, contribuindo para que as mulheres possam se perceber como agentes de mudança e protagonistas da sua própria história. Dessa forma, o PLP não só impacta as vidas das participantes diretamente, mas também reverbera nas comunidades em que elas estão inseridas, criando uma onda de transformação que favorece o empoderamento feminino em diversos níveis.
Em um contexto social em que as mulheres ainda enfrentam desafios relacionados à desigualdade de gênero, o PLP de Suzano surge como uma proposta vital para que mais mulheres possam acessar e exercer seus direitos, ampliando suas possibilidades de vida e de participação ativa na sociedade. O curso é, sem dúvida, uma poderosa ferramenta de mudança social, promovendo o fortalecimento de uma cultura de respeito, igualdade e autonomia para todas as mulheres, independentemente de sua origem ou contexto de vida.

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 a ONG Elas Por Elas . Novo endereço das PLP's . Rua Gato Cinzento, N. 511, apartamento 62 A- Vila Urupês - Suzano, SP

PROGRAMA
CONSTRUÇÃO LEGAL
SEGURANÇA E VALORIZAÇÃO DO SEU PATRIMÔNIO

DÊ O PRIMEIRO PASSO PARA GARANTIR A LEGALIDADE DA SUA CONSTRUÇÃO.



REGULARIZE SEU IMÓVEL (COMERCIAL, RESIDENCIAL, INDUSTRIAL OU DE SERVIÇO.)

A SOLICITAÇÃO DEVE SER PROTOCOLADA POR ENGENHEIROS OU ARQUITETOS.

Saiba mais em:
itaquaquecetuba.sp.gov.br
prefitaqua Prefeitura de Itaquaquecetuba

PREFEITURA DE ITAQUAQUECETUBA
RECONSTRUÇÃO DA NOSSA CIDADE. AMOR POR NOSSA GENTE.

Momento de Fé

Não faça ninguém tropeçar

Melhor lhe fora que lhe pusessem ao pescoço uma pedra de moinho, e fosse lançado ao mar, do que fazer tropeçar um destes pequenos.
Lucas 17.2

Após contar a parábola do rico e do mendigo Lázaro, a qual mostra o benefício de andar em comunhão com Deus, Jesus nos ensinou o valor de ser salvo. Depois da morte, o homem irá, inevitavelmente, para o destino eterno que escolheu. O rico era o desviado, e o mendigo, um crente em Deus. Por isso, eles tiveram futuros diferentes um do outro. Vigie! Satanás é o enganador. A cada dia, ele vem com as piores propostas, e muita gente lhe obedece. A maioria, ao recobrar a consciência da própria condição, sente grande remorso, pois percebe a dor de ter machucado alguém moral ou fisicamente, mas não tem coragem de pedir perdão pelo seu ato. Se, após o remorso, a pessoa segue para o arrependimento, faz o que é certo. Porém, se nunca der esse passo, irá se complicar para sempre.
Arrepender-se levará você aos braços do Senhor; caso contrário, seu fim será no lago de fogo e enxofre. Isso não é brincadeira! O seu futuro e o de toda a sua prole serão definidos pelo pecado que você cometeu. Se não houver o arrependimento genuíno, a busca pela reconciliação com Deus e o acerto com a pessoa prejudicada, não haverá remissão do seu erro (Lc 12.58).
Sendo inocentado, você verá a alegria do Céu inundar o seu interior. Assim, a restauração da sua comunhão com Deus será notória. Então, a fé em Cristo encherá a sua vida, e nada lhe será impossível. Não corra o mesmo risco do rico da parábola, que vivia bem vestido e se alimentava de bons pratos, mas não andava com o Senhor. Do jeito que morrer a pessoa continuará perpetuamente. É hora de se arrepender!
O arrependimento quebra o monumento do pecado. Então, reconheça que errou e comece a andar com Deus, a amar o próximo e a desfrutar do poder dado por Ele a quem honra Jesus, o qual pagou na cruz o preço da nossa redenção. Alguns insensatos se acham melhores do que os outros, chegando a condenar aqueles que pecaram. Esses desajuizados nem pensam em recomeçar a caminhada que perderam.
O que você fará?
O apóstolo Paulo resumiu o seu ministério da seguinte forma: Para lhes abrires os olhos e das trevas os converteres à luz e do poder de Satanás a Deus, a fim de que recebam a remissão dos pecados e sorte entre os

santificados pela fé em mim (At 26.18). Digo o mesmo, pois também fui chamado para tirar as pessoas do caminho rumo ao Inferno e conduzi-las à salvação para subirem com Jesus na Sua volta. Creia e aja!
Esse tema é tão sério que Jesus declarou que seria melhor para uma pessoa ser jogada no mar com uma grande pedra de moinho amarrada no pescoço, tendo, assim, uma morte horrível, do que escandalizar alguém com mentiras. Medite e ore, pois esta pode ser sua última oportunidade de se salvar!
Em Cristo, com amor,

Missionário R. R. Soares da Igreja Internacional da Graça de Deus
Pedido de oração "www.ongrace.com"

A Dor de um Sonho que Não se Realizou

Sabemos que o luto é uma reação complexa e profundamente individual diante da perda de alguém querido. Ele pode se manifestar de diversas formas, tanto emocionais quanto físicas.
Sentimentos como tristeza, choro, raiva, culpa e ansiedade são comuns, assim como alterações no sono, no apetite, na concentração e até sintomas físicos, como dores de cabeça e fadiga.
No entanto, o luto não está restrito apenas à morte de uma pessoa. Existem outras perdas significativas ao longo da vida que também despertam esse processo emocional. A morte de um animal de estimação, a perda de um emprego, o término de um relacionamento no qual depositamos expectativas, ou até mesmo quando os filhos crescem e saem de casa —
todos esses momentos podem desencadear o luto.
Um tipo de luto bastante comum, mas muitas vezes negligenciado, ocorre quando a família descobre que a criança tão aguardada possui algum transtorno neurológico ou deficiência.
Nesse momento, os pais enfrentam a dor de perceber que a criança idealizada — aquela que imaginaram durante a gestação ou nos primeiros anos — não existe da forma como haviam sonhado.
Surge, então, um sentimento de perda, que frequentemente vem acompanhado de culpa.
É importante compreender que esse sentimento é legítimo e necessário. Passar por esse processo de luto é essencial para que a família possa, simbolicamente, "enterrar" a imagem
idealizada da criança e acolher, com amor e aceitação, à nova realidade.
Só assim será possível seguir em frente, sem ficar preso a expectativas ou planos que já não fazem mais sentido.
No livro de Eclesiastes 3:1, 4 (NVI), diz:
"Para tudo há uma ocasião, e um tempo para cada propósito debaixo do céu:
[...] tempo de chorar e tempo de rir,
tempo de prantear e tempo de dançar."
Esse trecho fala da legitimidade das fases da vida — inclusive do luto — como partes naturais do ciclo humano. Ele reforça que há um tempo apropriado para sentir a dor da
perda, para lamentar, mas também um tempo para a aceitação e para seguir adiante.

liviasperandiopsico@gmail.com
Lívia Sperandio
Psicóloga e Ministra de Louvor

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

Cromossomo X

Na natureza todos os animais vêm de uma relação sexuada entre macho e fêmea, o ser humano não é diferente, que se pese as preferências afetivas mas a dinâmica é a mesma, havendo ou não relação afetiva é indispensável que haja a união das polaridades masculina e feminina.
A nível celular que se define o conceito básico da criação o homem já conseguiu mapear parte do genoma ao ponto de reconhecer um cromossomo que define o gênero dos descendentes.Está lá na espiral genética escondidinho um par de genes x,y ou x,x, que se dividem e formam os gametas que definirão o sexo do bebê.
Quando esses gametas se reencontram no útero materno o milagre da concepção se realiza, não vou entrar na parte filosófica, nem ideológica nem jurídica, nem religiosa do que acontece apenas vamos idealizar que a feliz coincidência gere uma menina.
Ela terá a possibilidade de poder gerar em seu útero outros descendentes. De qualquer forma não é isso o mais importante para hoje.
O cromossomo "x" imprime no novo ser algumas características físicas e mentais "sui generis" (só aplicável aquele gênero) independente de terem filhos ou não. O instinto materno não é apenas latente, é operante.
Mulheres tem instintos protetores, e cuidadores, territoriais e capacidades multitarefas que permitem cuidar e prover não só aos filhos, mas a todos à sua volta as melhores condições de sobrevivência.
Não raras vezes renunciam à função maternal para se dedicar a outras atividades. Como ser uma profissional, uma religiosa, e comumente cuidadora dos próprios pais.
Um exemplo internacionalmente conhecido é o de Ana Jarvis que se dedicou a cuidar da mãe e da irmã com um amor tão generoso e caridoso que acabou instituindo o dia das mães. E influenciando em escala global.
Ela nunca foi mãe biológica, mas inspirou o mundo a venerar essa figura santificada em todas as religiões.
Queria apenas que todos os filhos homenageassem suas mães com um cravo branco.
Hoje eu aprendi a reverenciar todas às mulheres (e afins) por terem esse potencial inexplicável que é a maternidade, capazes de resistir a qualquer dor por aquele a quem afilia. Às vezes chora, não existem mãe margarina. Mas a maior dor e maior afronta que se pode fazer a esses seres abençoados é a expressão "você não pode saber porque não é mãe". Sabem sim, sabem e conhecem as dores do sofrimento das mães, não é a contração do útero que define o amor incondicional que estes seres expressam como mães.
Parabéns a todas as mães e que deus dê pão a quem tem fome e fome de justiça a quem tem pão.

Uma marca quando registrada indica procedência, qualidade e agrega valor ao produto e serviços oferecidos.
Anuncie: (11) 9.8314 -0177

Economia

SuperAção SP novo programa do governo

O Governo de São Paulo lançou na terça-feira (20) o SuperAção SP, um programa estruturante e intersetorial voltado à superação da pobreza com foco na autonomia por meio da inclusão produtiva de famílias em situação de vulnerabilidade. Com investimento inicial de R$ 500 milhões, o programa será executado pela Secretaria de Desenvolvimento Social (SEDS), em articulação com 29 políticas públicas estaduais, de nove secretarias estaduais. Esse valor destinado a SEDS inclui R$ 150 milhões para reforço inédito no recurso repassado pelo estado aos municípios para ações sociais. Com esse aumento, de cerca de 60%, o valor total repassado aos municípios chega a R$ 390 milhões em 2025 somente para essa rubrica. Esses valores podem ser usados pelos municípios para expansão ou melhorias do atendimento em todos os seus serviços da Assistência Social, seja para contratar profissionais, custear serviços e aumentar vagas e capacidade de atendimento, por exemplo.

COMO FUNCIONA O SUPERAÇÃO SP?

Com base nos dados do Cadastro Único, as famílias nos municípios que aderirem ao programa serão distribuídas em duas trilhas de acordo com as suas características para a inclusão produtiva. A partir disso, serão direcionadas a duas TRILHAS:

TRILHA 1: PROTEÇÃO SOCIAL

Esta trilha se destina a famílias com maior vulnerabilidade à inclusão produtiva, como famílias:

•elegíveis ao Bolsa Família e que não esteja recebendo este benefício;

•não possuam pessoa adulta em idade ativa;

•Possuam apenas pessoas adultas em idade ativa, mas que não estejam em condições de trabalhar, pois necessitam de cuidados de terceiros;

•possuam apenas pessoas adultas em idade ativa, mas que estejam em situação de rua.

Essas famílias serão direcionadas ao atendimento na rede de equipamentos e serviços do Sistema Único da Assistência Social (SUAS) nos estados. A porta de entrada desses serviços e equipamentos são os Centros de Referência da Assistência Social (CRAS), onde Assistentes Sociais e profissionais correlatos atuam com o objetivo de fortalecer a convivência com a família e com a comunidade, ajudando a garantir seus direitos sociais.

Nos CRAS, a família e seus integrantes podem atualizar seus dados no Cadastro Único e receber orientações sobre os benefícios sociais. Os serviços dos CRAS são o Serviço de Proteção e Atendimento Integral à Família (Paif) e o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos (SCFV).

Nesta trilha, as famílias podem receber o auxílio de proteção social, destinado a ajudar a suprir necessidades básicas. Esse auxílio será pago a famílias com renda familiar mensal per capita inferior a R$ 218,00, com ou sem acesso a programa de transferência de renda existente, e em situação de insegurança alimentar grave (conforme análise da assistência social). Será pago mensalmente, por 12 meses, podendo ser estendido por mais 12 meses (total de 24 meses). O valor é 1/12 do salário mínimo paulista vigente (R$ 1.804,00) por pessoa, considerando a quantidade de membros conforme consta no CadÚnico. Atualmente, este valor é R$ 150,33 por pessoa.

TRILHA 2: SUPERAÇÃO DA POBREZA

Já as famílias com potencialidades para a inclusão no mundo do trabalho serão alocadas nesta trilha, que conta com três módulos e acompanhamento personalizado, feita por um agente da Superação, que as visitará em casa. Essas famílias também poderão receber o Auxílio de Proteção Social (citado acima), mas também outros auxílios e incentivos.

Nesta trilha, a família e o agente de Superação vão criar juntas um Plano de Desenvolvimento Familiar, onde acordarão com metas de capacitação e formação, e posteriormente de inclusão no mundo do trabalho. Serão três módulos: Proteger, Desenvolver e Incluir.

Exemplo disso é o Incentivo ao Compromisso com o SuperAção SP, um recurso que será pago às famílias assim que terminarem de criar seu plano de desenvolvimento familiar junto com o agente. Serão R$ 200, em parcela única ao final do primeiro mês de participação.

Outras transferências pagas à família são voltadas ao estímulo à capacitação e à inclusão produtiva. Membros da família que participarem de cursos presenciais recebem uma ajuda de custo de R$ 1.200,00, paga em duas parcelas, para cobrir transporte e alimentação (o chamado "Auxílio de Ajuda de Custo para Capacitação Profissional").

Há ainda um prêmio de R$ 600,00 para famílias que cumprirem as metas do módulo de desenvolvimento de habilidades (o "Incentivo ao Desenvolvimento de Capacidades"), pago como premiação para quando a família cumprir as metas do módulo Desenvolver quanto a formação ou capacitação profissional).

Ao final da jornada, no terceiro e último módulo, chamado é previsto um bônus que pode chegar a um salário mínimo paulista (R$ 1.804,00) para aquelas que concluírem os módulos de capacitação e inclusão, reforçando o incentivo à progressão dentro do programa.

Quem pode participar do SuperAção?

O público-alvo do programa são as famílias residentes no Estado de São Paulo em situação de vulnerabilidade social. Para serem consideradas elegíveis, elas devem atender aos seguintes critérios: estar inscritas no Cadastro Único para Programas Sociais (CadÚnico); ter realizado a inscrição ou atualizado os dados no CadÚnico nos últimos 24 meses; ter renda familiar per capita, excluindo rendimentos de auxílios sociais, abaixo de meio salário-mínimo. Considerando o valor vigente em 2025 (R$ 1.518), o limite é de R$ 759.

O programa é uma política de Estado e será implementado em ondas, conforme a adesão dos municípios. Os recursos iniciais, da ordem de R$ 500 milhões, serão destinados ao cofinanciamento da assistência social, pagamento de auxílios às famílias e estruturação da atuação dos agentes sociais. A proposta do SuperAção SP é ir além da transferência de renda, promovendo inclusão produtiva e apoiando a construção de trajetórias sustentáveis de superação da pobreza no território paulista.

Carros & Motos

ARENA CROSS APRESENTA CALENDÁRIO DA TEMPORADA 2025

O Arena Cross Brasil está próximo de completar sua terceira década. Neste ano, os organizadores vão brindar o apaixonado pelo motociclismo com a abertura da sua temporada dentro do maior evento de experiência motor do mundo, que é o Festival Interlagos 2025. Durante o Festival vão acontecer as duas primeiras disputas do ano, nos dias 30 e 31 de maio. O final de semana de competição vai ser uma das atrações do Festival Interlagos 2025, que, neste ano, promete atrair mais de 200 mil visitantes no decorrer dos dias do evento – de 29 de Maio a 1º de Junho. No dia 12 de julho, a 3ª etapa vai acontecer em Jundiaí e, finalmente, em 23 de agosto, o Arena Cross retorna a São Paulo, desta vez para a finalíssima no Parque Villa-Lobos.

Como de costume, as grandes montadoras do mundo das duas rodas estarão presentes com grandes nomes do motocross nacional e internacional. A cada ano, as equipes se empenham na contratação de grandes nomes para a disputa do título. Para se ter uma ideia, em 2024 pilotos de mais de 10 países estiveram presentes na competição. Em 2025 a expectativa é de que esse número permaneça alto.

Um dos grandes destaques reside na participação já confirmada do brasileiro Enzo Lopes, que atualmente compete no motocross norte-americano. Acostumado às provas internacionais, será a primeira vez que ele vai disputar uma temporada no Brasil, na categoria PRO.

"O último ano foi muito especial. Nos atualizamos, inauguramos novas instalações, investimos em estrutura e tornamos o evento ainda mais seguro e especial para quem disputa e para o público presente. Eles são nosso grande patrimônio. Para este ano, será ainda melhor. Nosso compromisso sempre será com disputas cada vez mais especiais e prova disso é o número de pilotos estrangeiros que faz questão de estar conosco em cada prova", afirma Carlinhos Romagnolli, diretor geral do Arena Cross.

A competição segue em 2025 com quatro categorias, sendo duas profissionais e duas infantis: PRÓ (pilotos acima de 16 anos e motos até 450cc), AX2 (de 14 a 23 anos e motos até 250cc), 65cc (de 7 a 12 anos) e 50cc (de 5 a 9 anos). A estrutura conta com arquibancadas, cenografia, área de exposição de produtos e estandes de patrocinadores, praça de alimentação, além de luzes e efeitos especiais que são característicos do evento. As transmissões ao vivo também continuam na TV, no Facebook do Arena Cross e pelo canal do YouTube Arena Live Brasil e Sportbay TV.

O Arena Cross 2025 tem supervisão da Confederação Brasileira de Motociclismo (CBM) e os vencedores da temporada serão reconhecidos como campeões brasileiros. A realização é da Romagnolli Promoções e Eventos e da Liga Nacional de Esportes a Motor (Linem).Fonte 2 rodas

Tecnologia

Androides da Tesla podem ir das fábricas às forças armadas

A Tesla, conhecida mundialmente por seus carros elétricos e inovações tecnológicas, vem surpreendendo com seus avanços na área de robótica. O robô humanoide Optimus, desenvolvido pela empresa, é um dos projetos mais ambiciosos da atualidade. Criado inicialmente para atuar em linhas de montagem, ele já consegue caminhar, interagir com objetos e realizar tarefas simples.

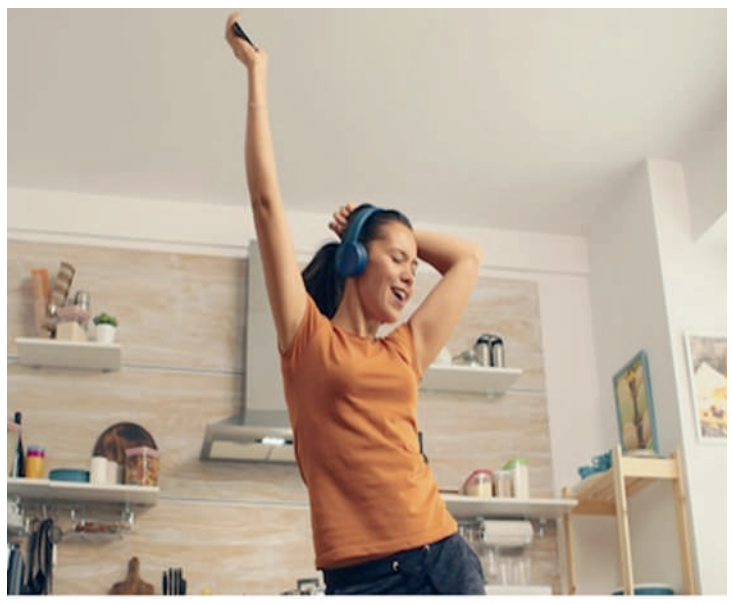
Esses robôs, chamados de androides da Tesla, despertam interesse além do setor industrial.

Militares e especialistas em segurança enxergam possibilidades reais de aplicação em operações táticas, vigilância e transporte de cargas pesadas. A ideia de utilizar robôs em contextos de defesa, embora ainda em estudo, começa a ser discutida abertamente em fóruns e conferências.

Com essa possibilidade, surgem também questionamentos éticos. Organizações internacionais alertam para o risco de uso inadequado da inteligência artificial em ambientes armados. Há um movimento crescente que pede regulamentações claras para o uso dessas tecnologias, especialmente no campo militar. Enquanto isso, a Tesla segue aprimorando seus androides. A evolução rápida dessa tecnologia mostra que o futuro da robótica pode ir muito além das fábricas - e talvez caminhar, literalmente, para o campo de batalha.

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

Quem dança as doenças espanta: conheça os benefícios da prática



Colocar uma música e dançar. É tão simples que talvez você nem se dê conta dos benefícios que isso pode trazer para sua vida. Pode ser a hora da diversão, da reflexão, do relaxamento, do exercício ou da descontração: dançar faz bem para a saúde.

Não há regra ou estilo único. Você pode seguir coreografias ou simplesmente aumentar o volume e entrar no ritmo. Há ainda a opção de fazer isso com orientação, com aulas de fit dance ou outras técnicas, inclusive terapêuticas. O importante é se mexer, mesmo dentro de casa - a internet está cheia de vídeos gratuitos que podem ajudá-lo nessa hora.

Experimente! O que vem a seguir é um sentimento de bem-estar, uma injeção de ânimo que tem explicação fisiológica: quando você dança, o corpo relaxa e o cérebro libera endorfina, dopamina e serotonina, hormônios que dão a sensação de prazer. Faz bem para o corpo, faz bem para a alma.

Mais do que promover a saúde, como toda atividade física, a dança ajuda também na prevenção e no tratamento de algumas doenças. Quer se divertir ou se cuidar, espantar o estresse e a ansiedade? Conheça técnicas e veja se alguma delas se encaixa naquilo que você está buscando.

Dança Movimento Terapia

Dançar é terapêutico, tanto que existem técnicas conhecidas como "dançaterapia" que unem dança e psicologia. Uma das principais abordagens é a Dança Movimento Terapia (DMT), uma prática que promove a conexão entre o corpo e a mente. É uma forma de expressar sentimentos através dos movimentos.

Ou seja: é possível cuidar de você (e da sua saúde física e mental) dançando. Como prevenção ou tratamento, a DMT vai fazer você liberar a tensão. É uma modalidade que, na psicoterapia, funciona como um remédio para o corpo e para a alma.

A técnica é transformadora e permite o autoconhecimento - físico e emocional - através de movimentos livres e criativos. Você não precisa se preocupar com questões técnicas ou em reproduzir o movimento de outra pessoa, mas em seguir o seu próprio corpo. Deixar fluir.

Biodança

A Biodança é outra técnica que envolve psicologia e, também com o estímulo da criatividade e das emoções, renova a energia e funciona como terapia. É simples, divertido e, enquanto usa a música para provocar movimentos do corpo (que surgem naturalmente), estimula aspectos como memória e concentração, além de trabalhar as articulações e a coordenação motora.

Considerada uma vivência, é realizada em grupo e age em cinco áreas: vitalidade, sexualidade, afetividade, criatividade e transcendência. É aconselhável para todos os tipos de público, especialmente para quem busca mais qualidade de vida.

Acredite: você pode até achar que está apenas dançando, mas na verdade trata-se de um aprendizado capaz de refletir em diferentes aspectos da vida. Cada pessoa sente de uma forma, mas o sentimento costuma vir acompanhado de vitalidade e leveza. É um convite a dançar ludicamente para fazer a alegria brotar.

Dança Circular

Outra dança com muitos benefícios é a Dança Circular. Para visualizar, pense em uma brincadeira de roda, mas com aspectos positivos que vão muito além do lúdico. Logo, por envolver mais pessoas, trabalha o lado físico, psicológico e social. É praticamente um ritual que não exige habilidade, mas cooperação e harmonia.

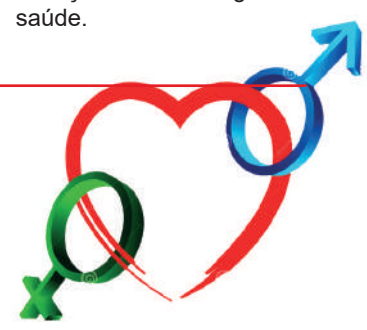
A atividade também é conhecida como Dança Circular Sagrada, remetendo ao "sagrado de cada um". Ao praticar essa dança, mesmo na presença de outras pessoas, há uma conexão com o íntimo.

Mais que despertar a emoção, a dança conecta. Você também pode definir como algo que traz paz ou boas energias. É tudo isso mesmo. E de mãos dadas, como acontece na Dança Circular, é como se você compartilhasse isso.

Seja qual for a sua escolha, dance! Você vai sentir uma vibração diferente e ganhar saúde.

Sexo & Sensualidade

Como comportamento sexual compulsivo descontrola quem sofre com o problema



Transtorno do Comportamento Sexual Compulsivo (TCSC)"

Como são essas pessoas?

Os critérios de classificação incluem pessoas que:

- Esforçam-se para abandonar os comportamentos sexuais, mas não conseguem.
- Não têm prazer nessas experiências.
- Enfrentam consequências graves em diferentes áreas da vida por mais de seis meses.

A OMS indica que este problema não pode ser explicado por julgamento moral, ou seja, que o simples fato de que algo não pareça apropriado ou moralmente aceitável para uma pessoa não explicaria que existe uma patologia clínica, passível de diagnóstico.

"O sexo se tornou um ansiolítico para mim. Cada vez que sofro e não consigo mais, a sexualidade se converte no meu refúgio", comentou-me um paciente com 45 anos de idade.

É comum observar como os pacientes usam os comportamentos sexuais (como pornografia, prostituição, bate-papos ou webcams sexuais) para regular seu mundo afetivo. Quando os pacientes com dificuldades não conseguem gerenciar suas emoções, eles procuram o sexo para buscar serenidade.

Ainda são necessárias mais pesquisas, mas o TCSC afeta cerca de 10,3% dos homens e 7% das mulheres na população em geral. Cerca de 87% dos pacientes têm dificuldades com o controle do uso de pornografia e 15-20% realizam práticas sexuais como prostituição e infidelidade.

Como as pessoas são afetadas?

As pessoas que sofrem essas dificuldades podem ser afetadas em diferentes setores da vida.

- Vida pessoal: o modo de pensar e entender a sexualidade é distorcido e surge a perda de autoestima e confiança em si próprio, além de sentimentos de incapacidade, alteração do bem-estar espiritual, mal-estar pessoal, humilhações ou desprezo, vergonha, culpa e falta de desenvolvimento da identidade pessoal.
- Vida econômica: perda de emprego, gastos excessivos ou desnecessários, chantagens e fraudes.
- Relações interpessoais: rupturas amorosas, perda de confiança das outras pessoas, alterações ou dificuldades nas relações interpessoais, danos emocionais a outras pessoas, isolamento social, falhas no cuidado de uma pessoa querida, rompimentos matrimoniais e perda de amizades.
- Questões médicas: doenças sexualmente transmissíveis, relações sexuais fisicamente não saudáveis, distúrbios cognitivos, psicopatologias, disfunções sexuais e piora da saúde.
- Outras questões: problemas legais (denúncias e detenções), comportamentos irresponsáveis, renúncia a metas ou objetivos importantes, expulsão de organizações, associações etc. e deterioração da imagem pública.

Os estudos neurobiológicos mais importantes concluíram que o transtorno por comportamento sexual compulsivo exibe alterações no cérebro, similares às que provocam dependência de substâncias e/ou outros comportamentos.

Os centros cerebrais relativos à recompensa e à dopamina podem deteriorar-se devido a este descontrole sexual. Além disso, as áreas do cérebro que regulam o autocontrole, o planejamento, a atenção e a empatia podem ser alteradas, segundo observado em estudos mais recentes.

Por que as relações abertas estão cada vez mais comuns

Como reconhecer o transtorno

Alguns indícios que podem nos ajudar a suspeitar que uma pessoa sofre deste transtorno são os seguintes:

- Rasgos de impulsividade, incapacidade de retardar a gratificação ou falta de controle inibitório.
- Mudanças de estado de ânimo, como irritabilidade, sintomas depressivos, ansiedade ou instabilidade.
- Presença de doenças sexualmente transmissíveis.
- Dependência da tecnologia.
- Baixo rendimento acadêmico ou profissional e absenteísmo frequente.
- Consumo de drogas (álcool, fumo, maconha e outras substâncias).
- Dificuldade de regulação emocional.
- Forte inclinação a buscar novidades ou sensações novas.
- Dificuldade de expressão emocional.
- Linguagem excessivamente sexualizada.
- Problemas de estabilidade no relacionamento, infidelidade etc.
- Pouco interesse nas relações sexuais com o próprio parceiro.
- Baixa ou nenhuma formação sexual ou grande culpa com relação aos seus atos sexuais.

Mas existem soluções. O caminho é longo e exige consciência, motivação, força, apoio, paciência, carinho, ajuda e dedicação, mas a saída existe.

Nos últimos anos, surgiram diversos tratamentos eficazes para ajudar essas pessoas, incluindo a terapia individual (de diversas correntes, destacando-se a eficácia da terapia cognitivo-comportamental), terapia de grupo e, em alguns casos, a terapia farmacológica. Estes tratamentos ajudam a regular o comportamento, controlar os impulsos, reaprender a sexualidade sadia e viver uma vida mais livre. E existem também cursos que podem ajudar a orientar sobre qual a abordagem adequada para esta condição, ainda uma grande desconhecida entre muitos profissionais da saúde.

Por: Alejandro Villena Moya

Casos Bizarros

Homem passa dois anos com eliminação intestinal pela uretra e ejaculação pelo reto

Após ficar em coma durante três semanas depois de uma intoxicação causada por cocaína e fenciclidina (PCP), um homem passou a sofrer uma série de complicações envolvendo o pênis e o ânus. De acordo com o jornal Daily Star, ele chegou a fazer cocô pelo órgão genital e ejaculou pelo reto.

O homem de 33 anos sofreu com as complicações por dois anos, até que seus testículos começaram a inchar e ele procurou um médico devido à dor excruciante.

Conforme a publicação, ele expelia gases na urina, uma condição chamada pneumatúria. O paciente também urinou material fecal, denominado fecalúria. Pelo ânus, expeliu "quantidade substancial" de sêmen.

Ao ser submetido a um exame de toque retal, o homem descobriu que tinha sinais de problema na parede retal. Quanto ao pênis, ele possuía uma infecção do trato urinário.

Outros exames identificaram fístula — uma passagem anormal — entre a uretra e o reto, por onde fluidos corriam.

O homem foi submetido a uma cirurgia. Os médicos descobriram, também, que, quando esteve em coma, o paciente recebeu um cateter que poderia ter causado as complicações. O caso foi registrado na revista científica Cureus.

Horóscopo

Aries
21/03 a 20/04

Um gesto impulsivo pode causar ruídos. Aproveite para rever acordos, alinhar expectativas, cuidar da imagem e da beleza. No trabalho, seja firme sem perder a diplomacia. O amor pedirá receptividade, embarque num clima romântico e carinhoso.

Touro
21/04 a 20/05

Dê atenção ao corpo e evite desgastes e sobrecargas. Necessidade de organização e de uma rotina equilibrada. No amor, será bom desacelerar e observar antes de agir. Evite prometer mais do que pode entregar no trabalho e nas relações pessoais..

Gêmeos
21/05 a 20/06

Evite idealizar demais uma situação no amor ou esperar respostas imediatas. Será melhor aproveitado se você desacelerar, conversar com calma e ouvir com o coração aberto. Ideias criativas poderão se transformar em algo concreto nos próximos dias. Caminhadas, leituras ou meditação trarão equilíbrio e inspiração.

Câncer
21/06 a 21/07

Pendências da casa ou da família pedirão atenção, encare assuntos delicados com humor e evite dramas desnecessários. No amor, avalie expectativas e aposte só no que pode dar certo, critérios de escolha ficarão mais claros nesta fase. Relações profissionais estarão aquecidas.

Leão
22/07 a 22/08

Com elegância e atenção às palavras, você poderá resolver mal-entendidos e harmonizar relações. Evite expectativas exageradas no amor. No trabalho, boas ideias surgirão em clima de colaboração. Comunicações estarão abertas. Circule, cheiro de novidade no ar!

Virgem
23/08 a 22/09

Cuide das finanças e evite compras por impulso. O céu traz oportunidades de ganho e também riscos por distração ou ilusões. No amor, companheirismo e cumplicidade contarão pontos. Espere por aprovações e ótimos resultados numa negociação ou ação na Justiça.

Libra
23/ 09 a 22/10

Com a Lua em seu signo, emoções estarão à flor da pele e pedirão equilíbrio. Jogue a autoestima para cima e conte com reconhecimento no trabalho. No amor, trocas simples e verdadeiras serão mais valiosas do que grandes planos. Caminhada, treino e atividades corporais darão bem-estar.

Escorpião
23/10 a 21/11

Você estará mais sensível e suscetível, tudo poderá parecer maior do que realmente é. No amor, hora de realizar sonhos e apostar no futuro a dois. Troque confidências com o par e planeje mudanças. A intuição será sua grande aliada no trabalho e na escolha de parceiros

Sagitário
22/11 a 21/12

Separe o "joio do trigo" e selecione suas companhias. Viagens curtas criarão um clima mágico e divertido no amor. Descubra outros prazeres e intensifique a vida íntima. Se estiver só, poderá se apaixonar instantaneamente num encontro casual. Resolva os assuntos do coração.

Capricórnio
22/12 a 21/01

Popularidade e projeção no ambiente profissional. Aproveite também para planejar o futuro e ficar de olho em novas oportunidades de trabalho. No amor, o desafio será conciliar assuntos de moradia e de família com os projetos da relação, alongue prazos.

Aquário
21/01 a 19/02

O céu favorecerá novas relações e contatos com pessoas inspiradoras. Conexões com estrangeiros, mestres e autoridades estarão abertas. Com fé, nada será impossível. Embarque em novas experiências, revele seus talentos e assuma maior protagonismo

Peixes
20/02 a 21/03

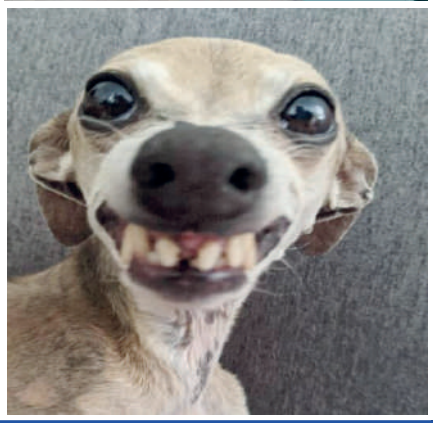
Reflexões importantes sobre o que vale manter e o que já perdeu o sentido. No amor, evite responder no impulso, será um bom momento para desfazer confusões nas contas e investir nos projetos em comum. Negociações de trabalho pedirão calma e análise de detalhes. Coloque os dois pés na realidade e equilibre o orçamento

Humor

Fui pegar o ônibus e um anão sentou do meu lado ,
ai o ônibus parou e o anão escorregou e eu peguei ele e botei de novo no banco
Ai o ônibus parou novamente ele escorregou de novo e eu coloquei ele no banco
Na terceira parada ele começou a me xingar, fui conversar com ele , e ele me fala:
"Caramba , já faz 3 paradas que eu tô tentando descer e você fica me segurando"

Um gaúcho manda seu filho para um intercâmbio em Londres, pra aprimorar os estudos em inglês enquanto trabalha por lá.
Um belo dia o pai liga para o filho, querendo saber como as coisas estão:
-Bah meu guri, como estão as coisas por aí?
-Bah pai, trilegal! Tudo uma maravilha!
-Que bom meu filho! E o seu inglês, como tá?
-Ah, ele tá bem! Tá no banho agora.

FOTOS ENGRAÇADAS:



Poesia

Petramões

(soneto)
Petrarca que me perdoe a quebra
Da rima que se consagra
Na forma arcaica que encera
No som rimado que agarra

Nem tudo soa afinado
O som desafia a rima
Tem tudo meio amarfanhado
Da lida o poeta afirma

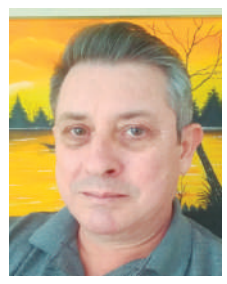
Soneto não se faz ao acaso
É métrica, amor e talento
Inibe o estudo raso

Com força e muito alento
Até o bardo escarneia o atraso
Define o maior contentamento

Cravo branco

(acróstico)
Cores que se decantam
Risos que abrilhantam
Amor que se distribui
Vida que se atribui
Olhar doce que vitamina

Bebe a água amarga da vida
Reage a adoção
Adora com emoção
Nada na vida se compara
Com a alegria que depara
Oh, mãe que me ampara



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

Receitas da vida

Anote os ingredientes:
Família (é aqui que tudo começa)
Amigos (nunca deixe faltar)
Raiva (se existir, que seja pouca)
Paciência (a maior possível)
Lágrimas (enxugue todas)
Sorrisos (os mais variados)
Paz (em grande quantidade)
Perdão (à vontade)
Desafetos (se possivel, nenhum)
Esperança (não perca jamais)
Coração (quanto maior, me--lhor)
Amor (pode abusar)
Carinho (essencial)
Agora, o modo de preparar:
Esqueça os momentos de raiva e desespero passados.
Se precisar, use toda sua paciência.
Enxugue as lágrimas e as substitua por sorrisos.
Junte a paz e o perdão e ofereça a seus desafetos.
Deixe a esperança crescer no seu coração.
Nem sempre os ingredientes da vida são gostosos. Por-tanto, saiba misturar todos os temperos que ela oferece e faça dela um prato de raro sabor.
Bom apetite!!!

Flor de Lis
Suzano

Culinária

Carne-seca Acebolada

Ingredientes
•
.> meia colher (sopa) de óleo
> 1 cebola grande em pétalas
> 1 pimentão vermelho picado
> 400 g de carne--seca dessalgada, cozida e desfiada
> 2 tomates sem sementes, picados
> 1 sachê de Maggi meu segredo, Tomates e Ervas (opcional)
> 1 xícara (chá) de água quente
> 2 colheres (sopa) de cheiro verde picado

Modo de Preparo
• 1.Em uma panela, aqueça o óleo e refogue a cebola e o pimentão. Deixe cozinhar por 5 minutos.
• 2.Acrescente a carne-seca, os tomates, o sache Maggi meu segredo, e a água quente.
• 3.Deixe cozinhar por cerca de 10 minutos ou até que os vegetais estejam macios.
• 4.Polvilhe com cherio verde e sirva

Divirta-se:

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

abater
abocanhar
acebolar
alimentar
amassar
apimentar
assar
beliscar
bicar
ceifar
coalhar
comer
cortar
cozer
cozinhar
devorar
digerir
dourar
estrelar
ferver
fritar

Dicas

>Como desamassar roupas sem ferro: Pendure a peça em um cabide e borrife uma mistura de água com um pouco de amaciante. Depois, passe as mãos levemente para esticar o tecido. O vapor do chuveiro ligado também ajuda a soltar os amassados!
>Como tirar manchas de desodorante da roupa: Misture bicarbonato de sódio com limão até formar uma pastinha. Aplique na região manchada, esfregue suavemente e deixe agir por 10 minutos antes de lavar normalmente.
>Como afastar formigas naturalmente: Coloque cravos-da-índia dentro de saquinhos de pano ou potinhos abertos próximos aos pontos de entrada. O cheiro forte espanta as formigas sem o uso de veneno.
>Como deixar o espelho do banheiro sem embaçar: Passe uma pequena quantidade de sabão em barra seco sobre o espelho e espalhe com um pano seco até desaparecer. Isso cria uma película protetora que evita o embaçamento por vários dias.
>Como limpar escova de cabelo: Deixe de molho em uma mistura de água morna, vinagre e um pouco de shampoo neutro por 15 minutos. Depois, retire os fios com um palito e enxágue bem.

Simpatias

Para atrair dinheiro e prosperidade

Assopre canela de fora para dentro da sua casa, repetindo o seguinte mantra: Quando essa assoprar, a prosperidade e a abundância na minha casa vão permanecer, me trazendo muita alegria e satisfação. Assim seja e assim já é. A canela é um pó mágico ligado ao movimento da riqueza. Além de tudo, ela atrai a energia da proatividade.

Afirmações positivas

Um exercício que dá para fazer todos os dias e que é muito gostoso: fazer afirmações positivas.
Como eu sou merecedor da riqueza e da abundância, o dinheiro flui para mim com graça, leveza e facilidade.
As afirmações positivas ajudam a alinhar a nossa mente com as nossas ações e vibrações. Elas têm o poder de trazer alegria, entusiasmo e ânimo.

Frase de caminhão

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

Social por Edmara Martins Soares

Contabyte celebra 11 anos e anuncia parceria com XP Investimentos e Farol Capital

Foto: Rui Paulino

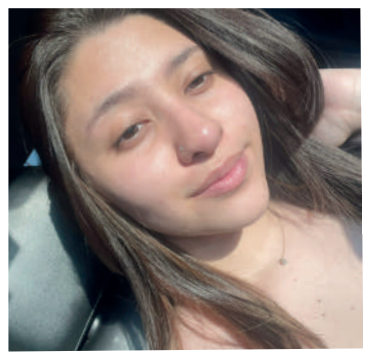
Uma noite de brilho e comemoração no dia 6, reunindo empresários, clientes, parceiros e lideranças da região. Onde a empresa Contabyte celebrou os 11 anos da fundação, em sua sede, Suzano, e anuncia parceria com XP Investimentos e Farol Capital para transformar a relação entre contabilidade e mercado financeiro.
Fundada pelo contador e professor Robinson Guedes, a Contabyte nasceu com o propósito de ir além da contabilidade tradicional.
“Sempre defendemos que contabilidade não é apenas cálculo, é direção. Nosso foco sempre foi o acompanhamento próximo, a exclusividade em cada atendimento e a curadoria estratégica para os nossos clientes. E agora, com essa aliança, vamos entregar inteligência financeira real, com o selo de confiança que construímos ao longo dessa trajetória”, destaca o CEO.
A Contabyte, empresa referência em contabilidade estratégica e inovação empresarial no Alto Tietê, completa 11 anos de trajetória e marca essa data com um anúncio que promete transformar o futuro dos empresários da região: uma parceria inédita com a XP Investimentos e a Farol Capital, que conecta contabilidade à gestão financeira e patrimonial de forma prática,
A novidade fortalece o posicionamento da empresa como uma verdadeira empresa de contabilidade — e não apenas um escritório —, oferecendo aos empresários de Suzano, Mogi das Cruzes e de toda a região do Alto Tietê um ecossistema completo: planejamento tributário, performance financeira e agora também soluções de investimento e proteção patrimonial, em parceria com instituições de renome nacional.
“No Brasil sempre houve uma concentração nos bancos tradicionais, e altos custos aos clientes.
Nosso compromisso é transformar essa realidade, oferecendo opções mais acessíveis e transparentes, colocando o controle de seus investimentos e produtos nas suas mãos, com mais liberdade, facilidade e confiança."
Afirmou Clauber Gomes - CEO da Farol Capital Investimentos, escritório vinculado a XP Investimentos.
A nova fase também prevê a expansão das frentes de atuação da Contabyte, com o olhar voltado para o setor educacional, com o desenvolvimento de programas voltados à capacitação de empresários e contadores em todo o país.
“O que estamos construindo aqui é um novo capítulo para o mercado contábil brasileiro, começando por Suzano. Não vendemos apenas contabilidade. Nós vendemos confiança, e agora ampliamos isso com estratégia financeira de verdade para nossos clientes”, completa Robinson Guedes.

COPIX
INFORMÁTICA
Telefone:
(11) 4748-1116

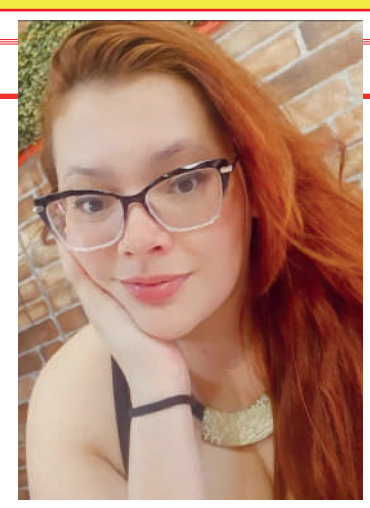
SUPORTE E SERVIÇOS PARA COMPUTADORES

Parabéns para você....

Parabén, Dra. Jaqueline Mendes Ferreira, que no dia 30 completa mais um ano de vida. Que esta nova etapa seja marcada por grandes realizações, aprendizado constante e muita alegria. Que você continue inspirando todos ao seu redor com sua determinação e profissionalismo. Felicidades!



Parabéns a Mariane Kiyomi Omori do Nascimento, que completou seu aniversário no dia 26 de abril. Que essa nova jornada seja repleta de momentos inesquecíveis, muita saúde e realizações que tragam felicidade verdadeira. Que cada dia deste novo ciclo seja um passo firme rumo aos seus sonhos!



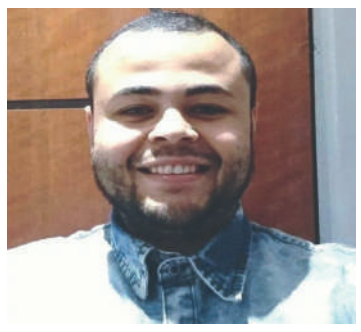
Parabéns, Elimara Martins Soares de Oliveira, que celebrou mais um ano de vida no dia 7, e Maralyz Martins Soares de Oliveira, que completou nova idade no dia 8. Vivam intensamente cada momento, sigam firmes em busca dos seus sonhos e nunca deixem de acreditar nos seus valores. Que a alegria das conquistas as motive e que os desafios as fortaleçam. Que DEUS sempre as abençoe, minhas amadas filhas da mamãe Edmara!

Parabéns Natalia Alves de Oliveira, que completou seu aniversário no dia 10 de maio. Que esse novo ciclo seja repleto de aprendizados, momentos felizes e conquistas que tragam ainda mais brilho à sua trajetória. Que a vida continue sorrindo para você e lhe presenteando com sonhos realizados!

Parabéns Cláudio Fumio Tanaka completou no dia 10 mais um ano de vida. Nesta data especial, desejamos felicidades, saúde e muitos anos de realizações. Que esta nova etapa seja repleta de conquistas e alegrias!

Parabéns, Cristina Moura dos Santos, pelo aniversário celebrado no dia 8. Que a nova etapa venha acompanhada de saúde, paz e grandes conquistas. Muitas felicidades!

Parabéns a Robinson Fernandes Moraes Guedes, que comemorou mais um ano de vida no dia 19. Que esta nova etapa venha repleta de saúde, felicidade e realizações!



Parabéns a Sandro Alex Oliveira Santos, que celebrou mais um aniversário no dia 5. Que este novo ciclo seja repleto de saúde, paz, sucesso e momentos inesquecíveis.

Parabéns, Cida Mora, que completa mais um ano de vida no dia 27. Que seu dia seja especial e que este novo ciclo venha repleto de saúde, amor, sucesso e muitas alegrias. Felicidades sempre!

Parabéns Marcina Tiemi Masuda, que completou seu aniversário no dia 2 de maio. Que este novo ciclo seja repleto de sabedoria, serenidade e inspiração. Que os dias à frente tragam ainda mais realizações e momentos de profunda alegria!

Parabéns a Marisa Schiavi da Silva Comitre, que completou seu aniversário no dia 15 de maio.Que essa nova jornada seja repleta de momentos inesquecíveis, muita saúde e realizações que tragam felicidade verdadeira. Que cada dia desse novo ciclo seja um passo firme rumo aos seus sonhos!

Parabéns Vanessa Padovani Santos, que completou seu aniversário no dia 22 de maio. Desejamos um novo ciclo iluminado por boas energias, repleto de momentos felizes e realizações significativas. Que seus dias sejam sempre guiados por amor, paz e esperança!

Instituto Cegonha promove mutirão da saúde com atendimento gratuito e sorteios

No dia 17, o Instituto Cegonha realizou um importante mutirão da saúde com a participação de diversos médicos especialistas. A ação aconteceu das 9h às 15h, na sede da instituição, localizada na rua Albert Fink, 212, no Parque Maria Helena, em Suzano.
O evento teve como objetivo principal incentivar a população a cuidar da saúde física, corporal e mental. Além dos atendimentos gratuitos com profissionais da área da saúde, os participantes também concorreram a sorteios de cestas básicas, em mais uma iniciativa solidária e de acolhimento da comunidade.
A ação foi totalmente gratuita e aberta ao público, reforçando o compromisso do Instituto Cegonha com o bem-estar social.
Parabéns à presidente social do Instituto Cegonha, Sônia Cristina Mota Torquato, e a todos os envolvidos neste belo projeto que beneficia diretamente a população suzanense.

Em Destaque...

Bebês reborn: Entenda o que são e por que chamam atenção

Mylla, de 21 anos, é criadora de conteúdo reborn; na foto, ela aparece segurando sua boneca Eloá • Mylla Reborn/Arquivo Pessoal
A jovem adolescente Y.B., de Janaúba, no interior de Minas Gerais, se apaixonou pela arte reborn – bonecas feitas à mão para se parecerem com bebês reais, sendo conhecidas pelos seus detalhes hiper-realistas, incluindo pele macia, cabelos colocados fio a fio e olhos de vidro – em 2020, mas foi neste ano que viu sua vida ganhar outra proporção.Em abril, ela publicou um vídeo em seu perfil no TikTok levando Bento, seu bebê reborn, ao hospital após "notar que ele não se sentia bem No conteúdo viral, Y.B. atua afirmando que decidiu levar Bento ao hospital às pressas ao perceber que ele estava mal. Chegando ao local, ela relata que a médica o examinou, medindo sua temperatura e aplicando remédios. Em determinado momento, ela relata que "tirou o leite" em casa para dar a ele no hospital.
O vídeo recebeu comentários não apenas de pessoas que seguem Y.B. por gostar de seu conteúdo, mas também de quem não simpatiza com as bonecas hiper-realistas: "isso é normal?", "vai se tratar, louca" e "caso de psiquiatra" são alguns dos comentários na publicação. No entanto, ao contrário do que a maioria dos usuários que viram o vídeo e chamaram Y.B. de louca acreditam, ela não levou, realmente, seu bebê reborn ao hospital, e nem acreditava que ele estava, de fato, com algum problema de saúde. Tudo não passava de ficção. Inclusive, a jovem chegou a usar inteligência artificial (IA) para fazer o seu boneco, que foi produzido com os olhinhos fechados, abrir o olho e piscar.
Em seu perfil no TikTok, deixa bem claro desde o início: seu conteúdo é infantil e totalmente fictício. O vídeo levando Bento ao hospital foi gravado, segundo ela, em um dia de visita a uma amiga que tinha acabado de dar à luz e que estava internada na maternidade. Y.B. aproveitou a ocasião para criar o que chamam de "role play", que na tradução ao português significa "interpretação de papéis" – como em uma peça de teatro.
No entanto, o universo reborn não se limita apenas à criação de conteúdo e aos "role plays", como de Y.B. Na comunidade, formada tanto por artistas que produzem os bonecos, tanto pelas colecionadoras, tudo é considerado uma arte
De acordo com a psicóloga clínica Larissa Fonseca, atividades lúdicas, como brincar de boneca, ativam áreas do cérebro relacionadas à criatividade, ao relaxamento e ao prazer. "A vida adulta pode ter pausas lúdicas, desde que ela não se torne uma fuga da realidade",
Bebês reborn: o que é arte reborn e por que tem chamado tanta atenção recentemente?
Apesar de ter ganhado notoriedade nas últimas semanas, a arte e o universo reborn não são uma novidade.No entanto, o assunto tem ganhado força e popularidade na internet nos últimos meses após algumas influenciadoras viralizarem com conteúdos feitos com suas coleções de bebês reborn.
Como os bebês reborn são feitos?
As artesãs que criam os bonecos reborn são chamadas de "cegonhas", por se referir a quem traz ao mundo os bebês hiper-realistas. Algumas trabalham sob demanda, atendendo encomendas de crianças e a de adultos
Para produzir um bebê reborn, são necessárias algumas etapas: a primeira, é o kit, que pode ser de vinil ou silicone, com as áreas separadas do boneco: pernas, braços, cabeça, corpo, entre outras. "Eu começo com a preparação, que inclui limpeza, neutralização e, de acordo com o pedido do cliente, a definição do sexo, tom de pele e se será um bebê recém-nascido ou maior", A partir disso, a artesã começa a trabalhar nas camadas da pele do bebê. Para dar mais realismo, utiliza esponjas e aplica técnicas de sombreamento, texturas com diferentes tintas e pinturas de forma realista com os detalhes que existem em um bebê real: manchas, veias, vincos e unhas, por exemplo. Tudo é feito conforme o pedido do cliente.
Mylla, de 21 anos, assim como Y.B., também é uma colecionadora de bebês reborn e produz conteúdos infantis e fictícios para as redes sociais O conteúdo criado por Mylla é voltado, principalmente, para crianças e para colecionadoras de bonecos reborn. Porém, desde que o assunto ganhou força na internet, tem atraído comentários e críticas negativas de pessoas que não compreendem que tudo não passa de ficção.
Brincar na vida adulta é realmente um problema?
Para a psicanalista Fabiana Guntovitch, a sociedade não aprecia o ato de brincar na vida adulta, especialmente quando isso é voltado para o feminino. "Homens jogarem videogame, muitas vezes, é considerado normal. Mas, para o feminino, existe uma resistência".
"Brincar na vida adulta é saudável e terapêutico, como colorir, desenhar, montar quebra-cabeça, jogar videogame e, inclusive, brincar com bonecas", completa.
Além disso, a especialista acredita que possa existir uma questão relacionada aos papéis de gênero definidos socialmente.
Para Fonseca, mesmo não se tratando de uma novidade, esse espanto também pode ser explicado por estar relacionado a um papel emocional, afetivo e, muitas vezes, desafiador da vida real: a maternidade. Segundo a psicóloga, o desconforto da sociedade ao ver essa relação mãe-boneca está associado a uma posição de estranhamento social vindo de alguém que vive o afeto com um bebê real, como na maternidade, ao observar outra pessoa imitando esse afeto explicitamente com algo que não está vivo.
Quando pode se tornar um problema?
"Qualquer diagnóstico nós observamos a partir do comprometimento da rotina da pessoa: ela está deixando de trabalhar? Ela está vivendo em função daquele objeto? Ela está sofrendo excessivamente com esse sintoma? Qual é o comprometimento na vida dela?", explica Fonseca.
Guntovitch acrescenta, ainda, que é importante analisar todo o contexto e a dinâmica que a mulher possui com o bebê reborn. "É preciso olhar para a subjetividade do mesmo ato, do porquê e como a pessoa está vivendo o hobby e os significados que dá para isso. Esses fatores vão indicar se a pessoa está bem ou não", afirma.
"Bebê reborn é o resgate a brincadeiras de infância"
Myla concorda e reforça: "Não é real, é encenação, é tudo fictício".
Além da renda extra que pode proporcionar às pessoas que produzem conteúdo relacionado ao mundo reborn, as integrantes da comunidade também reconhecem o impacto positivo que isso pode ter na saúde mental das pessoas, incluindo também como um momento de lazer.
Fonseca concorda que atividades lúdicas podem ser usadas como uma ferramenta terapêutica, desde que com cautela.

Seus Direitos!

É POSSIVEL RECEBER PENSÃO POR MORTE E APOSENTADORIA?

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

Essa é uma dúvida frequente, ainda tem muita gente que não sabe, que é possível receber a Pensão por Morte e a Aposentadoria, e com isso acaba perdendo uma ótima possibilidade de ter uma renda maior.
Não há nenhum impedimento legal em acumular esses dois benefícios, isso porque as contribuições para que fossem instituídos, vieram de duas fontes diferentes, a Pensão por Morte, é benefício, que o segurado do INSS que vier a falecer deixa para seus dependentes, já aposentadoria é benefício alcançado pelo segurado que completa todos os requisitos da lei.
Existem, no entanto, algumas particularidades, a partir da última reforma da previdência, um dos benefícios será pago com uma redução, ou seja, em percentual menor, exceto os que tiverem por base o salário-mínimo, quando ambos terão o mesmo valor. Mesmo havendo redução, nenhum dos benefícios será inferior ao salário-mínimo.
Essa redução percentual, considera o valor do benefício, e a redução acontece por faixa, é uma conta um tanto complexa, para que se chegue ao valor final.
Quando for realizar a opção do benefício que será reduzido, é preciso muita atenção, porque nem sempre a melhor opção é reduzir o de menor valor, isso porque, no caso da Pensão por Morte, existem peculiaridades, que precisam ser consideradas, já que a depender do tempo de união do casal, e, da idade do beneficiário, o benefício por ser extinto.
Outro aspecto fundamental que precisa ser considerado, é que aquele que deixa a Pensão por Morte, NECESSARIAMENTE PRECISA TER A QUALIDADE DE SEGURADO NO MOMENTO DO FALECIMENTO, isto é, precisa estar recolhendo INSS a pelo menos 12 meses, ou, não estar há mais de 12 meses sem recolhimento, para os que já recolheram por 10 anos, e, 24 meses para os que já tem 20 anos de recolhimento ao INSS.
O BCP/LOAS, (Benefício de Prestação Contínua) que é um benefício assistencial, não pode ser cumulado com nenhum outro benefício, nem Pensão por Morte, nem Aposentadoria. A partir do momento que o beneficiário passa a receber qualquer outro benefício o LOAS será cancelado. Como demonstrado existem muitas peculiaridades, que necessariamente devem ser analisadas para que se evite uma escolha ruim, assim, consulte um advogado especializado.

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

Na dúvida, mude de assunto

André Luiz Costa de Melo
Escrivão de Polícia- DP de Poá- SP

A afinidade era fator notório entre os irmãos. A cumplicidade, o respeito, a conivência, a confiança. Representavam o liame da amizade tão despretensiosa e autêntica. Assemelhavam-se em muitas ideias. Conversavam, compartilhavam experiências, debatiam conceitos e sempre se respeitavam. Os segredos das confidências eram blindados.
Complacência foi mitigada ante fatores que até antes desconheciam: convicções políticas/ideológicas. Face à repercussão no mundo político, disseminado na mídia, passaram os consanguíneos a se conhecerem em campo até então desconhecido. As discordâncias de opiniões fulminou em metamorfose às avessas. A graciosa borboleta, com toda sua graça e formosura, reduziu-se à lagarta. Houve um retrocesso da amizade. O respeito cedeu espaço às agressões verbais, à fúria desenfreada, às ofensas nunca antes vivenciadas. O jardim reduziu-se a pântano. Injúrias que feriam, entristeciam. A cumplicidade, a confiança, o respeito deixaram se exauriram. Tudo por causa de "desconhecidos" que sequer conhece o casal de irmãos.
A política continuará do mesmo jeito. Ora este, ora aquele, ora outro e assim por diante. Mas os irmãos, em defesa deste ou daquele (desconhecido), alimentaram mágoas, desrespeito. Será que as brigas vão resolver os problemas políticos? Será que os debates calorosos vão convencer um ao outro de que estão certos (ou errados)? Claro que não...
Cada ser é universo em miniatura. Repleto de pensamentos e ideias. Podem se assemelhar, mas nunca ser idênticos. São como as papilas digitais. Podem existir semelhanças, mas nunca idênticos.
As opiniões antagônicas não podem obter um valor maior do que o respeito, afeto.
Devemos entender que há diferenças entre as pessoas, o que geram as discordâncias e estas não podem gerar inimigos, afinal, por trás de uma dissonância de ideia, há outras dezenas de concordâncias. Há mais motivos para amizades do que inimizades.
Debates sobre questões políticas são importantes , mas quando a conversa é saudável. Saber falar e principalmente saber ouvir. Mas quando o diálogo é impossível, melhor mudar de assunto. O debate não vai alterar a política, mas pode alterar para sempre uma bela amizade. Pensemos nisso