



# Lógica

Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

Ano XXV- Edição Nº 297 de Março de 2026  
-E-mail: [jornallogica@hotmail.com](mailto:jornallogica@hotmail.com)

Distribuição Mensal Gratuita  
[www.jornallogica.com.br](http://www.jornallogica.com.br)

Diretora, Jornalista Responsável e Idealizadora:  
Edmara Martins Soares

## BRASIL PODE TER ÔNIBUS DE GRAÇA PARA TODOS

**SUZANO:** Avança em ranking de saneamento básico e figura entre as 30 melhores do país

**Itaquá:** Conquista prêmio de Excelência Educacional no Alfabetiza Juntos SP

**GUARAREMA:** Rede Municipal de Ensino recebe Selo Ouro do Compromisso Nacional com a Alfabetização

**ARUJÁ:** É premiada no Prêmio Excelência Educacional por desempenho em alfabetização

**FERRAZ:** Recebe a premiação Selo Ouro pela segunda vez consecutiva em Brasília

**BIRITIBA MIRIM:** Secretaria da Mulher e de Assistência Social marcam presença Na "Caravana Federativa" do Governo do Estado de SP

**SANTA ISABEL:** Recebe novo veículo para reforçar transporte sanitário

**RIBEIRÃO PIRES:** Região do Grande ABC debate cannabis medicinal pela primeira vez na Expo ABC na cidade

**POÁ:** Ação solidária arrecada centenas de mechas de cabelo e lenços

**SÃO PAULO:** Saiba quando procurar uma Unidade de Pronto Atendimento na rede municipal

**SAÚDE:** Ultraprocessados podem prejudicar a visão das crianças

**SEXO:** Fugiu do encontro? Veja as desculpas mais absurdas que estão viralizando

**CASO BIZARRO:** Homem sente prazer ao comer insetos vivos todos os dias

# Itaquá: Conquista prêmio de Excelência Educacional no Alfabetiza Juntos SP

Itaquaquecetuba está entre as cidades paulistas que terão escolas premiadas no Índice de Excelência Educacional, reconhecimento concedido pelo programa Alfabetiza Juntos SP. O município é destaque na iniciativa estadual voltada ao fortalecimento da alfabetização nos primeiros anos da educação básica. "A educação é uma das prioridades da nossa gestão. Ver Itaquá novamente entre os municípios reconhecidos pelo avanço na alfabetização é motivo de orgulho e mostra que estamos construindo um futuro

melhor para nossas crianças", declarou o prefeito Eduardo Boigues. A premiação oficial ocorrerá na próxima terça-feira (17) no Memorial da América Latina em um evento estadual que reunirá prefeitos, secretários municipais de Educação e autoridades. A confirmação foi encaminhada ao município pela Diretoria de Cooperação com os Municípios da Secretaria Estadual da Educação. A relação divulgada pelo Governo do Estado apresenta apenas os municípios que terão escolas contempladas, sem detalhar

ainda quais unidades de ensino receberão o reconhecimento. Os nomes das escolas premiadas serão anunciados durante a cerimônia oficial, quando os representantes das cidades premiadas receberão o troféu das mãos do governador Tarcísio de Freitas, celebrando os resultados alcançados na alfabetização e na qualidade do ensino. "A expectativa da rede municipal é grande para o resultado final. No ano passado, tivemos unidades de ensino fundamental que foram premiadas pelo avanço no desempenho de

leitura e escrita dos estudantes dos 2º anos. Toda comunidade escolar tem se dedicado para garantir que os estudantes avancem na leitura e na escrita", afirmou a secretária de Educação, Maria Cristina Perpetuo. "Receber esse reconhecimento pelo terceiro ano consecutivo mostra que Itaquá está investindo em educação de qualidade e fortalecendo as ações que impactam diretamente o aprendizado das crianças", destacou o secretário de Governo, Marcelo Barbosa. O Alfabetiza Juntos SP é uma



iniciativa do Governo do Estado de São Paulo que incentiva e acompanha o desempenho das redes municipais de ensino com foco na alfabetização dos

estudantes nos primeiros anos da educação básica, promovendo cooperação entre estado e municípios para elevar a qualidade da educação pública.

## Guararema: Rede Municipal de Ensino recebe Selo Ouro do Compromisso Nacional com a Alfabetização



Cerimônia realizada na segunda-feira (23) pelo Ministério da Educação em Brasília reconheceu desempenho da Educação

da cidade. A Rede Municipal de Ensino de Guararema foi premiada com o Selo Ouro durante cerimônia da 2ª edição do Selo Nacional Compromisso com a Alfabetização, reali-

zada nesta segunda-feira (23) pelo Ministério da Educação (MEC), em Brasília. O evento foi acompanhado por representantes da cidade e autoridades educacionais de todo o país. Assim como na edição anterior, a Prefeitura de Guararema alcançou a classificação mais alta do programa. O Selo Nacional Compromisso com a Alfabetização integra o Compromisso Nacional Criança Alfabetizada (CNCA), iniciativa do MEC. O programa tem como objetivo assegurar que todas as crianças brasileiras estejam alfabetizadas ao final do 2º ano do Ensino Fundamental, além de promover a recomposição das aprendizagens nos anos seguintes.

A premiação evidencia o compromisso das gestões municipais com o investimento contínuo em políticas educacionais, aquisição de materiais didáticos, formação de professores e gestores, acompanhamento pedagógico e implementação de estratégias eficazes para a melhoria da aprendizagem, assegurando o direito de todas as crianças ao pleno desenvolvimento de suas habilidades de leitura e escrita. Com a conquista, Guararema é reconhecida ao lado de outras redes de ensino do país que se destacam não apenas pelos

resultados alcançados, mas sobretudo pelo conjunto de ações estruturadas voltadas à garantia da alfabetização na idade adequada. No evento, a Prefeitura de Guararema esteve representada pelo vice-prefeito Odvane Rodrigues da Silva, pela supervisora Gilcilene Franco Ceragioli Rodrigues e pela assessora Vivian Regina Teixeira Alves Veiga, da Secretaria Municipal de Educação.

Alfabetiza Juntos SP Além da conquista do Selo Ouro do Compromisso Nacional com a Alfabetização, Guararema foi destaque na semana anterior na premiação do Programa Alfabetiza Juntos SP, promovida pela Secretaria da Educação do Estado de São Paulo, recebendo das mãos do governador Tarcísio de Freitas e do secretário estadual da Educação, Renato Feder, o Prêmio Excelência Educacional, reconhecimento concedido às redes municipais que se destacaram no Índice de Excelência Educacional. Em Guararema, das 11 escolas de Ensino Fundamental, 10 atingiram a meta.

## São Paulo: Saiba quando procurar uma Unidade de Pronto Atendimento na rede municipal

Capital conta com 34 UPAS que funcionam 24h por dia, durante sete dias por semana, e realizam vários procedimentos de urgência e emergência. As Unidades de Pronto Atendimento (UPAs) são equipamentos de saúde pré-hospitalares que funcionam 24h por dia, durante sete dias por semana, e têm a capacidade de realizar praticamente quase todos os procedimentos de urgência e

emergência. Ao chegar ao serviço os médicos prestam socorro, controlam o problema e detalham o diagnóstico, avaliando se é necessário encaminhar o paciente a um hospital ou mantê-lo em observação. As UPAs atuam como um elo intermediário entre as Unidades Básicas de Saúde (UBS), que são a porta de entrada para casos menos graves; e o Pronto-Socorro hospitalar, voltado a atendimentos

de alta complexidade e casos com risco de morte. Elas proporcionam soluções imediatas para problemas de saúde que exigem atenção rápida, mas que não configuram uma emergência com risco iminente de vida, ou que necessitem de acionamento do Samu. **Deve-se procurar uma UPA se apresentar sintomas como:** vômitos

febre acima de 39°C diarreia e dores agudas sangramento cortes profundos fraturas e luxações cólicas renais falta de ar intensa crises convulsivas infarto AVC dores fortes no peito. Após o atendimento na UPA, o

fluxo pode incluir: Acompanhamento com especialista: se o médico da UPA identificar a necessidade de acompanhamento com um especialista, o agendamento será feito em até 30 dias pelo Siga Saúde para uma Assistência Médica Ambulatorial (AMA), Ambulatório Médico de Especialidades (AME) ou AME/Especialidades mais próxima.

Caso cirúrgico: Em situações que demandem uma cirurgia emergencial ou urgente, o paciente será encaminhado para um dos hospitais da rede, com a definição da unidade baseada na complexidade do caso. A capital conta hoje com 34 UPAs. Para consultar a localização dos serviços acesse a plataforma Busca Saúde e clique em > Urgência e emergência > UPA.

**14 UNIDADES DE SAÚDE ENTREGUES**

**AGILIZA SUS MAIS DE 100 MIL ATENDIMENTOS**

**MAIS ESPECIALIDADES E HORÁRIO ESTENDIDO**

## UMA NOVA ITAQUÁ EM CONSTRUÇÃO, POR VOCÊ E COM VOCÊ.

A saúde avançou com novas unidades e com o **Agiliza SUS**, que já superou **100 mil atendimentos**, garantindo mais rapidez e acesso à população.



Saiba mais em:  
[itaquaquecetuba.sp.gov.br](http://itaquaquecetuba.sp.gov.br)

prefitaqua Prefeitura de Itaquaquecetuba



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

# Suzano: Avança em ranking de saneamento básico e figura entre as 30 melhores do país

O levantamento do Instituto Trata Brasil reforça que Suzano vive um momento consistente de evolução no saneamento básico, mantendo a liderança no Alto Tietê e alcançando a 28ª posição no ranking nacional, entre os 100 municípios mais populosos do País.

Além de subir sete posições, o município se destaca por apresentar índices próximos da universalização no abastecimento de água (99,40%) e avançados na coleta de esgoto (94,37%), números considerados acima da média nacional. Outro dado relevante é o Índice de Perdas na Distribuição (1,27%), o melhor do ranking, indican-

do alta eficiência no sistema e menor desperdício de água tratada. Esse desempenho é resultado de uma estratégia contínua de investimentos em infraestrutura, modernização das redes e uso de tecnologia para monitoramento e controle de perdas. A parceria com a Sabesp tem sido fundamental, permitindo a ampliação do acesso à água potável em bairros que antes enfrentavam dificuldades. Entre as ações recentes, estão as novas ligações de água em regiões como Chácara São Judas Tadeu e Chácara Nossa Senhora Aparecida II e III, beneficiando diretamente cerca de 1,2 mil moradores do distrito de Palmeiras.

Essas intervenções fazem parte de um plano maior de expansão do serviço em áreas mais afastadas. Na área de esgoto, o avanço também é significativo. Em 2025, foi oficializado um novo plano de investimentos que prevê cerca de R\$ 598 milhões até 2029, com o objetivo de universalizar a coleta e o tratamento no município uma meta alinhada ao novo marco legal do saneamento no Brasil, que estabelece a universalização até 2033. O prefeito Pedro Ishi destacou que os resultados refletem o trabalho conjunto entre a administração municipal e a Sabesp, com foco em soluções estruturais e de longo prazo. Segundo



ele, o objetivo agora é manter o ritmo de crescimento e melhorar ainda mais os indicadores. Mais do que uma boa posição no ranking, o avanço no saneamento

impacta diretamente a qualidade de vida da população, reduzindo riscos de doenças, melhorando as condições ambientais e contribuindo para o desenvolvimento urbano sustentável da cidade.

## Prefeito confirma reajuste de 5% aos servidores a partir do próximo pagamento

A Prefeitura de Suzano concederá um reajuste de 5% aos servidores municipais a partir do pagamento de 31 de março. A decisão foi confirmada pelo prefeito Pedro Ishi após reunião com o sindicato no Paço Municipal. O aumento também será aplicado ao

vale-refeição, que passa de R\$ 493,78 para R\$ 518,47, e à cesta básica, de R\$ 294,17 para R\$ 308,88. A medida contempla servidores da Prefeitura e da Câmara de Suzano, com a participação de representantes do Legislativo e do sindicato nas negociações.

A revisão anual considera o IPCA acumulado de 3,81% nos últimos 12 meses, garantindo um ganho real de 1,19% acima da inflação. O reajuste abrange salários, aposentadorias e pensões, beneficiando cerca de 5,5 mil servidores da Prefeitura e 176 da

Câmara. O impacto financeiro estimado é de R\$ 22,5 milhões em 2026, com viabilidade confirmada por estudo orçamentário. O projeto de lei será encaminhado à Câmara Municipal. O sindicato destacou que, apesar da

defasagem salarial, houve acordo diante do cenário econômico, priorizando a segurança no pagamento em dia. Já o prefeito ressaltou que o reajuste garante valorização dos servidores com responsabilidade fiscal e equilibradas contas públicas.

# ARUJÁ: É premiada no Prêmio Excelência Educacional por desempenho em alfabetização

A Secretaria Municipal de Educação de Arujá foi reconhecida na cerimônia do Prêmio Excelência Educacional, promovido pelo Governo do Estado de São Paulo, no Memorial da América Latina, na capital paulista, por avanços nos indicadores de alfabetização. Duas escolas da rede municipal foram premiadas: EM Profª Júlia Mitie Mine e EM Professor Amadeu de Angelis, que se destacaram pelos resultados obtidos no programa Alfabetiza Juntos SP.

O prêmio considera metas de alfabetização na idade certa e o desempenho dos estudantes nos primeiros anos do ensino fundamental. As unidades reconhecidas apresentaram índices consistentes e alinhados às diretrizes educacionais. O reconhecimento reforça a adoção de práticas pedagógicas baseadas na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e o envolvimento de professores, gestores e da comunidade escolar no processo de aprendizagem.

O vice-prefeito Rodolfo Ribeiro Machado destacou que o resultado é fruto do trabalho coletivo de professores, gestores e alunos, enquanto o secretário de Educação Aldo Botana afirmou que a premiação confirma que o investimento em políticas públicas educacionais e na valorização do ensino desde os primeiros anos é fundamental para o desenvolvimento das crianças e para o futuro de Arujá.



## Com a estrutura completa, obras do Hospital Geral de Arujá seguem para nova fase

O sonho do Hospital Municipal de Arujá segue avançando e se tornando realidade. Nesta semana, a obra atingiu uma etapa fundamental com a concretagem da última laje, concluindo toda a estrutura principal do

edifício, o que permite o avanço para as próximas fases. Com isso, terão início os trabalhos de fechamentos em alvenaria, instalação de sistemas de ar-condicionado, esquadrias e redes hidráulica, elétrica e de gases hospita-

lares, seguidos pelos acabamentos e revestimentos. O hospital foi projetado para transformar o atendimento de saúde na cidade, com cinco pavimentos, 10.673 m² de área construída e capacidade para 100 leitos. A unidade

contará com pronto-socorro, diagnóstico por imagem, centro cirúrgico, UTI e diversas especialidades médicas. A Prefeitura de Arujá reforça o compromisso de concluir a obra e tornar o hospital uma realidade para a população.

# Poá: Ação solidária arrecada centenas de mechas de cabelo e lenços

Um gesto coletivo de solidariedade marcou a ação de doação de cabelos realizada pela Secretaria da Mulher de Poá, que arrecadou, em um único dia, centenas de mechas e lenços para apoiar mulheres em tratamento contra o câncer. Além do atendimento no local, muitas pessoas já levaram os cabelos cortados, que serão utilizados na fabricação de perucas. A iniciativa contou com apoio voluntário de profissionais da beleza, como Alan de

Lima, Vilma Silva, Neth Fashion Hair e Quezia Tavares. Também foi lançada a campanha "Doe Lenços - Junte-se à luta contra o câncer", que teve grande adesão já no primeiro dia. A secretária Laudjane Ferreira destacou o engajamento da população, enquanto o prefeito Saulo Souza reforçou a importância da solidariedade e do apoio às mulheres em momentos delicados. A ação integra iniciativas de apoio a

pacientes oncológicas e se conecta ao Banco de Perucas da ONG Cabelegria, retomado no município em 2025, com o objetivo de fortalecer a autoestima das mulheres. A campanha "Doe Lenços" continua recebendo doações de lenços novos ou usados em bom estado nos CRAS Vila Jaú, São José, Calmon Viana e Kemel, na Câmara Municipal de Poá e na



Secretaria da Mulher, das 9h às 17h. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone (11) 4639-2044.

## Poá celebra 77 anos com shows musicais, desfile cívico, inaugurações, bolo e corrida de rua

O Poá Fest 2026 será realizado de 26 a 29 de março, na Praça de Eventos Lucília Gomes Felipe, em comemoração aos 77 anos de Poá, com atrações nacionais para todas as idades, incluindo shows de Ana Castela, Menos é Mais e Ministério Morada,

além de programação infantil com a Patrulha Canina. No dia 26, aniversário da cidade, haverá show do Morada com doação de macarrão; no dia 27, Menos é Mais com doação de 1 kg de arroz; no dia 28, Ana Castela com doação de feijão;

e no dia 29, programação gratuita para crianças, sem doação. Os ingressos devem ser retirados no site, com apresentação do ingresso digital e do alimento. Os portões abrem às 18h (quinta a sábado) e às 10h no domingo. O evento

é solidário, com doações destinadas ao Fundo Social e entidades assistenciais, e contará com estrutura de inclusão e acessibilidade. O prefeito Saulo Souza destacou que o festival une celebração, cultura e solidariedade.

## EDITORIAL

### Ter cargo não significa ser melhor que os outros

Nos últimos dias, ficou evidente uma situação que infelizmente se repete em muitos ambientes: pessoas que ocupam cargos ou posições de responsabilidade e, em vez de trabalhar de forma coletiva, parecem mais preocupadas em demonstrar poder ou superioridade sobre os outros. Essa postura, muitas vezes, nasce da necessidade de "mostrar serviço", de provar que são mais

eficientes ou mais importantes do que quem está ao redor. O problema é que, quando alguém age assim, o foco deixa de ser o trabalho em si e passa a ser a disputa por reconhecimento. Em vez de somar esforços, cria-se um clima de competição desnecessária, onde o objetivo parece ser se destacar a qualquer custo. Nessa lógica, atitudes simples acabam sendo

transformadas em demonstrações de autoridade, e decisões que poderiam ser tomadas com diálogo passam a ser usadas como forma de reafirmar hierarquias. Essa necessidade constante de provar valor pode gerar desgaste nas relações e prejudicar o ambiente coletivo. Afinal, liderança de verdade não se mede pela quantidade de ordens dadas ou pela tentativa de parecer superior, mas pela capacidade de ouvir, orientar e construir junto. Nos momentos recentes que vivenciamos, ficou claro que cargos não deveriam ser usados como instrumentos de vaidade

ou disputa. Eles existem para servir a um propósito maior: organizar, orientar e fortalecer o trabalho em equipe. Quando isso se perde, o que resta é apenas a aparência de autoridade, sem a essência da liderança. No fim das contas, respeito e reconhecimento não se impõem pela posição que alguém ocupa, mas são conquistados pela forma como se age, pela humildade em aprender e pela disposição em caminhar ao lado dos outros e não acima deles. Que DEUS abençoe a todos!

Edmara Martins Soares

**Expediente**

**Lógica**

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](mailto:jornallogica@hotmail.com)  
 Edmara Martins Soares  
 MTB 38.730 DRT/SP  
 Diretora, Proprietária,  
 Jornalista Responsável e Idealizadora

**Colaboradores:**

Maria do Socorro O.G. Malafaia, Isadora Barbosa Pontes da Silva, Andrieneia Gomes, Layza Martins Soares de Oliveira Saylor - Hamaly Martins Soares de Oliveira, Dr. Epaminondas Nogueira, Major Fábio Ap. Doll de Moraes, André Luiz de Mello, Marcos Flávio da Silva, Rui Paulino do Nascimento, Anderson Santiago

**Cidades abrangentes:**

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

**Público Alvo:**

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

**Impressão:**

Gráfica: Editora Pana Ltda  
 Cambuci - SP

**Distribuição Gratuita**

**Circulação**

Tiragem : 20.000 exemplares  
 Periodicidade : Mensal

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

**Anuncie:**  
(11) 98314-0177

**En Epaminondas Nogueira Advogados há 60 anos**

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

Atendemos toda a Capital de São Paulo  
[www.epaminondas.com.br](http://www.epaminondas.com.br)

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

**São Paulo**  
 (11) 3392-3329

**São José dos Campos**  
 (11) 3302-6023

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

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

**Jorge Antun**

Cível-Criminal-Trabalho e Previdenciário  
 Tel.: 4748-2882  
 e-mail: [antun@aasp.org.br](mailto:antun@aasp.org.br)  
 R. Dr. Portugal Freixo, 358 - casa - Centro-Suzano

# RIBEIRÃO PIRES: Região do Grande ABC debate cannabis medicinal pela primeira vez na Expo ABC na cidade

Ribeirão Pires sediará, em 28 de março, no Parque Oriental, a 1ª ExpoABC – Acesso, Bem-Estar e Cannabis, evento promovido pela Associação Flor da Vida com apoio da Prefeitura e da Agência de Desenvolvimento Econômico do Grande ABC. A iniciativa reunirá especialistas, autoridades e a sociedade para debater o uso medicinal da cannabis, seus impactos na saúde pública e o potencial de desenvolvimento regional. Entre os destaques estão os deputados Eduardo Suplicy e Caio França, além de pesquisadores, profissionais da saúde e representantes de entidades ligadas ao

tema. A programação será organizada em três eixos principais: experiências de acesso no ABC, avanços científicos e terapêuticos, e legislação e políticas públicas, com rodas de conversa, exposições e atividades culturais ao longo do dia. A abertura oficial, às 13h, apresentará os avanços da 1ª Clínica Pública de Cannabis do Brasil, com participação do prefeito Guto Volpi, Enor Machado (Associação Flor da Vida), o médico Laerte Rodrigues Junior e Clovis Volpi, responsável pela sanção da Lei Municipal nº 6.737/22. Em seguida, às 13h30, ocorre o debate sobre experiências regionais e

ampliação do acesso; às 14h30, a mesa sobre avanços científicos, uso terapêutico e pesquisa; e, às 15h30, o debate sobre legislação, desafios e construção de políticas públicas, com participação de especialistas de instituições como UNIFESP, UNESP, EMBRAPA e CRQ-IV/SP. O evento é voltado a pacientes, familiares, profissionais da saúde, pesquisadores, gestores públicos, associações e empreendedores, buscando ampliar o conhecimento e fortalecer políticas públicas mais acessíveis e responsáveis. A entrada será solidária, mediante doação de 1 kg de alimento não perecível ou ração para pets. A

programação acontece das 10h às 20h, no Parque Oriental, na região da Estância Noblesse. A ExpoABC também marca o aniversário da primeira Clínica Pública de Cannabis Medicinal do Brasil, implantada no município em parceria com a Associação Flor da Vida. Em um ano, a clínica já distribuiu mais de 1.800 frascos de medicamentos à base de canabidiol para cerca de 240 famílias em situação de vulnerabilidade, com prescrição médica, atendendo pacientes com condições como Transtorno do Espectro Autista (TEA), Alzheimer, Parkinson, epilepsia e fibromialgia.



O pioneirismo de Ribeirão Pires teve início em 2022, com a criação da Lei Municipal nº 6.737/22, tornando a cidade a primeira do Estado de São Paulo a regulamentar o uso medicinal

do canabidiol e, em 2025, a primeira do país a implantar uma clínica pública especializada, consolidando-se como referência nacional em políticas públicas inovadoras na área da saúde.

# FERRAZ: recebe a premiação Selo Outro pela segunda vez consecutiva em Brasília

A Secretaria de Educação de Ferraz de Vasconcelos recebeu na segunda-feira (23) a condecoração da 2.ª Edição do Selo Nacional Compromisso com a Alfabetização na Esplanada dos Ministérios, em Brasília. Ferraz de Vasconcelos se destacou e, pela segunda vez consecutiva, levou o Selo Ouro. O prêmio é uma iniciativa do Ministério da Educação (MEC) que avalia as redes municipais de ensino que se destacaram em manter estratégias eficazes para garantir que todas as crianças sejam alfabetizadas na idade certa. Segundo a prefeita de Ferraz de Vasconcelos, Priscilla Gambale, ganhar mais uma vez o Selo Ouro reflete o compro-

misso da cidade com a Educação: "Com certeza é uma alegria para todos recebermos esse prêmio pelo segundo ano consecutivo. Isso reflete o compromisso da cidade em garantir políticas públicas que facilitam o aprendizado do aluno dentro da sala de aula. Essa é a nossa responsabilidade", pontuou. Entre as ações que possibilitaram o avanço nos números de alfabetizados no município estão a formação de docentes e gestores, distribuição de materiais didáticos e complementares e a institucionalização da política de alfabetização.



"Esses resultados só são possíveis graças ao empenho dos nossos professores e gestores. Eles trabalham duro todos os dias e fazem isso acontecer", pontuou a secretária de Educação, Paula Trevizolli.

# Santa Isabel: Recebe novo veículo para reforçar transporte sanitário

A Prefeitura de Santa Isabel recebeu um novo veículo destinado ao transporte sanitário, que vem para somar à frota já existente, fortalecendo a estrutura de atendimento e garantindo mais conforto, segurança e agilidade no deslocamento de pacientes que necessitam de consultas, exames e tratamentos. A entrega faz parte de uma iniciativa da Secretaria de



Estado da Saúde de São Paulo (SES-SP), que está promovendo a distribuição de ambulâncias e vans para

municípios do interior paulista. A ação tem como objetivo ampliar o acesso da população aos serviços de saúde e fortalecer a estrutura de transporte sanitário em todo o estado.

Em Santa Isabel, o novo veículo contribuirá para ampliar a capacidade de atendimento da rede municipal de saúde, auxiliando no transporte de pacientes que dependem do serviço para atendimentos especializados. O veículo passará a integrar oficialmente a frota municipal e ficará disponível para uso assim que forem concluídos todos os trâmites necessários, como documentação e contratação do seguro, garantindo que o serviço seja realizado com total segurança e dentro das normas administrativas. A Prefeitura de Santa Isabel segue trabalhando para fortalecer a rede de saúde e oferecer cada vez mais qualidade no atendimento à população

LIGA SUZANENSE DE FUTEBOL DE SALÃO E DESPORTOS		
FUNDADA EM 23 DE JUNHO DE 1976		
Utilidade Pública - Lei Municipal 3643/02		
Filial da Federação Paulista de Futebol de Salão		
Al. Tenente José Bernardino, 927 - Jd. Cidade Cristalina - Suzano - SP - CEP: 08673-190 - Fone / (11) 91533-2537		
Inscr. CNPJ: 47.066.635/001-92 Inscr. Municipal: 9.081.02.233/00 Inscr. Est. ISENT		
BALANÇO PATRIMONIAL ENCERRADO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025		
	2024	2025
<b>DISPONÍVEL</b>	3.34	5,00
Caixa e Caixa		
<b>PRÉMIOS</b>	292,82	292,82
Móveis e Utensílios	123,31	96,18
Equipamentos de Informática	292,82	238,40
(-) Depreciação Móveis e Utensílios	96,18	75,02
(-) Depreciação Equipamentos de Informática	82,59	64,42
<b>Total do Patrimônio</b>	85,93	69,42
<b>TOTAL DO ATIVO</b>	85,93	69,42
<b>PASSIVO</b>		
Exigível	3,34	5,00
Responsabilidade para Exercício Futuro		
<b>PATRIMÔNIO SOCIAL</b>	82,59	64,42
Imobilizável	85,93	69,42
<b>TOTAL DO PASSIVO</b>	85,93	69,42

Reconhecemos a exatidão do Balanço encerrado em 31 de dezembro de 2024 e 2025, que apresentou os seguintes valores, R\$ 85,93 (oitenta e cinco reais e noventa e três centavos) em 2024 e R\$ 69,42 (sessenta e nove reais e quarenta e dois centavos) em 2025.

Suzano, 31 de dezembro de 2025

SÉRGIO AUGUSTO SOUZA LACE PRESIDENTE RG 9.466.445-5

CECAR ALBERTO FONSECA TITULAR RG 28.008.861-3

NAISA AP. WELCKA E. DA SILVA CONTRADADA CRC: 13P25.3533/O-0

Demonstrativo de Recursos e Aplicações dos Exercícios encerrados em 31 de dezembro de 2024 e 2025		
	2024	2025
<b>RECURSOS</b>	4.17	3,34
Reserva de Exercícios Anteriores		
Recursos da Prefeitura Municipal de Suzano	80.300,00	80.300,00
Outros Recursos	83.954,77	93.963,34
<b>TOTAL DOS RECURSOS</b>	84.471,77	83.603,34
<b>APLICAÇÕES</b>	1.349,08	9.341,64
Federação, Jornal, Internet, Cartório, Prefeitura e Confraternização	5.200,00	5.800,00
Federação Paulista de Futebol de Salão	5.300,00	5.300,00
Contador	72.000,00	72.000,00
Equipe Técnica	3.896,00	4.127,00
Materiais Esportivos e Pedagógicos	875,75	849,70
Materiais de Escritório e Informática	85.300,00	92.888,24
<b>TOTAL DAS APLICAÇÕES</b>	9.341,64	9,00
<b>SUPERÁVIT</b>		

Nos termos do título III, capítulo III, artigo 30, incisos I e V, do Estatuto Oficial da entidade, os membros do Conselho Fiscal, tendo examinado as contas do Ativo e Passivo referentes ao Balanço Patrimonial de 2024, no valor de R\$ 85,93 (oitenta e cinco reais e noventa e três centavos) e em 2025 no valor de R\$ 69,42 (sessenta e nove reais e quarenta e dois centavos), dá plena aprovação ao superávit de R\$ 3,34 (três reais e trinta e quatro centavos) em 2024 e o valor de R\$ 5,00 (cinco reais) em 2025.

Suzano, 31 de dezembro de 2025

EDNILSON SOARES DOS SANTOS PRESIDENTE RG 24.794.729-5

FERNANDA RATO MARQUES DA SILVA MEMBRO SECRETARIA RG 33.717.996-6

ALEXANDRE AP. MARTA LIMA MEMBRO TITULO RG 30.869.943-9

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

Deus abençoe a todos!

# CARBUSOUIZA

(11) 9.7405-8061  
9.9829-6750  
Souza

## CARBURADORES

Trabalhamos com todos os tipos de carburadores  
Vendemos novos e reconicionados com garantia

Av. Armando Salles de Oliveira, nº807  
Centro - Suzano

# BIRITIBA MIRIM: Secretária da Mulher e de Assistência Social marcam presença Na "Caravana Federativa" do Governo do Estado de SP

As Secretarias de Políticas para Mulheres e Assistência Social estiveram presentes na manhã de sexta-feira, 20 de março, para a Caravana Federativa que está acontecendo durante esta semana na Expo Center Norte, em São Paulo. O momento reúne prefeitas, prefeitos, secretários, representantes municipais e movi-

mentos sociais para atendimento direto com o Governo do Estado de São Paulo. Uma oportunidade para esclarecer dúvidas, avançar na execução dos convênios com os municípios e conhecer os programas disponíveis para as cidades que compõem o estado de São Paulo. O evento contou com palestras e bate-papo sobre

diferentes assuntos, entre eles o Feminicídio, com falas importantes da secretária nacional de Articulação Institucional, Ações Temáticas e Participação Política (SENATP), Sandra Kennedy Viana, do Ministério das Mulheres e Marina Silva, Ministra de Estado do Meio Ambiente e Mudança do Clima do Brasil.

# PRODUTORES PARTICIPARAM DA FEIRA NACIONAL DE MÁQUINAS E TECNOLOGIAS

A Secretaria de Agricultura de Biritiba Mirim, em parceria com a Coordenadoria de Assistência Técnica Integral (CATI) e o Instituto Federal de Boituva, promoveu na quarta-feira, 18 de março, uma importante ação de fortalecimento da agricultura familiar, levando produtores de Biritiba Mirim para a Feira Na-

cional de Máquinas e Tecnologias, organizada pelo Ministério do Desenvolvimento Agrário e Agricultura Familiar (MDA). A iniciativa contemplou especialmente agricultores da Associação do Casqueiro, da Cooperativa do Alto Tietê e também produtores do Assentamento Santo Ângelo, em Mogi

das Cruzes, proporcionando acesso a novas tecnologias, inovações e oportunidades de desenvolvimento para o setor. A ação reforça o compromisso da Secretaria em apoiar o crescimento sustentável da agricultura familiar, incentivando a modernização e a troca de conhecimento e a geração de renda no campo.

PROGRAMA BORA SER FELIZ

ABRA SEU CORAÇÃO PARA UMA NOVA VIDA DESDE 2021

- ADOÇÃO RESPONSÁVEL
- APLICAÇÃO GRATUITA DE VACINA ANTIRRÁBICA
- CASTRAÇÃO GRATUITA DE CÃES E GATOS

**+ de 50**  
animais já encontraram um novo lar

## É A PREFEITURA DE GUARAREMA INVESTINDO EM BEM-ESTAR ANIMAL, COM:

**SEDE FIXA NO BAIRRO CAPOEIRINHA**

Centro de Manejo de Populações Animais (CEMAPA)  
Estrada Romeu Tanganeli, 605, Capoeirinha

de segunda a sexta-feira, das 9h às 16h

**CASTRAMOVEL QUE ATENDE OS BAIRROS**

Inaugurado em 2024

**ACOES ITINERANTES DE VACINAÇÃO**

Realizadas pela Secretaria Municipal de Saúde em parceria com a Secretaria Municipal de Obras, Meio Ambiente e Bem-Estar Animal

Para saber como o programa funciona e conhecer os animais disponíveis para adoção, escaneie o QR Code ou acesse:

[BORASERFELIZ.GUARAREMA.SP.GOV.BR](https://BORASERFELIZ.GUARAREMA.SP.GOV.BR)

PREFEITURA DE Guararema



# Lógica

Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

LÓGICA - MARÇO DE 2026

CADERNO 2

05



## Do básico ao ousado: como usar anéis com elegância

Os anéis deixaram de ser apenas acessórios discretos e passaram a ocupar lugar de destaque na moda atual, funcionando como peças-chave na composição do visual. Hoje, eles são usados para expressar personalidade, estilo e até o humor de quem usa. Entre as principais tendências, o chamado "mix de anéis"

continua em alta, permitindo combinar modelos delicados com outros mais robustos, criando um visual moderno e cheio de atitude. Além disso, os anéis minimalistas seguem como opção para quem prefere discrição, enquanto peças com pedras naturais, como quartzo e ametista, acrescentam cor e sofisticação ao look. Outra forte tendência são os anéis grandes, conhecidos como "statement", ideais para ocasiões especiais ou para quem gosta de ousar. Já os

anéis de falange, usados no meio dos dedos, trazem um toque jovem e fashion. Na hora de combinar, não há mais regras rígidas: misturar prata e dourado está totalmente liberado e virou referência de estilo. A dica é equilibrar os acessórios,

looks mais básicos podem ganhar destaque com anéis mais chamativos, enquanto produções mais elaboradas pedem um pouco mais de cuidado para não exagerar. Além da estética, também é importante pensar no conforto



e na harmonia com o formato das mãos. Anéis finos costumam valorizar mãos mais delicadas, enquanto modelos alongados ajudam a dar a impressão de dedos mais compridos. No dia a dia, especialmente no ambiente de trabalho, o ideal é optar por peças mais discretas, deixando os modelos mais ousados para eventos e ocasiões especiais. Por fim, alguns cuidados aju-

dam a manter os anéis sempre bonitos: evitar contato com produtos químicos, guardar as peças separadamente para não riscar e fazer a limpeza com pano macio são atitudes simples que prolongam a durabilidade. Versáteis e cheios de estilo, os anéis mostram que pequenos detalhes podem transformar completamente qualquer produção.

## Beleza

### Sem tinta: solução para cabelos brancos

Os cabelos brancos deixaram de ser vistos apenas como algo a ser totalmente coberto e passaram a representar estilo, autenticidade e liberdade. Em vez de retoques frequentes, cresce a busca por soluções que suavizem a transição, integrando os fios grisalhos à cor natural e reduzindo a manutenção. O grey blending é um

conjunto de técnicas que mistura os fios brancos aos demais tons do cabelo, sem escondê-los completamente. Utiliza mechas finas, reflexos sutis e tonalizantes translúcidos para criar um degradê suave, mantendo o branco visível, porém harmonizado. Isso reduz o contraste da raiz e proporciona mais profundidade, brilho e movimento, evitando o aspecto chapado.

No salão, o processo começa com uma avaliação da distribuição dos fios brancos, cor de base e histórico químico. A técnica é personalizada: áreas com mais grisalhos, como a frente, podem receber mais destaque, enquanto o restante ganha ajustes sutis, sempre priorizando a saúde do cabelo e do couro cabeludo. Entre as principais vanta-

gens estão a baixa manutenção, já que o crescimento da raiz fica mais natural, e o visual moderno e leve. Porém, não é indicada para quem deseja esconder totalmente os fios brancos, pois a proposta é integrá-los ao visual. O grey blending também é aplicado em cabelos masculinos, principalmente nas têmporas e na frente,

com tonalizações leves que preservam a naturalidade. A manutenção costuma ocorrer a cada 3 ou 4 meses, com foco também em tratamentos. No dia a dia, os cuidados incluem hidratação, proteção UV e produtos para cabelos coloridos, evitando o amarelamento e mantendo o



brilho. Cortes leves ajudam a valorizar o efeito. Para quem quer assumir os fios brancos com estilo e menos dependência do salão, o grey blending surge como uma alternativa prática e moderna.

## Faça Você Mesma

### Esponja ecológica com rede de frutas

**Materiais:**  
Redes de frutas (aquelas de laranja, alho, limão)  
Tesoura  
Linha e agulha ou barbante  
Passo a passo:

1. Separe as redes  
Junte 2 ou 3 redes para deixar a esponja mais resistente.  
**2. Modele o formato**  
Dobre as redes até formar uma "bolinha" ou formato de esponja.

3. Amarre bem  
Use barbante ou costure no meio para prender tudo firmemente.  
4. Ajuste  
Corte excessos e deixe no formato desejado.  
Como usar:

Lavar louça  
Limpar panelas (sem riscar)  
Higienizar pia e superfícies  
**Dica extra:**  
Você pode colocar um pedacinho de esponja comum dentro para deixar mais macia e eficiente.



Um estudo recente realizado pela Universidade de Yamaguchi, no Japão, revelou a explicação científica para a habilidade dos gatos de

sempre caírem em pé. A pesquisa publicada no periódico The Anatomical Record em fevereiro de 2026, destacou a importância da flexibilidade

### O segredo dos gatos: por que eles quase sempre caem em pé?

de na coluna vertebral dos felinos. A região torácica da coluna dos gatos é altamente flexível, enquanto a parte lombar é mais rígida, o que permite aos gatos realizar um movimento de rotação controlado durante a queda. O processo ocorre quando o gato gira a cabeça e as patas dianteiras em direção ao chão, facilitado pela flexibilidade da parte superior da coluna. Em seguida, a região lombar ajuda a estabilizar o movimento enquanto a parte traseira do corpo segue o giro. Esse movimento sequencial ajusta rapidamente a posição do corpo, fazendo com que o gato caia com as patas voltadas para baixo,

diminuindo os riscos de lesões. Para entender esse fenômeno, os pesquisadores analisaram a coluna vertebral de gatos e gravaram vídeos de dois animais caindo sobre uma almofada a partir de uma altura de um metro. O estudo também descobriu uma "zona neutra" na coluna torácica dos gatos, permitindo que eles girem até 50°, o que facilita a rotação corporal. Essa descoberta pode ajudar a aprimorar modelos biomecânicos de movimento animal e também pode contribuir para o tratamento

de gatos com problemas na coluna vertebral. O estudo revela que a habilidade dos

felinos é resultado de uma adaptação anatômica altamente especializada.



**Ateliê Minh'avó Fazia**  
At. Tati Guimarães

**Quem faz artesanato**

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

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

**Divino Pasteis**

De terça-feira à Sexta-feira  
Das: 09:00 às 21:00  
Sábado das: 08:00 às 19:00  
Domingo das: 09:00 às 16:00

EM BREVE: BATATA RECHEADA DE CARNE COM BACON, STROGONOFF E CAMARÃO

MONTE O SEU PASTEL

ESTAMOS NO ifood DIVINO PASTEIS e no 99

Rua Nove de Julho, 1255 box: 8 - NO MERCADÃO MUNICIPAL DE SUZANO

**STUDIO Supra**

Studio de comunicação especializado em branding, posicionamento, design e marketing estratégico.

WhatsApp (11) 99139-3010 Instagram @ostudiosupra

**MOLAMEC**

POSTO DE MOLAS SERVIÇOS e VENDA DE PEÇAS

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

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

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

## Forum das Mulheres



**Andrineia Gomes**  
Psicoterapeuta, idealizadora do Mulheres e sua voz.

O projeto Mulheres e Sua Voz tem se destacado como uma relevante iniciativa de impacto social, promovendo o fortalecimento feminino por meio da informação, acolhimento e incentivo ao protagonismo. Com atuação crescente, o projeto vem conquistando reconhecimento público, inclusive com

## Mulheres e Sua Voz: projeto fortalece direitos, conhecimento e protagonismo feminino

menções honrosas em Câmaras Municipais, evidenciando a importância de suas ações na comunidade.

A iniciativa desenvolve atividades em diversos espaços, como Centros de Referência de Assistência Social (CRAS), igrejas, eventos comunitários, sindicatos e secretarias, ampliando o acesso à informação e criando oportunidades de diálogo sobre temas essenciais à vida das mulheres.

Um dos pilares do projeto é a realização de cursos voltados à conscientização e garantia de direitos, especialmente para mulheres em situação de vulnerabilidade e violência doméstica. Entre os destaques está

o curso de Promotoras Legais Populares, que tem como objetivo capacitar mulheres para que conheçam seus direitos e se tornem multiplicadoras de informação em suas comunidades.

As aulas são ministradas por uma equipe multidisciplinar, composta por advogados, assistente social, psicólogas e coordenadoras de núcleos, abordando temas diversos que vão desde direitos legais até questões emocionais e sociais, proporcionando uma formação completa e transformadora. À frente do projeto está a coordenadora Janaína Bueno, assistente social, especialista em habitação de interesse so-

cial e em projetos sociais com famílias. Além da coordenação geral, Janaína é responsável pela organização das edições das aulas e pela criação das artes do curso, contribuindo diretamente para a identidade e estrutura do projeto. Com uma atuação comprometida e sensível às necessidades das mulheres, o Mulheres e Sua Voz se consolida como um espaço de transformação, promovendo autonomia, conhecimento e fortalecimento coletivo. Mais do que um projeto, trata-se de um movimento que amplia vozes, constrói redes de apoio e contribui para uma sociedade mais justa e igualitária.

## Mogi: Consultor internacional aponta potenciais do município

Augusto Mathias foi recebido pelo secretário Romildo Campello e elogiou iniciativas da Prefeitura voltadas ao meio ambiente, como a Escola Ambiental Augusto Mathias foi recebido pelo secretário Romildo Campello e elogiou iniciativas da Prefeitura voltadas ao meio ambiente, como a Escola Ambiental Mogi das Cruzes recebeu na sexta-feira (09/01) a visita do consultor internacional Augusto Mathias, fundador da Rede Internacional dos Agentes de Mudança e conselheiro da Confederação Nacional dos Municípios (CNM). Especialista no planejamento de cidades

sustentáveis, o brasileiro vive há 30 anos no Canadá, onde atua na prefeitura da cidade de Toronto, e sugeriu que Mogi passe a integrar a Rede de Municípios Potencialmente Saudáveis (RMPS), que reúne cerca de 40 municípios de cinco estados brasileiros.

"Mogi das Cruzes possui um potencial fantástico em diversas áreas, como meio ambiente, recursos hídricos e força de trabalho, com sua população jovem. Por meio da RMPS, a cidade terá oportunidade de integrar um convênio internacional com cidades do Canadá e outros países, divulgando seus projetos e conhecendo o

trabalho realizado em outras partes do Brasil e do mundo", explicou Mathias. Recebido pelo secretário do Verde e Meio Ambiente, Romildo de Pinho Campello, o consultor conheceu alguns projetos mogianos, como a Escola Ambiental, onde os professores recebem formação na área de ecologia e preservação ambiental. "Trabalhos como este podem ser muito beneficiados com este intercâmbio internacional, inclusive com a vinda de especialistas para a cidade e cursos de formação para funcionários mogianos no exterior. Mogi é uma excelente cidade com o perfil ideal para este

programa". Campello destacou que a proposta vem ao encontro da filosofia implantada pelo prefeito Marco Bertaiolli, de tornar a administração municipal ainda mais ágil e profissional, melhorando os serviços prestados à população, além de buscar soluções que tragam mais qualidade de vida: "Convênios como este, que permitem à cidade tomar contato com soluções adotadas com sucesso por outras administrações municipais, podem trazer bons resultados. Além disso, Mogi tem muito que mostrar em diversos setores como educação, saúde e economia". (DC)



**PROMOTORAS LEGAIS POPULARES**

## De mulher para Mulher Falas de PLPs No Jornal Lógica

Transformando Conhecimento em Poder



Sou Gerusa Macedo, advogada, mediadora e conciliadora no Tribunal de Justiça de São Paulo. Tenho orgulho de dizer: sou Promotora Legal Popular, e esse título carrega em si um propósito transformador.

Ao participar do curso das Promotoras Legais Populares, vivenciei uma das experiências mais enriquecedoras da minha trajetória. Descobri que o conhecimento jurídico, quando compartilhado de forma acessível, transforma-se em uma ferramenta de libertação. Cada encontro é uma oportunidade de ampliar horizontes, fortalecer vozes e reconstruir histórias.

O programa das PLPs é um instrumento de mudança social que capacita mulheres a conhecer e exercer seus direitos, enfrentar a violência e ocupar espaços de liderança em suas comunidades. Ele nos mostra que empoderar uma mulher é fortalecer toda uma rede, promovendo cidadania, igualdade e respeito.

Como mediadora e conciliadora, vejo diariamente como a falta de informação ainda limita muitas mulheres. O curso das PLPs rompe essas barreiras, criando uma verdadeira rede de solidariedade e aprendizado mútuo. É emocionante testemunhar a transformação de cada participante, que passa a enxergar a si mesma como agente de mudança e protagonista da própria história.

A formação de Promotoras Legais Populares é mais que um curso: é um movimento de empatia, justiça e protagonismo feminino. Cada mulher que se informa, se fortalece e se une a outras multiplica essa força, fazendo ecoar o poder da sororidade e da autonomia em todas as direções.

Mulher, você tem o direito de conhecer e exercer seus direitos. Você pode, e deve, ser protagonista das mudanças que deseja ver na sua vida e na sua comunidade.

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 PLPs: Rua Gato Cinzento, N. 511, apartamento 62 A- Vila Urupês - Suzano, SP



# FEIRÃO DE EMPREGOS

EXCLUSIVO PARA MULHERES

10 de Março

A partir das 8h30

Casa da Mulher Paulista Ferrazense

+100 vagas de emprego

Sebrae Móvel Alto Tietê  
A partir das 14h

- Atendimento e regularização para MEI
- Abertura de empresa
- Orientações e consultorias empresariais
- Palestras, cursos e oficinas



CONFIRA A PROGRAMAÇÃO NO SITE:  
[www.ferrazdevasconcelos.sp.gov.br](http://www.ferrazdevasconcelos.sp.gov.br)

## Momento de Fé

## Instruídos no amor

Quanto, porém, ao amor fraternal, não necessitais de que vos escreva, visto que vós mesmos estais instruídos por Deus que vos ameis uns aos outros. 1 Tessalonicenses 4.9

Hoje, as traduções da Bíblia apresentam esse versículo usando a palavra amor em lugar de caridade. Nada melhor do que ter mestres ungidos pelo Senhor para nos ajudar a interpretar as Escrituras e aplicar Seus ensinamentos em nossa vida. Os apóstolos dedicavam-se a ensinar sobre o amor fraternal, que deve existir entre irmãos que amam a Deus. Agora, aprenderemos o valor de amarmos aqueles que também nasceram de novo, intercedendo por eles. Na língua portuguesa, o ter-

mo amor é utilizado em vários contextos, às vezes sem clareza em seu significado. Já o grego antigo, idioma no qual o Novo Testamento foi escrito (com exceção de alguns capítulos iniciais do evangelho de Mateus, redigidos em aramaico, língua ainda falada em alguns lugares da Síria), oferece a distinção dos tipos de amor. Com a assistência do Santo Espírito, podemos compreendê-los e agradar a Deus, que enviou ao mundo Sua Palavra, Jesus, para salvar a humanidade do pecado. Que presente maravilhoso! Os profetas do Antigo Testamento falaram a respeito da vinda de Jesus à Terra. Alguns foram tão precisos que disseram até onde Ele nasceria, morreria e desceria ao Hades, como fez

Isaías, considerado o mais iluminado das Escrituras. Ele chegou a descrever como ficariam as vestes de Cristo, quando este descesse ao profundo do abismo para enfrentar o diabo e despi-lo da autoridade roubada de Adão. Voltando ao amor fraternal, precisamos amar os nossos irmãos em Cristo, lembrando-nos deles em nossas orações. Afinal, se forem mais abençoados do que nós, certamente nos ajudarão a cumprir a nossa missão. O Altíssimo escolhe os melhores da Sua obra para lhes dar mais, pois eles sempre farão mais: Porque ao que tem, ser-lhe-á dado; e, ao que não tem, até o que tem lhe será tirado (Mc 4.25). Os que aprendem sobre a

vontade de Deus e praticam os Seus ensinamentos, quando meditam na Palavra, jamais se apressarão em pedir auxílio ao seu irmão, pois terão para dar aos necessitados. A água que Jesus concede nunca se esgotará: Mas aquele que beber da água que eu lhe der nunca terá sede, porque a água que eu lhe der se fará nele uma fonte de água a jorrar para a vida eterna (Jo 4.14). Os servos que oferecem água ao sedento, pão ao faminto e inspiração aos desvalidos nunca voltarão de mãos vazias. O poder que eles receberam aos serem batizados no Espírito Santo



Foto: Janay Peters

se renova neles. Não importa o que dizem de você, e sim o que o Senhor vê em seu coração. O Senhor unge a sua vida para que você realize os mesmos feitos de Cristo. Representar o Reino dos Céus na Terra é a maior honraria que um mortal pode obter de Deus! Deixe o Onipotente tomar conta dos seus planos, do

seu trabalho e da sua família. Aonde quer que você vá, Ele estará do seu lado e o abençoará tremendamente. Creia nAquele que foi humilhado, mas não abriu a boca (Is 53.7), pois só podia falar o que o Pai Lhe permitia. Quando o Pai vivificou Jesus, Ele também nos deu vida nEle! Em Cristo, com amor

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

## Dependência Digital e Seus Riscos à Saúde

Hoje em dia, é difícil imaginar a rotina sem o uso da tecnologia. O celular está sempre por perto, seja para trabalhar, estudar, conversar com amigos, se informar ou se distrair. As redes sociais, os aplicativos e os jogos digitais fazem parte do cotidiano e trazem muitas facilidades. No entanto, quando o uso dessas tecnologias passa a ocupar tempo excessivo e começa a interferir na saúde, no bem-estar e nas relações pessoais, é preciso ligar o sinal de alerta.

A dependência digital acontece quando a pessoa sente dificuldade em controlar o tempo que passa conectada. O hábito de checar o celular o tempo todo, sentir ansiedade ao ficar sem internet ou irritação quando não é possível acessar as redes

são sinais comuns. Muitas vezes, mesmo percebendo prejuízos, como cansaço, queda de rendimento ou conflitos familiares, o comportamento se mantém. Isso ocorre porque o uso da tecnologia pode gerar uma sensação imediata de prazer, distração ou alívio emocional.

Alguns fatores podem favorecer esse uso excessivo. Momentos de estresse, solidão, ansiedade ou tristeza costumam aumentar a busca por distrações rápidas, e o ambiente digital oferece exatamente isso. Além disso, aplicativos e redes sociais são pensados para prender a atenção do usuário, com notificações constantes e conteúdos que estimulam o uso contínuo. Crianças e adolescentes merecem atenção

especial, pois ainda estão aprendendo a lidar com limites e organização do tempo. Os impactos da dependência digital na saúde mental são cada vez mais observados. O uso exagerado de redes sociais pode aumentar a comparação com outras pessoas, gerando sentimentos de inadequação, insegurança e baixa autoestima. Também é comum o aumento da ansiedade, do estresse e da dificuldade de concentração. Muitas pessoas relatam problemas de sono, especialmente quando utilizam o celular até tarde da noite, o que interfere no descanso e na disposição para as atividades do dia seguinte. A saúde física também pode ser afetada. Passar muitas ho-

ras sentado ou olhando para telas favorece dores no pescoço, nas costas e nos ombros, além de contribuir para o sedentarismo. Problemas como cansaço visual, ardência nos olhos e visão embaçada também são frequentes. Com o tempo, esses desconfortos podem impactar diretamente a qualidade de vida. Outro ponto importante são as relações sociais. Embora a tecnologia ajude a manter contato com pessoas distantes, o uso excessivo pode afastar quem está próximo. A falta de atenção em momentos de convivência, como refeições ou conversas em família, pode gerar conflitos, sensação de distanciamento e dificuldades na comunicação. Para evitar esses problemas, é fundamental buscar equilíbrio no uso da tecnologia. Estabelecer horários para ficar longe do celular, reduzir o uso de telas antes de dormir,

praticar atividades físicas, investir em hobbies e valorizar momentos presenciais são atitudes simples que fazem a diferença. Em situações em que o uso da tecnologia causa sofrimento significativo ou prejuízos importantes, procurar ajuda profissional pode ser um passo essencial.

A dependência digital é um desafio dos tempos atuais, mas pode ser prevenida com informação, consciência e limites saudáveis. A tecnologia deve ser uma aliada no dia a dia, e não um fator de prejuízo à saúde. Usá-la de forma equilibrada é fundamental para preservar o bem-estar, as relações e a qualidade de vida. Sob uma perspectiva bíblica, o equilíbrio também é um princípio essencial. A Bíblia nos orienta a viver com sabedoria, evitando excessos que possam nos dominar ou nos afastar do que realmente importa. Nes-



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

se sentido, a reflexão sobre o uso consciente da tecnologia se conecta diretamente com valores como autocontrole, responsabilidade e cuidado com a saúde física, emocional e espiritual. "Todas as coisas me são lícitas, mas nem todas convêm; todas as coisas me são lícitas, mas eu não me deixarei dominar por nenhuma." (1 Coríntios 6:12)



## TV CÂMARA MOGI DAS CRUZES: 10 ANOS ESCRIVENDO O FUTURO DA CIDADE.

### INFORMAÇÃO PÚBLICA, TRANSPARÊNCIA E COMPROMISSO COM O FUTURO DA CIDADE.

Desde sua primeira transmissão, em 14 de dezembro de 2015, a TV Câmara segue registrando a história do Legislativo com responsabilidade, clareza e compromisso público.

Ao longo desses 10 anos, foram transmitidas mais de 800 sessões ordinárias, 230 sessões solenes e 130 audiências públicas, além de uma programação diversificada, que ajuda o cidadão a entender melhor e a participar do que acontece na cidade.

Ao completar uma década, renovamos nosso propósito: estar ao lado da população, ampliando a transparência e contribuindo para o futuro de Mogi das Cruzes.

CÂMARA MUNICIPAL DE  
MOGI DAS CRUZES

10 ANOS

## Alexandre e Diógenes

Conta a lenda que o Grande Imperador Alexandre o Grande um dia resolveu prestigiar e apresentar o filósofo grego Diogenes de Sinope. Teria montado uma comitiva e ido até o local onde o sábio vivia, que era um barril.

Lá chegando com toda a pompa o poderoso monarca teria dito ao pensador que lhe daria qualquer coisa que ele quisesse.

O Filósofo, então lhe pediu que se afastasse porque estava tapando o sol que lhe aquecia.

Em vez de se irritar com a declaração o Aristotélico Regente do mundo conhecido na época voltou-se para seus homens e os apaziguou dizendo que se ele não fosse "Alexandre" gostaria de ser Diógenes." Muitas interpretações podem ser alcançadas desta parábola, eu por mim, com um cinismo talvez maior do que o de Diógenes, pois me revisto do cinismo de forma pejorativa, não o "cinismo" filosófico da sabedoria da simplicidade dos cães (cinos do grego - cães), pois vivia com a simplicidade

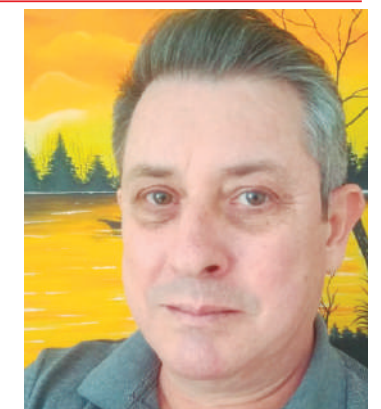
canina, eu vejo uma arrogância intelectual desmedida e uma temeridade inaudita na ação que julgo imprudente por parte de Diógenes.

Diógenes não era cego, ele viu a comitiva e o poderio bélico que se aproximou do seu recanto e mesmo assim lançou uma assertiva de encontro ao homem mais poderoso daquela época, desmerecendo sua condição natural de ser pensante.

Colocando em risco a própria existência física. Mais ainda desconsiderou a própria natureza da existência, já que o intelectual ou espiritual não se sustenta sem o material.

Ele mesmo vivia em um barril, manufaturado por alguém, senão por ele, por outro ser pensante transformador do meio em que vivia.

Diogenes em sua simplicidade ignorou a universalidade e descartou de plano a empatia, já que não reconheceu os sentimentos que levaram Alexandre a aquele ato de oferecer o que tinha de melhor para o homem simples e sábio. Por si só o Grande Imperador demonstrou a sua nobreza espiritual rendendo



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

uma humilde homenagem ao cínico que lhe aprestava. Alexandre foi discípulo de Aristóteles o qual pregava valores morais e demonstrou com sua reação uma sabedoria muito maior do que a lenda apregoa. Demonstrou a empatia e sabedoria de reconhecer o próximo a centelha divina que permeia a todos. Outras e mais profundas digressões podem exarar deste episódio, o qual julgo improvável dada a magnitude dos personagens. Porém, para mim, fica o contraste do ouro e do barro que se unem em magníficas obras antigas e contemporâneas, de imenso valor artístico que trazem a tona do nosso ser o que há de melhor o reconhecimento do belo, no ser semelhante e próximo. Que Deus dê Pão a quem tem fome e fome de justiça a quem tem pão.

MANUTENÇÃO DE COMPUTADORES E NOTEBOOKS  
REDES E PROGRAMAÇÕES  
TROCA DE PEÇAS EM GERAL  
CELULARES E APPS  
TV, IMPRESSORAS E TABLETS

(11) 9.6306-6791  
ALEXANDRE

## Economia

## Brasil pode ter ônibus de graça para todos

Brasil pode ter ônibus de graça para todos

O Brasil pode avançar para ter ônibus gratuitos em todo o país. O governo federal estuda a criação de um modelo nacional de tarifa zero, apelidado de "SUS do Transporte", com foco em ampliar o acesso e reduzir desigualdades na mobilidade urbana.

A proposta ainda está em análise. Segundo o ministro das Cidades, Jader Filho, o presidente Luiz Inácio Lula da Silva determinou que o Ministério da Fazenda avalie a viabilidade econômica da medida.

O estudo é conduzido pela equipe do ministro Fernando Haddad e busca alternativas para financiar o sistema sem

depende diretamente da tarifa paga pelo usuário. De acordo com a Agência Brasil, a intenção é construir uma solução nacional integrada. Modelo atual em xeque Hoje, o transporte público urbano é custeado, em grande parte, pela tarifa paga pelos passageiros, com subsídios públicos em alguns casos. Para o Ministério das Cidades, esse modelo enfrenta dificuldades e perdeu sustentabilidade.

Jader Filho afirma que a lógica atual, baseada na cobrança direta, "não funciona mais" e precisa ser revista. A queda de passageiros e o aumento dos custos operacionais estão entre os fatores que

pressionam o sistema. Avanço no Congresso

O debate também ganhou força na Câmara dos Deputados do Brasil, que aprovou o regime de urgência para o Projeto de Lei nº 3278/21. O texto cria o marco legal do transporte coletivo urbano e já foi aprovado pelo Senado.

A proposta prevê uma rede integrada entre União, estados e municípios, além da possibilidade de uso de recursos públicos para custear gratuidades e tarifas reduzidas.

Experiências no país A tarifa zero já é adotada em mais de 130 cidades brasileiras, principalmente de pequeno e médio porte.



Na capital São Paulo, os ônibus são gratuitos aos domingos, incentivando a circulação

e o acesso ao lazer. Essas experiências são vistas como base para um modelo

nacional, embora especialistas apontem desafios maiores em grandes centros.

## Marketing

## A imagem da empresa precisa ter direção

## A coerência invisível de marcas fortes

Basta caminhar alguns quarteirões por qualquer centro comercial para perceber um fenômeno curioso. Muitas empresas investem em logotipos, fachadas, posts nas redes sociais e anúncios, mas cada peça parece contar uma história diferente. A cor diz uma coisa, o discurso diz outra, a oferta aponta para um terceiro caminho. O resultado é uma comunicação visual que até aparece, mas raramente permanece na memória.

Comunicação visual eficaz nasce de alinhamento. Antes de escolher tipografia, cores ou estilo de imagem, existe uma pergunta

essencial: o que essa empresa realmente representa? Toda marca carrega valores, mesmo quando nunca os colocou no papel. Há negócios que se posicionam pela sofisticação, outros pela acessibilidade, alguns pela inovação e outros pela proximidade humana. A comunicação visual precisa traduzir isso de forma clara. Quando há coerência, a identidade visual funciona como uma extensão da personalidade da empresa. Um negócio que promete exclusividade tende a adotar linguagem estética mais refinada, com composições equilibradas, menos ruído visual e maior aten-

ção aos detalhes. Já uma empresa que constrói sua força na proximidade com o público costuma trabalhar elementos mais diretos, calorosos e acessíveis. Cada escolha visual comunica algo, mesmo quando ninguém percebe conscientemente.

Esse alinhamento também passa pela oferta. O tipo de produto ou serviço oferecido influencia diretamente a forma como a marca se apresenta. Uma empresa que trabalha com soluções técnicas, por exemplo, costuma transmitir segurança, precisão e clareza em sua comunicação. Já negócios ligados a experiência, estilo de vida ou entretenimento tendem a explorar emoção, movimento e atmosfera. Quando imagem e proposta caminham juntas, o público compreende rapidamente o

que esperar. O público, naturalmente, completa esse triângulo. Toda comunicação visual dialoga com alguém específico. Idade, repertório cultural, hábitos de consumo e expectativas moldam a maneira como as pessoas interpretam símbolos, cores e estilos. Uma identidade que conversa bem com um público pode parecer distante para outro. Por isso, marcas maduras desenharam sua comunicação a partir de quem desejaram alcançar. Nesse processo, consistência é um dos ativos mais valiosos. Uma empresa que mantém direção visual clara ao longo do tempo constrói reconhecimento. O consumidor passa a identificar aquela marca mesmo antes de ler o nome. Essa familiaridade fortalece confiança e facilita a

decisão de compra. A comunicação deixa de ser apenas estética e passa a funcionar como um verdadeiro ativo estratégico. Por essa razão, comunicação visual não deveria nascer como um conjunto de peças isoladas. Ela precisa surgir de uma direção clara. Valores, posicionamento, oferta e público formam o mapa que orienta cada escolha estética. Cores, formas, fotografias e linguagem gráfica tornam-se traduções visuais de algo maior. Quando essa lógica se estabelece, a marca deixa de parecer improvisada. Cada peça começa a conversar com a outra. Cada ponto de contato reforça a mesma mensagem. E pouco a pouco a empresa constrói algo raro no mercado contemporâneo: identidade reconhecível.



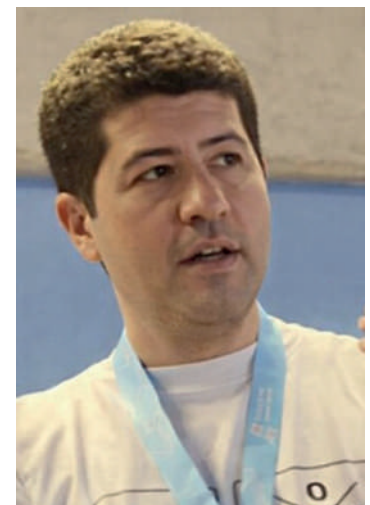
**Marcos Flávio da Silva:** Designer, empreendedor e comunicador na área de marketing -

Studio Supra

No fim, comunicação visual bem direcionada faz mais do que embelezar materiais. Ela organiza a forma como a empresa se apresenta ao mundo. E quando imagem, discurso e proposta caminham juntos, a marca passa a falar com clareza mesmo antes da primeira palavra.

## Tecnologia

## Silício e Caos: como a lógica tecnológica está remodelando a política



**Anderson Santiago**  
Engenheiro de Computação  
ZEROVOX - @pagezine

O elemento hipersticional refere-se a ideias, narrativas ou conceitos que começam como ficção, teoria especulativa ou mito, mas que acabam influenciando a realidade ao ponto de contribuir para sua própria realização. O termo deriva de hiperstição (hyperstition), conceito desenvolvido por pensadores ligados à Cybernetic Culture Research Unit (CCRU), grupo de teoria cultural associado ao filósofo Nick Land nos anos 1990.

De forma simples, a hiperstição descreve profecias ou narrativas que se tornam reais porque pas-

sam a orientar comportamentos, expectativas e decisões coletivas. Diferente de uma simples superstição, a hiperstição atua como um mecanismo cultural que molda o futuro. No começo, um elemento hipersticional quase sempre nasce como uma simples ideia — algo que poderia estar em um livro de ficção científica, em um ensaio filosófico, em um fórum da internet ou até em um discurso político provocativo. Nesse estágio inicial, ele ainda pertence ao campo da imaginação ou da especulação. É uma narrativa sobre um possível futuro, uma hipótese sobre como o mundo poderia funcionar ou uma história que parece mais simbólica do que real. O que transforma essa ideia em algo mais poderoso é o momento em que ela começa a circular. Quando uma narrativa é repetida em artigos, compartilhada nas redes sociais, discutida em podcasts ou debatida na esfera pública, ela passa a ganhar vida cultural. As pessoas começam a utilizá-la como uma lente para interpretar acontecimentos, conectando fatos reais àquela história inicial. Aos poucos, a ideia deixa de ser apenas ficção e passa a ocupar espaço na forma como a sociedade imagina o futuro. A etapa mais interessante acontece quando essa narrativa começa a influenciar comportamentos. Se indivíduos, empresas ou instituições passam a tomar decisões

com base nessa ideia — investindo em tecnologias, criando políticas ou organizando movimentos — a narrativa começa a produzir efeitos concretos. Nesse ponto, ela se torna parcialmente real, não porque fosse uma previsão correta desde o início, mas porque as pessoas passaram a agir como se ela fosse verdadeira.

É justamente aí que está a essência de um elemento hipersticional: uma história que começa como imaginação, se espalha como cultura e termina influenciando a própria realidade que descrevia. Exemplos no campo político e cultural No campo político, um elemento hipersticional pode ser um discurso sobre colapso institucional, revolução tecnológica ou mudança de regime que, ao ser repetido e incorporado por movimentos políticos, começa a influenciar decisões estratégicas e comportamentos sociais. Na cultura tecnológica, narrativas sobre inteligência artificial dominante ou sociedades altamente automatizadas também podem funcionar como hiperstícios: mesmo sendo inicialmente especulativas, elas orientam investimentos, políticas públicas e desenvolvimento tecnológico. Hiperstição e aceleracionismo O conceito também aparece em debates sobre aceleracionismo, onde certas narrativas sobre o

futuro — colapso do capitalismo, revolução tecnológica ou reorganização social — são vistas não apenas como previsões, mas

como instrumentos que ajudam a produzir o próprio futuro que descrevem. Assim, o elemento hipersticional

pode ser entendido como uma ficção que age como motor da realidade, transformando imaginação coletiva em força política, cultural ou tecnológica.

ELE NÃO  
CONSEGUE  
PEDIR AJUDA.

**VOCÊ  
PODE  
DENUNCIAR**

Maus-tratos, ferimentos, mutilações e abandono de animais são crimes municipais e federais. Sujeito a multa e reclusão de até cinco anos.

Utilize os canais oficiais:

**APLICATIVO  
153 CIDADÃO**  
É possível enviar  
fotos e vídeos

**GCM DE  
ARUJÁ:  
LIGUE 153**

**POLÍCIA  
MILITAR:  
LIGUE 190**

**D.E.P.A**  
Delegacia  
Eletrônica de  
Proteção Animal

**Quem  
não  
é  
visto  
não é  
lembrado**



**Hípica Suzano**  
Restaurante & Hípica  
**SUZANO**  
NILDE  
(11) 9.6479-8702

Aluga para festas (terça/quinta)  
Entrega de marmite para empresas  
Aberto de quarta à domingo com comida caseira

A melhor vista durante sua Refeição

ESTRADA KEIDA HARADA, 9191 - SUZANO/SP  
ENTRADA GRATUITA





## SAÚDE

O consumo de alimentos ultraprocessados no Brasil já representa cerca de 23% das calorias diárias, segundo estudo publicado na revista The Lancet e divulgado por pesquisadores da Universidade de São Paulo no final de 2025. Esse tipo de alimentação, rico em açúcar, gorduras e aditivos químicos e pobre em nutrientes essenciais, pode prejudicar a

# Ultraprocessados podem prejudicar a visão das crianças

saúde metabólica e o desenvolvimento da visão, especialmente na infância.

De acordo com o oftalmologista Claudio Lottenberg, a visão depende do bom funcionamento de estruturas como retina, mácula, nervo óptico e superfície ocular, que necessitam de nutrientes específicos. Vitaminas A, C e E, além de minerais como zinco e substâncias como ômega-3, luteína e zeaxantina, são fundamentais para proteger as células oculares contra inflamação e estresse oxidativo.

Os riscos começam desde a infância. A falta de vitamina A pode causar cegueira noturna e, em casos graves, ulceração da

córnea. O excesso de açúcar está associado ao aumento do risco de diabetes precoce, podendo levar à retinopatia diabética, uma das principais causas de perda visual. A baixa ingestão de vitaminas antioxidantes pode elevar o risco de catarata e degeneração macular, enquanto a deficiência de ômega-3 pode favorecer sintomas de olho seco. Além disso, os ultraprocessados contribuem para processos inflamatórios e prejudicam a microcirculação, essencial para a saúde ocular.

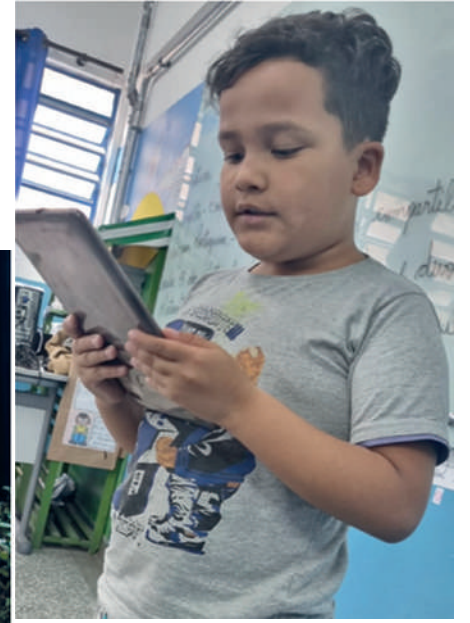
Problemas de visão na infância também afetam o aprendizado, a atenção, a coordenação motora, a prática de esportes

e a interação social, podendo até ser confundidos com dificuldades de comportamento ou aprendizagem.

Na vida adulta, hábitos alimentares inadequados aumentam o risco de doenças como diabetes e hipertensão, que estão relacionadas a problemas oculares, como retinopatia diabética, degeneração macular precoce e doenças vasculares da retina.

Para prevenir, é fundamental adotar desde cedo uma alimentação saudável, rica em

alimentos naturais como frutas, verduras, legumes, peixes e castanhas, além de reduzir o



consumo de ultraprocessados. Também são importantes hábitos como exposição à luz natural, controle do tempo em telas e consultas oftalmológicas regulares, garantindo não apenas a saúde da visão, mas o desenvolvimento integral da criança.

## Sexo & Sensualidade

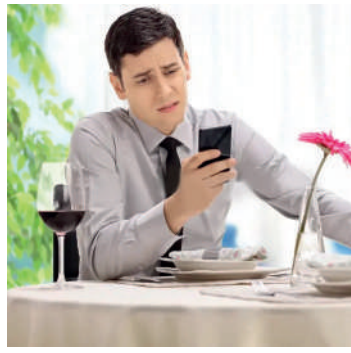
# Fugiu do encontro? Veja as desculpas mais absurdas que estão viralizando

Muitas pessoas inventam desculpas para escapar de encontros em vez de dizer a verdade, o que acaba magoando ainda mais. O pior é que essas mentiras podem sair do controle. Veja alguns motivos malucos usados para fugir de encontros.

1. Não estou me sentindo bem De gripe no verão a dores aleatórias, é uma desculpa comum. Às vezes acontece, mas não precisa exagerar. 2. Um familiar foi hospitalizado

Pode acontecer, mas usar isso como mentira é forçar a barra e ainda preocupar o outro. 3. Fui roubado Além de maldoso, envolve um crime só para evitar o encontro. Melhor ser sincero. 4. Meu amigo tem emergência Clássico: o amigo liga no meio do encontro. Tão comum que fica óbvio. 5. Problema no trabalho Dizer que surgiu algo no trabalho, muitas vezes, é só desculpa para evitar a pessoa.

6. Esqueci Uma das piores desculpas. Soa rude e demonstra desinteresse. 7. Preso no trânsito Serve para atraso, não para faltar. Dá até para remarcar. 8. Não achei o local Com GPS hoje, é difícil se perder. Parece desculpa fraca. 9. Meu pet está doente Envolver o animal de estimação soa desonesto. Melhor não usar. 10. Meus pais apareceram Culpar os pais é clássico, mas parece coincidência demais.



11. Não tenho como chegar Há várias formas de transporte. Se quisesse, daria um jeito. 12. Esqueci consulta médica Difícil esquecer algo importante assim. Soa suspeito.

13. Meu carro quebrou Pode gerar preocupação e até oferta de ajuda, complicando a mentira. 14. Meus pais não deixaram Depois de adulto, não é um

argumento convincente. 15. Acidente em casa Cano quebrado ou algo do tipo: muitas histórias inventadas surgem daí. 16. Estou com diarreia Constrangedor, mas faz a pessoa parar de perguntar. 17. Fiquei sem dinheiro Se fosse verdade, afetaria outras coisas também. Fácil de desmentir. 18. Fui parado pela polícia Possível, mas dificilmente impediria totalmente o encontro. Exagero comum.



## Carros & Motos

# Projeto aprovado em comissão permite que motorista com CNH tipo B dirija carros elétricos de até 4.250 kg

A Comissão de Viação e Transportes da Câmara dos Deputados aprovou projeto de lei que autoriza motoristas com carteira de habilitação na categoria B a dirigirem veículos elétricos de até 4.250 kg. Hoje, o Código de Trânsito Brasileiro permite que esses motoristas dirijam

veículos de até 3.500 kg. A medida se aplica a veículos com propulsão elétrica ou híbrida e tração predominantemente elétrica. Outros critérios poderão ser definidos em regulamento pelo Conselho Nacional de Trânsito (Contran). Peso das baterias

A comissão aprovou o Projeto de Lei 305/25, do deputado Pedro Aihara (PRD-MG), com emendas do relator, deputado Hugo Leal (PSD-RJ). Aihara afirma que o objetivo é compensar o peso extra das baterias nesses modelos, que costumam ser mais pesados que os carros a combustão.

As categorias da Carteira Nacional de Habilitação (CNH) variam, de A a E, conforme o tipo do veículo, seu peso e a quantidade de passageiros. Híbridos As emendas do relator, além de alterarem a redação do projeto, incluíram no texto os veículos híbridos com tração

predominantemente elétrica. "A própria justificativa do projeto menciona que veículos elétricos e híbridos superarão os movidos à combustão até 2030, demonstrando que ambas as tecnologias merecem tratamento isonômico", disse Leal.

texto aprovado Próximas etapas O projeto será ainda analisado, em caráter conclusivo, pela Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania. Para virar lei, a medida precisa ser aprovada pelos deputados e pelos senadores. Fonte: Agência Câmara de Notícias

## Casos Bizarros

# Homem sente prazer ao comer insetos vivos todos os dias

A nova temporada de My Strange Addiction estreou em janeiro com um personagem inédito que chamou a atenção do público. Pela primeira vez, a série do TLC dedica um episódio a

suas motivações. Em trecho exclusivo exibido no programa, ele conta que larvas de tênbrio estão entre seus insetos preferidos, descritos como tendo gosto de "pipoca com



afirma que a sensação é determinante. Diz sentir prazer com o formigamento na boca e com a sensação dos insetos se movendo enquanto os mastiga, algo que, segundo ele, não

mentos. Carlos admite preferir insetos, mesmo após advertências médicas. No trailer da sétima temporada, um especialista alerta que o hábito pode contaminar o organismo com infecções parasitárias ativas. Ainda assim, ele afirma não se importar com os riscos à saúde.

O programa contextualiza que Carlos não está sozinho: estimativas apontam que mais de dois bilhões de pessoas consomem insetos diariamente no mundo, prática comum em diversas culturas há séculos, embora fora desse contexto tradicional. De volta ao TLC e disponível no Brasil pela HBO Max, a nova temporada de My Strange Addiction apresenta outros casos

de pessoas com comportamentos compulsivos incomuns, com filmagens geralmente em diversas localidades dos EUA. Entre eles, Kathryn, da Virgínia, que abandonou a mastigação e passou a triturar e inalar refeições pelo nariz, e Wendy, da Flórida, que revela o hábito de consumir cerca de um quilo de carne crua por dia.



Carlos, um homem que admite sentir prazer ao comer insetos vivos diariamente, hábito que, segundo ele, se tornou indispensável à sua rotina. Isolado socialmente por causa da prática, Carlos decidiu falar abertamente sobre o vício e

manteiga" e textura semelhante à de macarrão. Alguns insetos, relata, chegam a picá-lo, algo que ele minimiza como "parte da diversão". Prazer, riscos e alerta médico Segundo o Daily Mail, ao tentar explicar o fascínio, Carlos

encontra em nenhum outro alimento. "É um gosto adquirido", define, ao comparar o sabor a notas terrosas e amanteigadas, semelhantes às de certos queijos franceses. Apesar de consumir outros ali-

**CONVÊNIO FUNERÁRIO**

**GRUPO SÃO LUCAS**

**C.B.O**

Previna-se para as horas mais difíceis da sua vida

**-Assistência Familiar Integral**

**-Assistência Funeral 24 horas**

**-Serviços de informação e orientação 24 hs**

**ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS**

**(11) 4746-3637**

**4741-2679**

Visite nossa página

facebook/@saolucas47463637

**Sua tranquilidade é nosso compromisso!!**

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

**NOSSO COMBUSTÍVEL É VOCÊ!**

**4744-5514**

## AUTO POSTO OKABE

*Conveniência OKB*

**Lavanderia Express**

**R. Baruel, 261 - Vila Costa, Suzano - SP- 08675-000**

## Horóscopo



**Aries**  
21/03 a 20/04

O mês traz energia de expansão e ousadia para seus projetos. Ideias inovadoras ganham força e sua mente estará mais aberta para novas possibilidades, especialmente na área financeira. Parcerias e boas conexões serão essenciais para superar desafios e alcançar resultados maiores.



**Touro**  
21/04 a 20/05

Você estará mais corajoso para enfrentar desafios e sair da rotina. É um período favorável para explorar talentos e recursos que estavam esquecidos. Sua visão de oportunidades cresce, principalmente no setor financeiro, abrindo portas para mudanças.



**Gêmeos**  
21/05 a 20/06

O mês favorece a união com amigos e momentos de troca verdadeira. Você poderá mostrar seus talentos com mais confiança e autenticidade. Valorize suas relações, pois elas serão fonte de apoio e crescimento emocional.



**Câncer**  
21/06 a 21/07

Sua vida profissional ganha destaque com uma postura mais dinâmica e inovadora. O período favorece novos caminhos e oportunidades, principalmente se você estiver disposto a encarar desafios com coragem e criatividade.



**Leão**  
22/07 a 22/08

Este é um mês de expansão mental e autodescoberta. Você pode redescobrir habilidades que estavam adormecidas. Interações, especialmente no ambiente digital, serão importantes para abrir novos horizontes.



**Virgem**  
23/08 a 22/09

Os relacionamentos ganham força e podem trazer crescimento significativo. Há boas chances de evolução em grupo e ampliação do seu círculo social. Parcerias podem ser fundamentais para o seu progresso.



**Libra**  
23/09 a 22/10

O mês convida você a sair da rotina e buscar mudanças no dia a dia. Novas formas de organizar sua vida podem trazer mais leveza e produtividade. Compartilhar ideias com pessoas próximas será essencial nesse processo.



**Escorpião**  
23/10 a 21/11

Momento ideal para se permitir mais leveza e criatividade. Atividades culturais e experiências diferentes podem renovar sua energia. Aproveite para dividir esses momentos com pessoas queridas.



**Sagitário**  
22/11 a 21/12

Seu foco estará no lar e no conforto pessoal. Este é um ótimo período para melhorar o ambiente onde vive, tornando-o mais funcional e agradável. Pequenas mudanças podem fazer grande diferença.



**Capricórnio**  
22/12 a 21/01

Sua mente estará mais ativa e voltada para trocas intelectuais. O mês favorece estudos, conversas e atividades em grupo. O convívio social será importante para estimular novas ideias e aprendizados.



**Aquário**  
21/01 a 19/02

Você sentirá vontade de renovar ambientes, organizar melhor sua rotina e buscar mais conforto no dia a dia. Pequenas mudanças dentro de casa podem trazer uma grande sensação de bem-estar. Bom período para fortalecer vínculos familiares.



**Peixes**  
20/02 a 21/03

É um ótimo momento para investir em estudos, projetos intelectuais ou até mesmo colocar em prática planos que envolvam comunicação. O convívio social será essencial para abrir caminhos e ampliar sua visão de mundo.

## Humor

P&B  
Qual é o animal mais antigo?  
A zebra, porque está sempre a preto e branco.

Com moderação  
O que um álcool disse para outro álcool?

Etanois!  
Nada de andar com os pés!  
Qual a cidade que todos os habitantes andam de carro? Uberlândia!

Por que a batata e o pão não conseguem conversar?  
Porque a batata é inglesa e o pão francês.

Inseto bilingue  
Por que a formiga só tem quatro patas? Pois se tivesse 5, seria "fivemiga".

Começou o churrasco  
Quando os americanos comeram carne pela primeira vez?  
Quando chegou Cristóvão "Com Lombo".

**Quero Açaí por Favor!**

Pede ifood já!

O melhor combustível para a saúde

GUELA ROXA

@guela.roxa

## Poesia



### Cascata

A vida é uma cascata  
De gotas cálidas e frias  
Não escorre, arrebatada  
Coração que se estria  
Na noite, na tarde e no dia  
Fria realidade sombria  
Que sempre acaba um dia.



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

### O pio

Um passaro pia no galho mais alto  
Não, para se mostrar  
Não, para encantar  
Pia porque ele pia.  
Do alto ele vê tudo  
O mundo lá encantado  
Se vendo como um rei  
No alto está seguro  
Pia contente  
Avisando que tem talento  
Pia porque pode  
Pia no seu interior  
Quem ouve admira  
Se encanta com a melodia  
Reconhece quem se mostra  
Pois o pio é uma aposta  
Duas realidades que se completam  
De quem pia e de quem ouve  
Quem pia muda quem te ouve.

## Superação é ultrapassar seus próprios limites

Superar é acreditar no seu querer e no seu poder. Não fique focado em suas fraquezas ou defeitos, pense nas forças e oportunidades que tem e saiba usá-las da melhor maneira possível. O seu pior adversário é se você mesmo, pois se deixar abater por pensamentos negativos, nunca será capaz de atrair coisas positivas para a sua vida. A superação exige paciência, resistência, força de espírito e persistência. Não se deixe abater por pequenos insucessos e frustrações. O bom da vida é que quando menos se espera, nós nos superamos basta não parar de tentar. Encare as suas limitações como obstáculos a serem ultrapassados e não como barreiras que forçam você a parar. O bom da vida é que quando menos se espera, nós nos superamos basta não parar de tentar. Encare as suas limitações como obstáculos a serem ultrapassa-

dos e não como barreiras que forçam você a parar. Só quem já passou por tempestades é que precisa aprender a superar. Mas, quem passa por provações na vida não deve pensar nisso como um sofrimento vão, a dor traz ensinamentos e sabedoria que de outra forma não se adquiria. É como diz a expressão "mar calmo nunca fez bom marinheiro"! Por isso, quando a vida desafiar você, não baixe a cabeça, não desista. Olhe para dentro de si e busque forças para lutar e superar! Não há nada melhor do que sentir que se é capaz de ultrapassar os seus próprios limites, e se sentir um vencedor, mesmo que a vida lhe dê poucas armas para enfrentar as batalhas

**Flor de Lis**  
Suzano



## Culinária

### Caldo de inhame com carne seca

Ingredientes

- 1,2 kg de carne seca dessalgada
- 1 kg de inhame
- 2 tomates pequenos
- 1 cebola média
- 1/2 pimentão verde grande
- 4 dentes de alho
- Coentro a gosto
- Pimenta-do-reino a gosto
- 1 colher de chá de cominho a gosto
- 1 colher de sopa de colorau
- 2 colheres de sopa de azeite
- Sal a gosto

modo de preparo  
Corte o inhame, os legumes e os temperos. Cozinhe a carne seca na panela de pressão por cerca de 40 minutos, desfie e reserve. Na mesma água, cozinhe o inhame por alguns minutos.



Em outra panela, refogue a cebola, o alho, o colorau, o tomate e o pimentão até formar um molho. Acrescente a carne desfiada, tempere e misture. Junte o inhame com um pouco do caldo, amasse parte dele para engrossar e ajuste o sal. Deixe cozinhar mais alguns minutos e finalize com coentro.

## Divirta-se:

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

### PAÍSES DA ÁSIA

BRUNEI	LAOS
CHINA	SRI LANKA
IÊMEN	TAIWAN

### RENAS DO PAPAI NOEL

COMETA	DANÇARINA
CORREDORA	RELÂMPAGO
CUPIDO	TROVÃO

### FORMAS GEOMÉTRICAS

CONE	QUADRADO
PARALELOGRAMO	RETÂNGULO
PIRÂMIDE	TRAPÉZIO



## Frase de caminhão

## Fotos Engraçadas

"Seu cachorro morde?"

Não, ele taca tijolo:

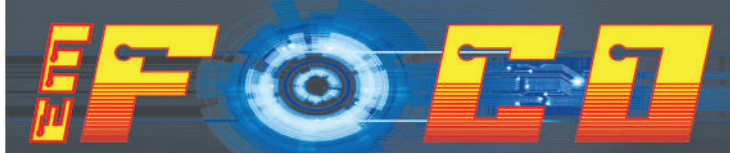


Loja 1: Av. Katsutoshi Naito, 974 / Sesc - Suzano - Tel: 4749-5523

**MAGO**  
Supermercados

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

**Social por Edmara Martins Soares**



**Premiação do Instituto Cegonha reconhece profissionais que contribuem para o desenvolvimento de Suzano**



A Prefeitura de Suzano teve servidores e gestores homenageados durante o Prêmio Diversidade Profissional, promovido pelo Instituto Cegonha, representado por Sônia Cristina Torquato, na noite de quarta-feira (18/03), no Anfiteatro Orlando Digenova. A iniciativa destacou profissionais que se sobressaem em suas áreas e contribuem diretamente para o desenvolvimento social e institucional do município. Entre os homenageados estão a guarda civil municipal Rosemary Ferreira Caxito; o jornalista e secretário municipal de

Comunicação Pública, Paulo Pavione; o secretário municipal de Segurança Cidadã, Francisco Balbino; e o secretário municipal de Desenvolvimento Econômico e Geração de Emprego, Mauro Vaz. Também receberam o prêmio a CEO e jornalista Edmara Martins Soares, que é presidente de Imagem Pública do Rotary Suzano Sul e membro do BNI Infinity Suzano; o DJ e fotógrafo do Lógica, Rui Paulino do Nascimento; Carolina do Studio Supra da equipe Lógica, e o membro do Rotary do Suza-

no Sul, Sidnei de Lima Franco, ampliando o reconhecimento para profissionais que atuam em diferentes frentes da sociedade. A cerimônia contou ainda com a presença do presidente do clube, Eduardo Shigetomi, além de outros companheiros do Rotary Club Suzano Sul, reforçando o apoio institucional e comunitário ao evento. Ao todo, 35 profissionais foram

reconhecidos durante a premiação, que reuniu autoridades, representantes de diversos setores e convidados. O objetivo do Prêmio Diversidade Profissional é valorizar trajetórias e iniciativas que contribuem para a construção de uma sociedade mais inclusiva, evidenciando o trabalho de quem atua diretamente

no atendimento à população e no fortalecimento das políticas públicas. Para o prefeito Pedro Ishi, reconhecer o esforço dos profissionais é fundamental. "Essa homenagem mostra o quanto esses profissionais contribuem com dedicação e responsabilidade para Suzano. Fico muito feliz em ver esse trabalho sendo reconhecido e parabenizado todos os premiados por essa conquista", afirmou.

**Parabéns para você...**

Parabéns ex-vereadora de Suzano, **Neusa dos Santos Oliveira (Neusa do Fadul)**, que completou mais um ano de vida no dia 3. Que esta nova fase seja repleta de alegrias, conquistas e momentos especiais, sempre com muita saúde e felicidade.

Parabéns, **Samuel Alexandre de Oliveira**, que completou aniversário no dia 04 de março. Que este novo ciclo venha cheio de realizações, aprendizado e muita saúde, trazendo ainda mais sucesso para sua trajetória.

Parabéns **Dra. Sandra Lopes Nogueira**, que completou mais um ano de vida no último dia 7. Que Deus continue iluminando seus caminhos, fortalecendo seus sonhos e espalhando sua luz por onde você passar.

Parabéns a **Neusa Ap. S. Chewanko**, que aniversariou no dia 5. Que você siga firme em seus valores, compartilhando sabedoria e inspirando todos ao seu redor com sua essência.

Parabéns, **Angélica Yuriko Shibuya Takahashi**, que completará aniversário dia 31 de março. Que não faltem saúde, determinação e muitas conquistas para celebrar essa nova etapa com alegria.

Parabéns **Kelwin Lima Pinheiro**, que completou mais um aniversário no dia 28 de março. Que este novo ano de vida seja marcado por grandes realizações, felicidade e muitos sonhos concretizados.

Parabéns a **Maurício Sordilli**, que aniversariou no último dia 7. Que sua vida seja sempre cercada de paz, carinho e momentos

felizes, reconhecendo o quanto você é especial para todos.

Parabéns, **Jessica Araujo dos Santos Soares**, que completou aniversário dia 6 de fevereiro. Que este novo ciclo traga renovação, amor, saúde e muitas conquistas. Você merece o melhor! Com carinho de sua amiga Edely.

Parabéns, **Michelly dos Santos Assis Rocha**, que completou mais um ano de vida no dia 25 de março. Que Deus continue guiando seus passos e abençoando sua vida com muita luz, saúde e felicidade. Com carinho de sua amiga Edely.

Parabéns, **Lucas Malafaia Clares Diniz**, que completa mais um ano de vida no dia 27 de março. Que esta nova fase seja cheia de alegrias, conquistas e momentos especiais ao lado de pessoas queridas.

**EQUIPE DESAFIO**

**DJ Rui**

**FAÇA SUA FESTA COM:**

- DJ
- SOM
- LUZES
- SKY PAPER
- FOGOS INDOOR
- PISTA DE DANÇA

**PISTA DE LED PARIS**

**GELO SECO**  
Maquininha de Bolinha de Sabão

Sua festa do jeito que você sonha, com preço que cabe no bolso.

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

**Parabéns 2 DE ABRIL**

**SUZANO**

**77 ANOS**

77 anos de trabalho, tradição e união. Respeito às raízes e esperança no futuro!

VEREADOR/PRESIDENTE

**ARTUR TAKAYAMA**

**SUZANO MUSIC FESTIVAL**

**2026**

**09 A 12 DE ABRIL**

PARQUE MUNICIPAL MAX FEFFER  
JARDIM IMPERADOR - SUZANO/SP

SEU INGRESSO EM:  
[BILHETERIADIGITAL.COM/SUZANOMUSIC](http://BILHETERIADIGITAL.COM/SUZANOMUSIC)

<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>	<b>LINE-UP</b>
<b>09. ABRIL. QUI</b>	<b>LEONARDO + KAIQUE E FELIPE + THIAGO CARVALHO</b>			<b>11. ABRIL. SÁB</b>	<b>MAIARA E MARAISA + LÉO SANTANA + AMANDA LINS</b>				
<b>10. ABRIL. SEX</b>	<b>MURILO HUFF + THIAGO E GRACIANO</b>			<b>12. ABRIL. DOM</b>	<b>ROUPA NOVA + ACOUSTIX</b>				

## Em Destaque...

### OAB Suzano celebra 50 anos com noite histórica de homenagens à advocacia



A 55ª Subseção da OAB Suzano comemorou seus 50 anos de fundação na segunda-feira (23/03) com um evento em sua sede que reuniu mais de 150 pessoas, entre autoridades, lideranças e profissionais da advocacia. Sob a presidência de Fabrício Ciconi Tsutsui, a cerimônia homenageou 47 integrantes que já fizeram parte da diretoria ao longo da história, incluindo os 12 ex-presidentes, com a entrega de laúreas em reconhecimento aos serviços prestados. Diversas autoridades estiveram presentes, como o vice-prefeito Said Rafuil, a primeira-dama Déborah Raffoul

Ishi, o presidente da Câmara Artur Takayama e o ex-prefeito Rodrigo Ashiuchi. Também foram destacados nomes como a conselheira seccional Patrícia Braga, além de outros profissionais que contribuíram para o fortalecimento da entidade. Durante o evento, representantes do poder público ressaltaram a importância da OAB Suzano para o município, destacando seu papel na defesa da advocacia e na contribuição para a sociedade. Fabrício Tsutsui reforçou que a instituição, fundada em 1976, segue evoluindo e mantendo seu compromisso com a justiça e com

a valorização da classe. A solenidade contou ainda com a presença de membros da diretoria atual da subseção, representantes da OAB São Paulo, autoridades do Judiciário, secretários municipais e integrantes da sociedade civil, evidenciando a relevância da entidade ao longo de seus 50 anos de atuação. Na ocasião, autoridades institucionais da OAB São Paulo, representantes dos três poderes e da sociedade civil estiveram presentes. Além do presidente Fabrício Ciconi Tsutsui, a atual diretoria também participou, representada pela vice-presidente Edjane Maria da Silva Suter, pelo secretário-geral Cristian Sivera, pela secretária-adjunta Antonia Prado Gasparotti e pela tesoureira Gabriella Gimenez. A diretora da Caixa de Assistência ao Advogado de São Paulo (CA-ASP), Solange Amorim; o decano Juvenal Antônio e Silva; e o juiz titular da 1ª Vara Criminal de Suzano, Richard Jamberg, também compareceram.

## Seus Direitos!



**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

Nos últimos dias de fevereiro, o Dr. Epaminondas nos deixou, com a certeza, de que seu legado permanecerá. Nascido em Aracaju, em 1941, cresceu em Santos, e adotou como sua cidade Mogi das Cruzes, em 1964. Em Mogi das Cruzes estabeleceu seu escritório, e por mais de 60 anos, se manteve à frente deste escritório, nos últimos anos

### Dr Epaminondas Nogueira o Legado

acompanhado por mim, sua filha Carmen Cecilia, que além de advogada, tenho a alegria de assinar essa coluna. E, é com orgulho que sigo o legado do meu pai, para lhe fazer valer, sua constante busca por informar a todos, sem qualquer distinção, sobre os direitos que lhes são garantidos. Meu pai, pautou sua vida por transmitir seus ensinamentos, não só a mim, mas a todos os colaboradores, que teve ao longo dos seus muitos anos de trabalho, e, principalmente para seus clientes e amigos. O legado do meu pai, se faz presente, a cada cliente que atendemos, muitos dos quais são filhos, netos e até bisnetos, dos primeiros clientes. A informação é o bem mais importante de um ser humano, o conhecimento é algo que passa a fazer parte de quem o detém, jamais poderá ser tomado de volta. Através da informação qualquer pessoa pode mudar o próprio destino. Existem inúmeras maneiras de

se obter a informação, e uma delas é através de profissionais, que assim como meu pai, têm a grandeza de dividir seus conhecimentos com outras pessoas. Tenho certeza de que o compartilhamento de informação, é um dos maiores pilares que nos mantém por mais de 60 anos atuantes em Mogi das Cruzes e região. Dar continuidade a esse trabalho, é uma missão que abraço com todas as minhas forças, e, com o coração cheio de orgulho e satisfação. Agradeço, por todas as manifestações de carinho que recebemos, nos últimos dias, e sigo buscando honrar o legado de meu pai.



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



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

A família formada pela mãe, dona Antonia e os filhos José, João e Martha sempre foi unida e harmônica. Desde cedo os filhos trabalham e muito auxiliam a mãe que sofreu a perda do

## O mal-entendido

marido precocemente. O trabalho árduo não impedia os filhos de estudar e terem bom desempenho escolar. O esforço proporcionou a João aprovação em vestibular numa renomada universidade pública, no curso de medicina, ultra concorrido. Ao consultar os aprovados, João comemorou e avisou a mãe que, emocionada, não controlou as lágrimas. Ambos mantiveram segredo e trariam a notícia quando todos estivessem juntos. Ainda não exauridas as lágrimas da mãe, José chegou em casa e deparou-se com a matrona

chorosa e João ao lado. O segredo pactuado não permitira explicações naquele momento. José, imaginando que João teria feito algo errado, de imediato comunicou Martha, proferindo o seguinte: João fez a mãe chorar! A filha foi acometida pela revolta, afinal, a mãe era referência de anos de abnegação na família e não merecia tamanho acinte. Os filhos confabularam sobre o que teria ocorrido e como João seria admoestado, afinal, fez a genitora se esvaír em lágrimas. Deve ter sido algo grave, imaginaram.

Antes do pôr do sol, os irmãos esperaram sorrateiros, quando João chegou do trabalho. Seria ele inquirido na presença da mãe, sem chances de subterfúgios. A ansiedade dos irmãos era grande, afinal, a genitora nada havia falado (por razões óbvias). Ao ver João, indagaram: ---o que você fez para a mãe? Repudiamos quaisquer gesto que a faça chorar! João nada entendeu. Após alguns segundos de silêncio, dona Antonia esclareceu aos filhos que os motivos de seu pranto era segredo até aquele momento. Pediu aos exaltados que se sentassem e trouxe a

notícia da aprovação de João, algo que a emocionou de forma tão intensa que suas lágrimas jorravam como cachoeira. Martha e José, envergonhados e ao mesmo tempo felizes pela conquista do irmão, abraçaram-no e se desculparam pelo equívoco. Quantos conflitos são instaurados pelo mal-entendido. Uma visão equivocada de alguma situação qualquer, sendo interpretada ante uma nebulosidade fática, ocasiona situações conflitantes. Quantas discórdias, rancores, ódios poderiam ser evitados pela invidade dissi-

pada. Do enredo, quando se observa apenas algumas cenas, claro que o entendimento resta prejudicado. É semelhante aqueles vídeos disseminados em redes sociais que mostram apenas o desfecho, mas não as razões que o motivaram. Antes de dissipar quaisquer notícia ou tomar partido de algo, indispensável conhecer os dois lados da moeda. Quantas "vítimas" na verdade não são vítimas. Quanto "algozes" são rotulados injustamente. Pare, pense, observe com cuidado. Não seja adepto de iniquidades.

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

## MÊS DA MULHER Suzanense

Prefeitura presente no cuidado com **mulheres que inspiram, lideram e deixam sua marca em cada canto da cidade!**



### Departamento da Mulher

Apoio e acolhimento para mulheres que buscam orientação e serviços especializados, com atendimento humanizado, respeito e sigilo, fortalecendo a rede de proteção e cuidado no município.

**Endereço:** Rua Baruel, 501, Subsolo - Centro (Paço Municipal Prefeito Firmino José da Silva)  
**Contato:** (11) 4745-2140

### Clínica da Mulher Claudete Oliveira dos Santos

Suporte a gestantes de alto risco, planejamento familiar e atendimento humanizado a mulheres vítimas de violência, integrando assistência clínica, psicossocial e preventiva.

**Endereço:** Rua Kazuo Kajiwara, 91 - Parque Santa Rosa

## Conheça a rede de apoio à mulher

**Disque 153** Guarda Civil Municipal

**Delegacia de Defesa da Mulher (DDM)**  
(11) 4748-8040

**Patrulha Maria da Penha (GCM)**  
153

**Central de Atendimento à Mulher em Situação de Violência**  
180

**Conselho Municipal dos Direitos da Mulher (CMDM)**  
(11) 4745-2045

**Assistência Judiciária - OAB Suzano**  
(11) 4748-7473

**Sala Rosa - Apoio Jurídico e Psicológico**  
(11) 4747-7524

**Rede de Atenção à Pessoa Vítima de Violência Doméstica e Sexual (RAPSVD)**  
(11) 4745-2114 (11) 4745-2107

**Centro de Referência Especializado de Assistência Social (Creas)**  
(11) 4743-2588



**Confira as ações do Mês da Mulher**

