



# Lógica

Informações - Direitos - Variedades  
(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

Ano XXIV- Edição Nº 289 de Julho de 2025  
-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

## BIOMETRIA PASSA A SER OBRIGATÓRIA PARA ACESSO A BENEFÍCIOS SOCIAIS

**Suzano: Obra da Fatec se aproxima de 50% de conclusão e prefeito vistoria serviços**

**Itaquá: 1ª fase do Agiliza SUS supera meta e realiza 36,9 mil atendimentos**

**Arujá: Adquire novas Câmaras de Vacinação**

**Guararema: Prefeitura recebe visita do ex-jogador Neto, do Corinthians**

**RIBEIRÃO PIRES: Festival do Chocolate celebra 20 anos com grandes atrações**

**Mogi: Mara Bertaiolli inaugura Centro de Lutas e Artes Marciais com mais 200 vagas para crianças e jovens**

**Poá: Prefeito Saulo Souza anuncia entrega de apostilas do sistema Universitário para todos os alunos da rede municipal**

**Ferraz: Banco do Povo já liberou R\$ 419 mil em empréstimos aos empreendedores da cidade**

**São Paulo: Programa que usa dinheiro de imposto para financiar cultura tem aumento de 40% nas propostas em 2025**

**MODA: ÓCULOS NO INVERNO ALIAM ESTILO E PROTEÇÃO PARA OS OLHOS**

**SEXO: Sexo e deficiência: o direito ao prazer e ao afeto**

**Caso Bizarro: Mulher injeta gordura de cozinha no rosto achando que era botox**

# Itaquá: 1ª fase do Agiliza SUS supera meta e realiza 36,9 mil atendimentos

Fotos: Dayane Oliveira (exames) e Eduardo Borges (secretário)

A primeira fase do programa Agiliza SUS, lançado em fevereiro deste ano pela Secretaria de Saúde de Itaquaquecetuba, ultrapassou a meta inicial de 35 mil e chegou a 36.942 atendimentos realizados. O balanço foi divulgado nesta semana e reforça o empenho da administração em apresentar avanços e melhorias na saúde,

com direcionamento para a redução na fila de espera por serviços especializados. A ação, que é pioneira na região, mobilizou a rede municipal para ampliar o acesso a consultas, exames e pequenas cirurgias. Foram 9.315 consultas em especialidades como gastroenterologia, proctologia, ortopedia e dermatologia, 26.363 exames

otimizados, com destaque para eletrocardiogramas, e 1.264 cirurgias de vasectomia, catarata e vascular. Com a meta superada, o trabalho seguirá com força total para as próximas etapas. O secretário de Saúde e Assistência Social, Gabriel Rocha, destacou a importância do programa. "Sabíamos da demanda e da espera, então

colocamos muito empenho, comprometimento e trabalho nessa ação. Ver o número de atendimentos ultrapassando a meta, mostra que a decisão foi certa." "Fizemos o que era necessário para dar conta do que a população precisava. Não é só um número, é qualidade de vida. A saúde é nossa prioridade", completou o prefeito Eduardo Boigues.



## Mais de 200 mulheres participam da 4ª Conferência de Políticas para Mulheres

Com mais de 200 participantes, a 4ª Conferência Municipal de Políticas para Mulheres de Itaquaquecetuba foi realizada nos dias 17 e 18 de julho, promovendo um espaço de escuta, construção coletiva e fortalecimento de políticas públicas voltadas ao público feminino. Organizada pela Secretaria da Mulher, Direitos Humanos e Cidadania, a iniciativa contou

com debates, grupos de trabalho, elaboração de propostas e eleição de delegadas que representarão o município na etapa estadual. Durante os dois dias de evento, realizados na Vila Virgínia, as participantes se dividiram em seis eixos temáticos que discutiram desde democracia paritária e autonomia econômica até saúde integral, justiça reprodutiva e enfrenta-

mento à violência de gênero. "A cada edição, percebemos o quanto esses encontros fortalecem a participação ativa das mulheres na formulação de políticas públicas. Ouvir, dialogar e construir juntas é um passo fundamental para uma sociedade mais justa", afirmou a primeira-dama e presidente do Fundo Social, Mila Boigues. No primeiro dia da conferência,

foi realizada uma palestra da advogada Moara Lima, especialista em direitos das mulheres, que trouxe reflexões sobre os avanços e desafios do cenário atual. No segundo dia, os grupos de trabalho se reuniram para elaborar propostas que foram votadas na plenária final, consolidando as prioridades que seguirão para os próximos estágios de deliberação.

"Esse é um momento essencial para garantir a escuta qualificada e a articulação de ações concretas. Precisamos considerar as diferentes realidades das mulheres e ampliar a rede de apoio e acolhimento em todas as áreas", destacou a secretária Hadla Issa. Além da elaboração das propostas, a conferência foi marcada pela eleição das delegadas que representarão Itaquá

na 5ª Conferência Estadual de Políticas para as Mulheres, levando as demandas locais para o debate estadual e nacional. "Itaquá tem avançado na proteção, valorização e oportunidades para as mulheres. A conferência reafirma nosso compromisso em construir uma cidade mais segura, igualitária e respeitosa para todas", declarou o prefeito Eduardo Boigues.

## Guararema: Prefeitura recebe visita do ex-jogador Neto, do Corinthians



"Craque Neto", como é conhecido, visitou o gabinete do prefeito e a estrutura do Ginásio de Esportes Lázaro Germano no sábado (19). Guararema, por meio das equipes vinculadas à Prefeitura, via Secretaria Municipal de Esportes, Lazer e Qualidade de Vida, vem alcançando diversos êxitos esportivos. Exemplos são o time de futsal sub-20, que é bicampeão da Copa LPF; a formação de ginástica rítmica, que vem conquistando várias medalhas e títulos; os atletas da canoagem, reconhecidos em nível nacional; e a delegação que partici-

pou dos 67º Jogos Regionais, conquistando o 4º lugar geral na competição. Os resultados são expressivos e o apresentador de televisão e ex-jogador de futebol Neto veio à cidade para conferir de perto a estrutura que garante o sucesso. Conhecido como "Craque Neto", o ex-atleta do Corinthians foi recebido no gabinete do prefeito de Guararema, o Zé, no último sábado (19). Para apresentar os projetos do setor também participou da visita o secretário municipal de Esportes, Lazer e Qualidade de Vida, Sidnei Leal. Neto, que já jogou futebol em

Guararema em diferentes oportunidades pelo evento "Jogo das Estrelas", ficou impressionado com a estrutura do município, que conta com estádios, ginásios e outros próprios públicos ideais para a prática de modalidades como futsal, ginástica, basquete, artes marciais, dança de salão, voleibol, tênis de mesa, beach tennis, tênis e muito mais. "Tudo o que é feito de uma maneira tão bonita merece ser valorizado. Parabéns pela gestão que vem sendo realizada em Guararema", disse o "Craque Neto", que também conversou com atletas mirins da

cidade e incentiva projetos unidos de esporte e inclusão social. "Agradecemos pela visita e pela parceria. Em Guararema o Esporte não para e é uma honra recebê-lo em nossa cidade. As portas estão abertas para que você retorne sempre que quiser", disse o prefeito de Guararema, o Zé. Mais informações sobre o Esporte de Guararema – incluindo todas as modalidades oferecidas pela Prefeitura, detalhes dos equipamentos públicos e muito mais – estão disponíveis no web app "O Esporte Não Para" (esportenao-pa.guararema.sp.gov.br).

## Guararema lidera ranking regional no Indicador Criança Alfabetizada

A Rede Municipal de Ensino de Guararema alcançou 76,97% de crianças alfabetizadas até o final do 2º ano do Ensino Fundamental. O dado é do Indicador Criança Alfabetizada, divulgado na terça-feira (16) pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira (Inep), vinculado ao Ministério da Educação. O resultado coloca o município na primeira posição entre as cidades do Alto Tietê e da Região Metropolitana de São Paulo. O índice também supera a meta estabelecida para 2024 (67,24%) e o patamar projetado para 2028 (76,2%), consolidando Guararema como referência regional em alfabetização.

A avaliação é parte do Compromisso Nacional Criança Alfabetizada, iniciativa do Governo Federal que reúne estados e municípios com o objetivo de garantir a alfabetização de todas as crianças até o final do 2º ano do Ensino

Fundamental. O levantamento considera como alfabetizado o estudante que atinge, no mínimo, 743 pontos na avaliação do Sistema de Avaliação da Educação Básica (Saeb), aplicada em 2023. No ranking estadual, Guararema aparece na 105ª colocação entre os municípios paulistas, e na 948ª posição em nível nacional, em um agrupamento de resultados semelhantes. Em comparação com os dados de 2023, quando o índice local era de 64,8%, o município registrou crescimento de 12 pontos percentuais em um ano, resultado das ações pedagógicas realizadas pela Secretaria Municipal de Educação em parceria com as equipes escolares.

"Os dados do Inep, assim como os números do Ideb, que também são os mais altos de toda a região, mostram que o que fazemos em Guararema dá resultado. Colocamos a Educação sempre em primeiro lugar, e isso não é de hoje. Estamos colhendo os

frutos de uma sucessão de boas gestões, iniciadas pela sempre prefeita dona Conceição. Ela inaugurou a primeira creche da cidade, e seguimos hoje com este legado, construindo e entregando escolas e atingindo os mais altos índices no ensino", comemora o prefeito de Guararema, o Zé, que agradece a todo o time da Secretaria Municipal de Educação. A secretária da Pasta, Clara Assumpção Eroles Freire Nunes, completa: "Nosso compromisso está com formação educacional, cultural e social das nossas crianças. Elas são o futuro de Guararema, e por meio do planejamento estratégico, investimentos contínuos e valorização das equipes gestoras, têm acesso ao ensino de primeira qualidade". Mais conquistas da Educação de Guararema podem ser conferidas em <https://guararema.sp.gov.br/noticias/geral/no-dia-internacional-da-educacao-prefeitura-de-guararema-celebra-conquistas-da-rede-municipal-de-ensino>.

## Mogi: Mara Bertaiolli inaugura Centro de Lutas e Artes Marciais com mais 200 vagas para crianças e jovens

A prefeita de Mogi das Cruzes, Mara Bertaiolli, inaugurou na manhã do dia 19, o Centro de Lutas e Artes Marciais Professor José Carlos Miller da Silveira – Tuta. O espaço oferece, já neste primeiro momento, vagas para 200 crianças e jovens a partir de seis anos de idade, em cinco modalidades esportivas: de jiu-jitsu, boxe, judô, taekwondo, karatê shorin ryu, karatê kyokushin. As inscrições já estão abertas e podem ser feitas pelo endereço [mogidascruzes.digital.esp.br](http://mogidascruzes.digital.esp.br). As aulas terão início nesta segunda-feira, dia 21.

O Centro de Lutas está localizado dentro do Ginásio Tuta, no Centro da cidade e foi entregue sem custos para a gestão municipal. A cerimônia de inauguração foi acompanhada por mais de 200 atletas, representantes de academias, escolas de artes marciais e associações, a exemplo



da Confederação Brasileira de Karatê Kyokushin, representada no evento pelo presidente Josimar Ikeda. A esposa do professor Tuta, Sra Teresinha de Jesus Siqueira da Silveira, foi uma das convidadas de honra para o evento, e celebrou o momento ao lado dos filhos Maria Leonor e Roberto Luiz. "É uma alegria muito grande ver este espaço, que leva o nome do meu pai, respirando esporte, cheio de crianças, jovens, adultos e idosos", afirmou a filha do professor Tuta. Após a solenidade, o público

presente pôde conhecer as estruturas e acompanhar as aulas de estreia do espaço. Para atender os alunos, a estrutura conta com dois tatames para a realização de atividades de artes marciais e um ringue para as atividades de boxe, além de área para musculação, ginástica e alongamento. O Ginásio Poliesportivo José Carlos Miller da Silveira – Tuta fica na rua Professor Ismael Alves dos Santos, 560 – Mogilar. Mais informações sobre as aulas gratuitas do Centro de Lutas e Artes Marciais podem ser obtidas pelo telefone 4798-5005.



## ARUJÁ É DESTAQUE NA 67ª EDIÇÃO DOS JOGOS REGIONAIS DO ALTO TIETÊ

### CONQUISTA DE MEDALHAS

<b>Ouro</b>	<b>Basquete Masculino</b>	<b>Prata</b>	<b>Bocha Masculina</b>
<b>Bronze</b>	<b>Taekwondo Masculino</b>	<b>Bronze</b>	<b>Taekwondo Feminino</b>

### TOTAL DE 150 ATLETAS DA CIDADE EM NOVE MODALIDADES

- Basquete
- Bocha
- Futebol
- Futsal
- Natação
- Taekwondo
- Vôlei de praia
- Vôlei de quadra
- Xadrez

**50%**  
Aumento no número de atletas

*Parabéns*

aos atletas, treinadores e equipes de apoio!  
Onde há esporte, há qualidade de vida.

# Suzano: Obra da Fatec se aproxima de 50% de conclusão e prefeito vistoria serviços

O prefeito de Suzano, Pedro Ishi, realizou nesta quarta-feira (23/07) uma vistoria às obras da nova unidade da Faculdade de Tecnologia do Estado de São Paulo (Fatec) no bairro Jardim Monte Cristo. Ele esteve acompanhado do ex-prefeito Rodrigo Ashiuchi, do deputado federal Marcio Alvino e do presidente da Assembleia Legislativa de São Paulo (Alesp), André do Prado, além de representantes do Centro Paula Souza, responsável pela implantação do projeto. A construção, que já atingiu 53% de execução, está sendo realizada entre as avenidas Paulista e Mogi das Cruzes e tem previsão de entrega até o final de 2025. O investimento total é de R\$ 23.971.361,14, viabilizado junto ao governo do Estado de São Paulo com articulação direta de André do Prado.

Durante a visita técnica, o grupo foi recebido pelo professor Clovis Dias, diretor superintendente do Centro Paula Souza, e pela coordenadora técnica de infraestrutura, Bruna Ferreira. Também participaram representantes da empresa responsável pela obra, a R. Nascimento Construtora, incluindo o CEO Jânio Rodrigues e o engenheiro Daniel Cruz. Estrutura moderna e foco na qualificação profissional. A nova Fatec terá três andares e será equipada com 12 salas de aula, seis laboratórios em quatro de informática, um de projetos e um de redes), biblioteca, sala maker, áreas administrativas e salas de apoio aos professores. A unidade ocupará uma área construída de 4,1 mil m<sup>2</sup> em um terreno de 10,8 mil m<sup>2</sup> cedido pela Prefeitura de Suzano.

A expectativa é que mais de 400 estudantes sejam atendidos inicialmente, com oferta de cursos superiores de Gestão da Produção Industrial e Redes de Computadores, áreas com alta demanda no mercado de trabalho. Autoridades destacam importância da obra. Durante a visita, o professor Clovis Dias destacou o apoio do governo estadual, especialmente do governador Tarcísio de Freitas, como fundamental para a realização do projeto. "O Estado abraçou essa iniciativa. Em breve, teremos esse equipamento funcionando e impactando positivamente a vida dos cidadãos", afirmou. O ex-prefeito Rodrigo Ashiuchi ressaltou o trabalho conjunto entre os Poderes Executivo e Legislativo para tirar a obra do papel. "Logo esse local estará aberto

para formar profissionais que farão a diferença em Suzano", disse. Já o deputado estadual André do Prado afirmou que o projeto representa um marco para a educação na cidade. "São cursos de excelência com a marca do Centro Paula Souza. Ver essa obra avançando é motivo de satisfação." O deputado federal Marcio Alvino reforçou seu compromisso com o município. "Seguiremos ao lado do prefeito Pedro Ishi para garantir avanços em todas as áreas. A Fatec será um grande diferencial para Suzano."

Crédito das fotos: Wanderley Costa/Secop Suzano



Por fim, o prefeito Pedro Ishi enfatizou o impacto da instituição na formação dos jovens. "Com essa estrutura, oferecemos cursos superiores de qualidade em áreas estratégicas. Isso abre novas perspectivas para o futuro da nossa juventude."

## Suzano garante 52 toneladas de alimentos à população por meio de programa

A Secretaria de Desenvolvimento Econômico e Geração de Emprego de Suzano viabilizou, no primeiro semestre deste ano, a destinação de 52,5 toneladas de alimentos a 26 entidades socioassistenciais por meio da execução do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA), do governo federal, e do Programa Municipal de Aquisição de Alimentos (PMAA). As iniciativas garantiram o repasse de R\$ 263 mil a 65 agricultores locais, que garantiram a produção de 2 mil refeições.

As estratégias estão reforçando as políticas que visam garantir o acesso à alimentação adequada para pessoas em situação de insegurança alimentar e nutricional, ao mesmo tempo em que promovem a inclusão econômica e social de agricultores familiares. Os programas funcionam por meio de uma lógica que incentiva a compra de alimentos produzidos pela agricultura familiar e os destina a famílias em situação de vulnerabilidade social. Esse ciclo virtuoso é regulado pelo Banco de Alimentos, que funciona de segunda a sexta-feira, das 8 às 17 horas,

na rua Abdo Rachid, 55, no centro. Este polo tem como função viabilizar a arrecadação provenientes de doações e adquirir produtos dos agricultores familiares, por meio do sistema federal de compras diretas. Além da conferência de notas de entrega, da qualidade, pesagem e repasse dos alimentos selecionados às entidades cadastradas, o banco ainda visa melhorias na saúde alimentar das pessoas atendidas, realizando análise das entidades beneficiadas, propondo adequações, promovendo visitas periódicas nas entidades

e famílias assistidas, e acompanhando os trabalhos dos conselhos. Há pouco mais de dois anos, ainda na gestão Rodrigo Ashiuchi, Suzano reforçou este serviço com sua política própria voltada para este serviço, que potencializou o alcance e os resultados do trabalho. O PMAA foi instituído pela lei federal 5.435, de 12 de abril de 2023, e regulamentado pelo decreto 9.924 de 19 de maio de 2023, com o objetivo de promover o acesso à alimentação em quantidade, qualidade e regularidade necessárias às pessoas em risco de

insegurança alimentar e nutricional, sob a perspectiva do direito humano à alimentação adequada e saudável. O instrumento também teve como finalidade incentivar a valorização e o consumo dos alimentos produzidos pela agricultura familiar, urbana e periurbana sustentável, promovendo a sua inclusão econômica e social, com fomento ao processamento de alimentos, à agroindustrialização e à geração de renda. Por esse documento, foram destacados os 29 itens de frutas, hortaliças e legumes que estão sendo proporcionados às famílias.

## Expediente



**Seu Jornal Revista**  
CNPJ: 24.958.890/0001-07

**Escritório:**

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

**E-mail:** jornallogica@hotmail.com

Edmara Martins Soares  
MTB 38.730 DRT/SP

Diretora, Proprietária,  
Jornalista Responsável e Idealizadora

**Colaboradores:**

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

**Cidades abrangentes:**

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

**Público Alvo:**

Atinge leitores de todas as classes sociais, sendo que 60% são da classe C; 55% mulheres e 70% são pessoas entre 30 e 45 anos. (Profissionais liberais, entidades, ONGs, prefeituras Municipais, Secretarias municipais, Câmaras Municipais, Assembleia Legislativa de São Paulo, Foruns, Subsessões das OABs, Congressos, Clínicas Médicas, Microempresas, Comércios, 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 à publicidade estão de acordo com as normas comerciais e estão à disposição dos interessados. A responsabilidade das informações contidas nos anúncios é de inteira responsabilidade do anunciante. Edmara Martins Soares - Editora



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

## Arujá: Adquire novas Câmaras de Vacinação



As câmaras, que foram instaladas em diferentes unidades da Saúde, representam um avanço tecnológico significativo. Elas possuem um sistema eletrônico integrado, conectividade Wi-Fi e gerador próprio, segundo ressaltou o secretário da pasta, Leonardo Reis. "Cada câmara foi projetada para

manter a temperatura adequada por um período de 6 a 12 horas, em caso de falta de energia. Elas também monitoram a temperatura com precisão e emitem alertas, caso haja variações extremas. A manutenção da temperatura ideal é crucial para a preservação das vacinas e a gestão do prefeito Luis Camargo sempre teve essa preocupação, primando pela excelência do serviço", acrescentou. A iniciativa, de acordo com o secretário, complementa a modernização dos geradores das unidades básicas de saúde e a conservação também dos

medicamentos refrigerados. Cada uma das nove unidades de saúde recebeu uma câmara refrigerada, garantindo a adequada conservação das vacinas. "Todas elas estão equipadas com geradores e sistemas de segurança, incluindo baterias para estabilização e estabilizadores de voltagem. Adicionalmente, as câmaras possuem controle digital, conectividade com a internet e alertas em caso de instabilidade da temperatura. Os geradores garantem o funcionamento em caso de falha de energia, assegurando a continuidade da refrigeração", reforçou o secretário. Ele conta que, praticamente, a maioria das vacinas necessita de refrigeração. Durante as ações da unidade móvel do Saúde nos Bairros, por exemplo, que também oferece o serviço de vacinação, as doses são transportadas em recipientes térmicos com controle de temperatura, utilizando termômetros profissionais. "No momento, as vacinas disponíveis em Arujá incluem o

calendário vacinal da infância, com vacinas para crianças e jovens de até 17 anos, e o calendário de rotina para adultos, incluindo vacinas anuais como a influenza e a Covid-19. Há também o calendário vacinal da meia-idade, que inclui vacinas obrigatórias como a da febre amarela. Em breve, será iniciada a vacinação contra a dengue, ampliada, conforme compromisso do governo estadual, lembrando que a vacinação contra a dengue está em andamento em Arujá, com alta taxa de cobertura da primeira dose", afirmou. Campeã em vacinação contra a gripe Outro destaque de Arujá é na vacinação contra a gripe (Influenza), realizada em parceria com o Estado, e que atingiu um alto índice de cobertura, com a aplicação de quase 10 mil doses, superando a meta inicial, pois o município foi o primeiro da região a oferecer a vacina contra a gripe para toda a população no geral, a partir dos 6 meses de idade.

## Arujá altera regra de isenção em concursos para doadores de sangue e medula óssea

A Prefeitura de Arujá sancionou a lei que altera os critérios para concessão da isenção da taxa de inscrição em concursos públicos e processos seletivos no município. A mudança amplia a validade de comprovantes de doação de sangue e medula óssea, mas também passa a exigir que o candidato esteja inscrito no

Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal (CadÚnico), exigência que não constava da norma anterior. Na prática, a nova Lei – publicada em 18 de junho no Diário Oficial da Prefeitura sob nº 3742/2025 – aumenta para 1 ano o prazo para o candidato pleitear a isenção da taxa nos casos de doação

sangue e para dois, nos casos de doação de medula óssea. Antes esse tempo era de apenas seis meses anteriores à data de inscrição. Autor do projeto que originou a Lei, o vereador Tiago Ursão (MDB) disse que a mudança teve o objetivo de "incentivar a prática da doação, fomentar a solidariedade e a cidadania e estimular

a participação cidadã em concursos públicos". Para garantir acesso ao benefício, o candidato ainda deverá juntar, no momento da inscrição, os documentos expedidos pelos centros de coleta credenciados pelo Poder Público tais como hospitais, hemocentros e unidades transfusionais. As novas regras já estão em vigor.

## EDITORIAL

## O perigo escondido atrás do preço baixo

Os Estados Unidos anunciaram um aumento de 50% nas tarifas sobre produtos brasileiros. Essa medida, que começa a valer no dia 1º de agosto, pode até trazer um alívio temporário para o bolso dos brasileiros, com a queda no preço dos alimentos como café, carne, frutas e laranja. Mas é preciso olhar com mais atenção para o que está por trás disso. Menos exportações significam mais produtos no mercado interno. E mais oferta costuma

significar preços mais baixos. Isso pode parecer uma boa notícia para quem vai ao supermercado, mas tem um outro lado dessa história: os produtores podem ser prejudicados. Se vender para fora do país fica mais difícil e o preço dentro do Brasil cai, eles podem desanimar de continuar produzindo. Como disse o ministro Wellington Dias, o ideal seria reduzir os preços dos alimentos por meio de mais produção e melhores condições de financiamento,

não por causa de uma crise nas exportações. O governo, segundo ele, está tentando manter o equilíbrio: cuidar do consumidor sem abandonar o produtor. Além disso, a justificativa dada pelo presidente norte-americano, Donald Trump, chama a atenção. Ele ligou a decisão comercial a temas políticos, como as investigações contra o ex-presidente Jair Bolsonaro. Ou seja, uma medida que deveria ser apenas econômica pode estar sendo usada como forma de pressão política. E isso é preocupante. Também há suspeitas de que algumas pessoas foram avisadas antes da decisão e lucraram muito comprando dólares antes da alta. Por isso, o minis-

tro defende que esse caso seja investigado. No fim das contas, o tarifaço pode até baixar os preços por um tempo, mas se não for bem administrado, pode trazer prejuízos a longo prazo. O Brasil precisa proteger seus produtores, garantir alimento acessível à população e, ao mesmo tempo, manter boas relações comerciais com o mundo — sempre com diálogo e responsabilidade. Mais do que nunca, o Brasil precisa estar atento. Porque o que parece uma simples mudança comercial, na verdade, pode ser o primeiro passo de um efeito dominó com consequências duradouras. Que DEUS abençoe a todos!

Edmara Martins Soares

**En Epaminondas Nogueira** Advogados há 57 anos

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

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

# RIBEIRÃO PIRES: Festival do Chocolate celebra 20 anos com grandes atrações

O Festival do Chocolate de Ribeirão Pires comemora seus 20 anos oferecendo programação gratuita com mais de 100 atrações culturais e gastronômicas. O evento acontecerá em três palcos, entre eles o Choco Paço que promete ser o grande centro de celebração cultural da cidade durante os dias 8 e 31 de agosto.

"Nosso objetivo com o Festival do Chocolate é transformar o centro de Ribeirão Pires em um verdadeiro palco de celebração da cultura popular. Queremos que cada rua, cada esquina, e cada espaço do centro da cidade se encha de música, dança, arte e alegria. Este evento é uma oportunidade para todos,

de todas as idades, se conectarem com a cultura, com a tradição e com o que temos de melhor em nossa cidade", comentou o prefeito de Ribeirão Pires, Guto Volpi.

O festival começa no dia 8 de agosto, com a abertura do palco principal marcada pela apresentação dos Blues Beatles às 20h, uma mistura de blues com os clássicos da famosa banda britânica. No sábado (9), o público poderá curtir a energia do Negritude Jr., grande ícone do pagode dos anos 1990, além do "Sábado com Dança", que promete agitar a tarde.

O domingo (10) será voltado para o público infantil e a terceira idade, com a apresentação

de Mundo Bitá às 15h, seguida de apresentações de dança e o show da irreverente banda Geriatricus às 20h.

Na segunda semana, a Banda Sinfônica da FASCS (Fundação das Artes de São Caetano do Sul) se apresenta na sexta-feira (15). No sábado (16), o veterano Silvio Brito traz sucessos que marcaram gerações. Já o domingo (17) será animado pelo sertanejo da dupla Bruno & Barreto.

A terceira semana do festival será marcada por uma programação focada na música instrumental e coral. Na sexta-feira (22), o público poderá curtir a Banda Sinfônica da EMARP (Escola de Artes de Ribeirão

Pires) e o Coral Meraki, com um concerto especial de música pop. No sábado (23), a cantora Lorena Alexandre faz um tributo à inesquecível Marília Mendonça. O Sábado com Dança agitará o Choco Paço durante toda a tarde. No domingo (24), a programação começa com Beatles para Crianças, uma versão divertida dos clássicos da banda. Depois, o público será surpreendido com um cortejo pela rua realizado pela Banda Lira de Mauá. O cantor Márcio Gomes encerrará o dia com seu show no palco principal.

O fim de semana de encerramento trará muita animação. A Big Band Salada Mista abrirá a programação na sexta-fei-

ra (29), e o sábado (30) será repleto de dança, desfile sustentável e o show da banda Cólica Renal. No último dia do festival,

domingo (31), a programação será voltada para a família, com destaques para a Palhaçaria EMARP, o espetáculo Mundo de Kaboo e o cortejo da Banda Marcial de Poá. O cantor Rafa Torres será o responsável por encerrar as comemorações às 20h.

Além das apresentações musicais, o palco Choco Paço



também será um espaço de manifestações culturais diversas, incluindo danças, performances teatrais e intervenções artísticas.

O evento é gratuito, mas contará com pontos de arrecadação de alimentos não perecíveis e 1kg de ração para pet que serão destinados ao Fundo Social de Solidariedade de Ribeirão Pires.

## Poá: Prefeito Saulo Souza anuncia entrega de apostilas do sistema Universitário para todos os alunos da rede municipal



A Prefeitura de Poá inicia o segundo semestre letivo com uma grande novidade para a educação municipal: a entrega de material didático apostilado do Sistema Educacional Universitário para todos os alunos da rede pública.

A distribuição das apostilas foi anunciada na sexta-feira (18) pelo prefeito Saulo Souza e acontece já no retorno das férias escolares, marcando uma nova etapa na política educacional do município, com foco no fortalecimento da aprendizagem e na

valorização de recursos pedagógicos estruturados e atualizados.

A ação, coordenada pela Secretaria de Educação de Poá, tem como objetivo ampliar as possibilidades de aprendizagem, oferecer um ensino mais qualificado e garantir um currículo alinhado à Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Esta será a primeira vez que os estudantes poaenses terão acesso ao sistema apostilado da rede Universitário, reconhecida pela metodologia eficaz e adaptada às necessidades do ensino

básico.

De acordo com o prefeito Saulo Souza, a entrega das novas apostilas representa um importante avanço na rede municipal de ensino. Para o secretário de Educação, Diego Moreira, com essa iniciativa, a pasta assume o compromisso de transformar a realidade educacional do município, priorizando ações concretas que impactam diretamente a aprendizagem dos estudantes.

Com conteúdo moderno, acessível e capas personalizadas com imagens da cidade, as apostilas

serão utilizadas por todas as etapas da educação municipal. Além de atender às diretrizes da BNCC, o material oferece suporte tanto aos alunos quanto aos professores, que poderão contar com um planejamento estruturado ao longo do ano letivo.

**Formação de professores** Paralelamente à entrega dos materiais, a Prefeitura de Poá também está investindo fortemente na formação continuada dos professores da rede municipal.

## Ferraz: Banco do Povo já liberou R\$ 419 mil em empréstimos aos empreendedores da cidade

O Banco do Povo de Ferraz de Vasconcelos concedeu R\$ 419 mil em créditos aos empreendedores da cidade para auxiliar no desenvolvimento de seus negócios. O período se refere do dia sete de fevereiro de 2024 ao dia quatro de julho deste ano. O balanço foi divulgado pela Secretaria de Desenvolvimento Econômico e Agricultura responsável pela gestão do programa. Deste valor

foram vários segmentos beneficiados no município, entre eles, casas de rações, escritórios de contabilidade, comércio de produtos naturais e até mecânicas. O programa Banco do Povo é uma iniciativa de microcrédito produtivo orientado que busca apoiar pequenos empreendedores formais e informais, promovendo a geração de emprego e renda. Seu principal objetivo é oferecer

acesso a recursos financeiros com condições facilitadas, incluindo taxas de juros reduzidas e prazos de pagamento acessíveis, possibilitando investimentos nos negócios.

**E para que serve este crédito?** Para desenvolver o negócio – ampliar produtos e serviços e melhorar as instalações. A vantagem é que o comerciante ou empreendedor obtém o crédito com

juros de 0,35% ao mês, é a menor taxa do mercado exatamente para promover o desenvolvimento dos negócios se comparado aos bancos tradicionais. Além disso, a carência para o pagamento pode chegar, de 60 a 90 dias para o primeiro pagamento que pode ser parcelado em até 36 meses dependendo da situação. Desenvolvido em parceria entre o Governo do Estado e os mu-

nicipios, o programa promove o desenvolvimento econômico estadual, estimula o empreendedorismo e reduz a desigualdade social, fornecendo suporte financeiro e técnico aos pequenos negócios fundamentais para a economia. Para ter acesso à linha de crédito é necessárias para a liberação, como a apresentação de documentos e para onde o dinheiro será investido. Em Fer-

raz, o programa conta com duas agentes de crédito: a Dorotéia e a Andrezza que atendem os interessados na sala do Empreendedor, além de um gestor do programa, o coordenador executivo Thiago Severo. O Banco do Povo funciona na Secretaria de Desenvolvimento Econômico e Agricultura, localizada na rua Pedro Foschini, 200, na Vila Romanópolis. O atendimento é feito das 8 às 17 horas, de segunda a sexta-feira.

# PASSE >> LIVRE

ESTUDANTIL

GRATUIDADE NO TRANSPORTE PÚBLICO MUNICIPAL PARA QUEM MAIS PRECISA!

INSCRIÇÕES NO SITE

2º SEMESTRE DE 2025  
ATÉ 30 DE SETEMBRO



ESCANEIE O QR CODE E  
ACESSE O SITE OFICIAL  
DO PROGRAMA

[SUZANO.SP.GOV.BR/WEB/PASSE-LIVRE](https://SUZANO.SP.GOV.BR/WEB/PASSE-LIVRE)

MAIS INFORMAÇÕES:

E-MAIL  
[PASSE.LIVRE@EDUC.SUZANO.SP.GOV.BR](mailto:PASSE.LIVRE@EDUC.SUZANO.SP.GOV.BR)

TELEFONE  
(11) 4744-6084



# Lógica

Informações - Direitos - Variedades

(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

LÓGICA - JULHO DE 2025

CADERNO 2

05



## ÓCULOS NO INVERNO ALIAM ESTILO E PROTEÇÃO PARA OS OLHOS

**Item também indispensável** nos dias frios, os óculos de sol protegem contra vento, ressecamento e radiação ultravioleta. Quando se fala em óculos de sol, muita gente pensa apenas no verão. No entanto, o uso do acessório também é importante no inverno. Além de compor o visual com charme e personalidade, os óculos oferecem proteção contra os efeitos do vento frio, do ressecamento ocular e da radiação ultravioleta, que continua presente mesmo nos dias nublados. De acordo com especialistas,

a luz solar no inverno pode ser igualmente prejudicial à visão. Isso ocorre porque os raios UV continuam atravessando as nuvens e, em algumas regiões, como áreas com neblina, neves ou superfícies claras, o reflexo pode aumentar ainda mais a exposição. Óculos com lentes com proteção UV ajudam a preservar a saúde ocular durante todo o ano. Outro fator que reforça o uso do acessório durante os meses mais frios é o desconforto causado pelo vento gelado, que pode ressecar os olhos ou causar irritações, especialmente em quem faz uso de lentes de contato. "O óculos age como uma barreira física contra o

vento, mantendo os olhos mais protegidos e confortáveis", explicam oftalmologistas. No quesito estético, o inverno favorece o uso de modelos com armações mais marcantes, em tons escuros como vinho, marrom, preto ou tartaruga. As lentes mais claras, em tonalidades como âmbar ou cinza suave, são ideais para os dias nublados e garantem boa visibilidade sem escurecer demais o campo de visão. Especialistas alertam, ainda, para a importância de adquirir óculos de procedência confiável. Itens sem certificação podem comprometer a saúde ocular. "Usar óculos falsificados ou sem proteção UV é pior do



que não usar nada, pois a pupila se dilata com a lente escura e acaba absorvendo ainda mais



radiação", alertam. Assim, além de manter o estilo mesmo com casacos e cache-

cóis, usar óculos no inverno é uma atitude de cuidado com a saúde e o bem-estar visual.

### Beleza

## Receitas caseiras de beleza:

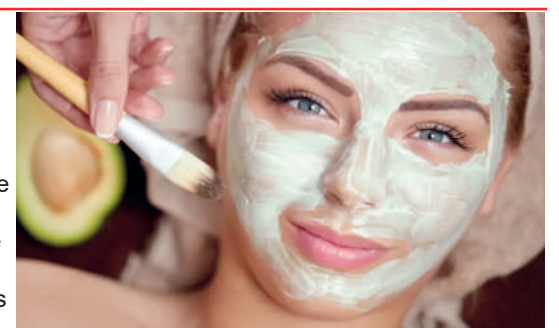
Receitas caseiras de beleza são populares, mas nem todas funcionam — e algumas podem até causar danos. A Dra. Luciana Passoni, médica especialista em cabelos e transplante capilar, e o Dr. Dieick de Sá, biomédico esteta, explicam quais truques são seguros e quais devem ser evitados. Cuidados com a pele (Skinca-

re)  
 **Pepino nos olhos funciona?**  Verdadeiro. O pepino ajuda a reduzir o inchaço das pálpebras, pois contrai os vasos sanguíneos. No entanto, o efeito é temporário.  
 **Esfoliar o rosto com açúcar é bom?**  Mito. Pode causar microlesões e não melhora significativamente a textura da pele. Prefira esfoliantes próprios para o rosto.  
 **Gelatina com vinho tinto rejuvenesce?**  Fake news. A combinação promete combater a flacidez, mas não tem eficácia comprovada. Em vez disso, os médicos recomendam procedimentos como os fios de PDO ou preenchedores com ácido hialurônico.  
 **Chá de camomila desincha o rosto?**

Verdadeiro. A camomila tem efeito calmante e pode reduzir a vermelhidão. Use o chá gelado em compressas por alguns minutos.  
 **Cuidados com o cabelo**   
 **Babosa hidrata os fios?**  Verdadeiro. Rica em substâncias hidratantes, a babosa é eficaz e está presente em vários produtos capilares.  
 **Azeite de oliva ajuda a controlar o volume?**

Mito. Não oferece os nutrientes necessários e pode pesar nos fios, especialmente os oleosos ou finos. O ideal é usar séruns com ceramidas e toucas de cetim à noite.  
 **Talco tira a oleosidade?**  Fake news. Pode deixar o cabelo com aparência suja e entupir os poros. Em emergências, prefira o shampoo a seco.

Leite tira o verde do cloro? Mito. Apesar da gordura do leite poder ajudar, o melhor é proteger os fios com óleo (como o de coco) antes e depois da piscina, além de enxaguar com água corrente.



### Faça Você Mesma

## Lanterna Japonesa de Papel

Materiais fáceis de encontrar: Papel manteiga, papel vegetal ou papel arroz (pode ser A4) Palitos de churrasco ou de espetinho (8 palitos por lanterna) Cola branca ou cola quente Tesoura Régua Lápis Barbante ou fio de nylon (para pendurar) (Opcional) Pisca-pisca ou vela LED para iluminar  
Passo 1: Crie a base da estrutura Pegue 4 palitos de churrasco. Cole as pontas formando um quadrado, usando cola quente ou branca (reforce os cantinhos). Repita para criar outro quadrado — esse será o topo.  
Passo 2: Faça os pilares laterais Com mais 4 palitos, uma o quadrado da base ao do topo — um palito em cada canto, colando verticalmente. Você agora tem uma estrutura cúbica/retangular.  
Passo 3: Prepare o papel Corte o papel vegetal ou manteiga

em 4 retângulos. O tamanho deve cobrir cada lado da estrutura com uma pequena sobra para colar (ex: 15 cm x 20 cm). Se quiser, desenhe ou pinte o papel antes — pode usar aquarela, caneta permanente ou carimbos.  
Passo 4: Cole o papel Com muito cuidado, cole o papel por fora da estrutura (como se fosse uma "parede"). Passe a cola apenas nas bordas do papel e pressione sobre os palitos. Faça isso nos 4 lados, deixando o topo e o fundo abertos (ou feche o topo se quiser um acabamento mais firme).  
Passo 5: Iluminação (opcional mas mágico!) Coloque uma vela LED dentro (nunca vela de fogo real, pois o papel pega fogo fácil). Ou coloque uma luzinha de pisca-pisca enrolada em um potinho pequeno no fundo.  
Passo 6: Finalize e pendure Amarre um fio de nylon ou



barbante na parte de cima para pendurar. Se quiser, pode fazer várias e pendurar em fios para criar um varal iluminado!  
Dica extra: Você pode fazer mini versões usando palitos de dente e papel manteiga cortado — ficam lindas como decoração de mesa ou lembrancinha

## A força feminina que descomplica e faz acontecer no futuro do mundo dos consignados



se destaca pela capacidade de empoderar seus clientes, descomplicar processos e trazer mais tranquilidade à vida financeira das pessoas. Com parcerias estratégicas com grandes bancos, a Descomplica reúne mais de 32 bandeiras em seu portfólio, oferecendo uma variedade de opções sob medida para cada perfil. A inteligência, dedicação e empatia das mulheres, como a de Jéssica, estão

redefinindo o mercado de consignados. Cada vez mais presentes em posições de destaque, elas entregam soluções financeiras personalizadas, com um olhar atento às reais necessidades de cada cliente. A Descomplica, sob sua

No dinâmico mercado de crédito consignado, a liderança e a visão de futuro de Jéssica Hohana Ferreira dos Santos estão abrindo novos caminhos. Desde 2022, Jéssica comanda a Descomplica Consultoria e Consignados, transformando a maneira como as pessoas acessam soluções financeiras — com excelência e um toque feminino que faz a diferença. Com uma abordagem focada em clareza, segurança e atendimento humanizado, Jéssica se dedica a oferecer as melhores soluções em crédito consignado. Ela entende que, por trás de cada solicitação, existem sonhos a serem realizados e planos a serem concretizados. Por isso, seu compromisso é com a transparência e a personalização, garantindo que cada cliente receba o suporte ideal para suas necessidades. A força de Jéssica vai além da experiência técnica. Ela

redefinindo o mercado de consignados. Cada vez mais presentes em posições de destaque, elas entregam soluções financeiras personalizadas, com um olhar atento às reais necessidades de cada cliente. A Descomplica, sob sua



liderança, conta com uma equipe comprometida que une expertise técnica e acolhimento humano. Para a equipe, cada cliente é único — não um número — e merece atenção, cuidado e



A Descomplica oferece:

- Empréstimos consignados para aposentados e pensionistas
- FGTS
- Bolsa Família
- Trabalhadores CLT
- Funcionários públicos
- Empréstimo na conta de luz
- Refinanciamento veicular
- E a novidade: Venda de energia elétrica

**Descomplica Consultoria e Consignados**  
Loja 01 – Shopping Itaquá Park Loja 02 – Shopping Pateo Itaquá  
Telefone: (11) 4952-2630

**O que falta para você anunciar?**  
**(11) 9.8314-0177**



## Por que os gatos arranham?

Arranhar é um comportamento essencial e multifuncional para os gatos. Serve para: Manutenção das unhas: Removem a camada externa desgastada das garras para mantê-las afiadas e saudáveis. Alongamento: Esticam os músculos do corpo, especialmente após longos períodos de descanso ou sono. Marcar território: Suas patas possuem glândulas que liberam feromônios; arranhar objetos espalha seu cheiro e delimita seu espaço. Expressão emocional: Ajuda a aliviar ansiedade, estresse e pode ser um meio de comunicação. Por que meu gato arranha o sofá? Além dos motivos acima, o sofá geralmente tem: Textura que agrada o gato para fincar as unhas; Localização estratégica na casa (área de passagem ou lugar preferido do gato); Cheiros e estímulos que atraem o felino. Como proteger seu sofá do arranhão?

1. Escolha o tecido ideal Tecidos lisos, com trama fechada, como veludo, suede e sarja, são mais resistentes e desestimulam o arranhão. Evite tecidos com fibras soltas ou muito texturizados, como algodão cru e juta. 2. Invista em arranhadores variados Ofereça arranhadores verticais, horizontais e de parede. Coloque-os próximos aos locais onde o gato costuma arranhar. Use catnip (erva-do-gato) para atrair o animal ao arranhador. 3. Arranhadores para sofá Arranhadores fixados no móvel protegem os pontos preferidos do gato, como braços e laterais. Eles podem ser adesivos ou presos com presilhas e são fáceis de instalar. 4. Aparar unhas regularmente Corte as unhas a cada 2-3 semanas com cortador apropriado, evitando a parte rosada. Isso reduz os danos e ajuda a proteger pessoas contra arranhões. 5. Use protetores temporários Capas protetoras para sofá;

Fitas dupla-face ou protetores plásticos nos cantos; Ssprays repelentes próprios para gatos (com recomendação veterinária). 6. Educação e reforço positivo Redirecione o gato ao arranhador quando ele for ao sofá. Recompense sempre que usar o arranhador. Nunca puna com gritos ou agressões, pois isso piora o comportamento. Dicas para lidar com gatos estressados ou idosos Gatos idosos podem preferir arranhadores mais baixos e macios. Use feromônios sintéticos para acalmar gatos ansiosos. Ofereça brinquedos interativos e rotina de brincadeiras diárias para gastar energia. Quando procurar ajuda profissional? Se o problema persistir, procure: Veterinário para descartar problemas médicos ou comportamentais; Adestradores especializados em gatos; Avalie o ambiente para garantir estímulos suficientes e conforto.



## Forum das Mulheres



**Andrineia Gomes**  
Psicanalista, Terapeuta Idealizadora do Mulheres e sua voz.-Coordenadora do curso de Promotoras Legais Populares.-Oficineira produção artística para a terceira idade . Projeto Recrie- CRAS de Poá.

Tem um momento na vida de toda mulher que parece silencioso, mas é ensurdecedor. É quando ela se olha no espelho e, pela primeira vez, não vê apenas o rosto cansado ou os

## O dia em que o espelho devolveu a coragem

traços herdados da família. Ela enxerga a dor escondida atrás do sorriso, as marcas da luta diária, os sonhos que ficaram calados por medo ou costume.

Foi assim com muitas de nós. Crescemos ouvindo que mulher forte é a que aguenta. Que silêncio evita briga. Que grito é falta de respeito — mesmo quando o mundo gritava com a gente. E, por gerações, essa violência foi sendo passada como uma herança amarga, difícil de desfazer.

Mas a boa notícia é que há mulheres, muitas, que decidiram quebrar esse ciclo. Elas se olharam no espelho e, em vez de se esconder, se resgataram. Enxergaram o que sempre esteve lá:

uma força que o tempo não apagou, uma coragem que esperava para florescer. Elas disseram “não” onde antes calavam. Buscaram ajuda, falaram em voz alta, confiaram umas nas outras. Foram mães, filhas, amigas — e, acima de tudo, foram fiéis a si mesmas. Escolheram ser a última geração a carregar a dor que não começou com elas.

Hoje, essas mulheres caminham com a cabeça erguida. Não porque esqueceram o que viveram, mas porque se permitiram recomeçar. E a cada passo que dão, abrem caminho para outras. Porque toda mulher que se liberta leva junto uma multidão. Essa coluna é para você,

que está nesse processo de resgate. Que talvez ainda olhe no espelho com dúvidas, com medos. Saiba que o primeiro passo é se reconhecer. O segundo é acreditar: você não está sozinha. E o terceiro — o mais bonito — é reescrever sua história com a força de quem decidiu ser livre.

Andrineia Gomes é psicanalista e idealizadora do projeto Mulheres e Sua Voz. Depois de se resgatar de si mesma, decidiu dar voz às mulheres que gritavam em silêncio. Acredita que o caminho do conhecimento pode libertar, transformar e abrir novos horizontes para todas aquelas que um dia foram ensinadas a se calar.



**PROMOTORAS LEGAIS POPULARES**

## De mulher para Mulher

Falas de PLPs No Jornal **Lógica**

Concluir o curso das Promotoras Legais Populares foi um aprendizado rico de informações, que são praticadas e compartilhadas entre muitas mulheres. As mulheres são incentivadas, pelas Promotoras Legais Populares a procurarem informações sobre o curso. É visível que as Promotoras Legais Populares após o curso são transformadas pelo conhecimento adquirido, tornando-se uma multiplicadora de informações, conhecimentos e experiências.

Meu nome é **Cristiane**

**Matsuo Umehara**, tenho 49 anos, mulher, filha de descendentes de japonês, irmã e cunhada, Profissional da Educação Física ou como muitos preferem Educadora Física, servidora pública concursada há 13 anos na Prefeitura Municipal de Suzano.

Sou Promotora Legal Popular, já participei da CIPA(Prefeitura), recebi a homenagem como Desportista do ano de 2018, pelo trabalho desenvolvido na piscina municipal Daniel Fiamini Geremias, trabalhei com a natação e a hidroginástica para o público em geral, além de trabalhar com a inclusão e atendimento especializado para pessoas com deficiência; fiz parte com a natação do “Projeto Jornada Estendida” idealizado pela Secretaria Municipal de Educação; participei como professora nas aulas de hidroginástica do “Projeto Hidroginástica para pessoas com indicação para cirurgia bariátrica” idealizado pela Secretaria Municipal da Saúde; participei como professora no “Projeto Hidroginástica do SASPE”, onde tive a oportunidade de conhecer a Dra. Sandra Lopes Nogueira; contribuí para o Projeto “Amigo, Estou Aqui”, uma iniciativa da Secretaria Municipal da Administração; participei do “Projeto Natação Terapêutica da União Família Azul” (U.F.A.); e participei da equipe de treinamento de natação e paranatação nos Jogos Regionais representando Suzano, além de contribuir para a realização das Olimpíadas Especiais(Special Olympics).

Em 2023, iniciei um novo ciclo na Prefeitura de Suzano, um novo desafio, atualmente trabalho na Secretaria Municipal de Saúde, com a saúde mental, procuro divulgar e compartilhar a importância de um profissional de atividade física para a redução dos danos causados pela medicação necessária e utilizada para a saúde mental.

Agradeço aos meus pais, irmão, cunhada e à todos que na minha trajetória profissional fizeram parte até o momento, em especial à P.L.P., amiga-irmã Shirley Onça e retribuo afirmando: Estou feliz! Bem-vindo novo ciclo!

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



## São Paulo: Programa que usa dinheiro de imposto para financiar cultura tem aumento de 40% nas propostas em 2025

Por meio do PROMAC, a Prefeitura autoriza que pessoas ou empresas usem parte dos seus impostos municipais para financiar projetos culturais

O Programa Municipal de Apoio a Projetos Culturais (PROMAC), da Secretaria de Cultura e Economia Criativa, teve um aumento de cerca de 40% no número de projetos apresentados quando comparado ao ano anterior. Em 2024, foram 507 propostas, enquanto em 2025 o número subiu para 731. As contratações também aumentaram cerca de 8%.

Um dos principais motivos para o aumento foram as melho-

rias no Edital 2025. Segundo o coordenador do PROMAC, Eduardo Cappellini, neste ano os documentos exigidos foram readequados, todos os contratos puderam ser enviados online e a prestação de contas foi atualizada, agora com o processo de avaliação, aprovação e resposta mais ágeis. O objetivo do programa é incentivar projetos culturais e artísticos, protegendo o patrimônio material e imaterial da cidade ao ampliar o acesso e as produções artísticas e culturais, por meio de renúncia fiscal, em que o governo abre mão de receber uma parte dos impostos para convertê-los em investi-

mento para apoiar e incentivar a cultura.

Ou seja, a Prefeitura de São Paulo autoriza que pessoas ou empresas usem parte dos seus impostos municipais para financiar projetos culturais, como o Imposto Sobre Serviços (ISS) ou Imposto sobre a Propriedade Predial e Territorial Urbana (IPTU).

Como funciona o Programa Municipal de Apoio a Projetos Culturais (PROMAC)? Para se inscrever é necessário que a pessoa física ou jurídica tenha direitos e autorizações necessárias sobre todas as obras envolvidas no projeto,

além de residir ou ter sede no município de São Paulo há pelo menos dois anos.

Neste ano, dentro dos segmentos, os destaques são “Patrimônio Histórico e Artístico” e “Restauração e Conservação de Bens Protegidos por Órgãos Oficiais de Preservação”.

Os projetos inscritos são avaliados por uma Comissão Julgadora de Projetos composta por membros da sociedade civil e administração pública. A partir da aprovação, a captação de recursos e execução dos projetos precisa ser feita em até dois anos, a partir da data de aprovação.



PROGRAMA

**CONSTRUÇÃO LEGAL**

SEGURANÇA E VALORIZAÇÃO DO SEU PATRIMÔNIO

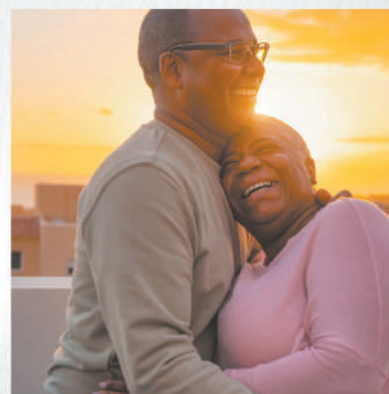
## DÊ O PRIMEIRO PASSO PARA GARANTIR A LEGALIDADE DA SUA CONSTRUÇÃO.



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



**A SOLICITAÇÃO DEVE SER PROTOCOLADA POR ENGENHEIROS OU ARQUITETOS.**



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

@prefitaqua Prefeitura de Itaquaquecetuba



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

## Momento de Fé

# Não desfaleça

**Portanto, vos peço que não desfaleçais nas minhas tribulações por vós, que são a vossa glória. Efésios 3.13**

Quem não tem como alvo seguir o Senhor Jesus se desespera diante das provações. O desejo de qualquer pessoa é realizar-se na vida, e, para atingir tal alvo, é necessário conhecer as regras. Sendo servos de Deus, devemos orar, colocando tudo diante dEle, e esperar pela direção que nos será dada pela Sua Palavra. Nenhum problema é insolúvel. Portanto, ore, peça e creia! Para prosperarmos, precisamos crer nos profetas do Senhor, conforme disse o rei Josafá: E, pela manhã cedo,

se levantaram e saíram ao deserto de Tecoa; e, saindo eles, pôs-se em pé Josafá e disse: Ouvi-me, ó Judá e vós, moradores de Jerusalém: Crede no SENHOR, vosso Deus, e estareis seguros; crede nos seus profetas e prosperareis (2 Cr 20.20). Quem confiar em Deus nunca se frustrará! Os versículos anteriores do capítulo 20, do segundo livro das Crônicas, informam-nos que uma grande confederação de nações para derrotar os israelitas foi formada, composta por amonitas, moabitas, os da montanha de Seir e arábios. O rei Josafá foi admoestado pelo profeta Jaaziel, que lhe deu o recado exato de como proceder.

Então, o rei creu e despertou bem cedo naquela manhã, ajuntou o seu povo e foi para o combate. Ele orientou o povo a crer nos profetas. Hoje, devemos ter fé no que salta aos nossos olhos no momento da leitura da Bíblia, pois ela guarda o poder necessário para nos conceder a vitória. Quem crê na Palavra tem o testemunho do Altíssimo. O ato seguinte é entrar na presença do Todo-Poderoso e determinar a destruição do mal. Quem confia nas declarações do Altíssimo será vencedor. Deus é real e cumpre tudo o que diz! Se você estiver enfrentando tribulações, levante-se em o Nome de Jesus e repreenda

o mal, acreditando que tudo se resolverá conforme você determinou. Jamais deixe o negativismo tomar conta da sua vida, nem sofra por causa das ameaças do inimigo, pois ele é mentiroso. Jesus garantiu que removeria do seu viver tudo o que você ordenasse usando o Nome dEle (Jo 14.13). É tempo de você assumir o seu lugar em Cristo e tomar posse da bênção! Não se compare a ninguém, mas se veja agindo como o Mestre agia, caso Ele estivesse no seu lugar. É errado dizer que, se Paulo



Foto: NEOM

passou por tribulações, você também enfrentará situações similares. O apóstolo sabia que encontraria obstáculos devido à perseguição dos judeus. Porém, nunca pense que tal cenário precisa acontecer na sua vida também. Cada pessoa tem um tratamento diferente dos Céus! Os sofrimentos do apóstolo

nada têm de semelhante aos seus. No entanto, se você sentir a necessidade de se comparar a alguém, compare-se a Jesus. Ele veio e morreu por nós no Calvário, para que fôssemos ajudados por Deus. Não temos de chorar, mas, sim, partir para a batalha com confiança de que seremos atendidos!

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

## Fortes demais para sentir?

Desde cedo aprendemos que, para conquistar algo na vida, é preciso ser forte e inabalável. Que não há espaço para sentir dor, porque a vida é assim mesmo — uma batalha constante em que só vence quem luta.

Mas esse comportamento, muitas vezes, não nos leva à verdadeira conquista. Em vez disso, gera um

sentimento difícil de nomear. No consultório, recebo pessoas bem-sucedidas, admiradas por muitos, mas que carregam um vazio que não sabem explicar, nem expressar. O psicanalista Donald Winnicott chamava isso de falso self: uma espécie de armadura emocional que construímos para atender às expectativas externas, enquanto escondemos

quem realmente somos. Ele dizia: "O falso self resulta de uma defesa contra a angústia e o desamparo. Ele protege, mas também esconde o self verdadeiro." E quanto mais tempo passamos desconectados desse self autêntico, mais distante ficamos de nós mesmos.

Quando damos voz ao que

foi silenciado — às perdas ignoradas, aos termos sem explicação, às perguntas que nunca foram feitas, às brigas sem fim, às feridas nunca cuidadas — algo muda. O peso que parecia parte de quem somos, desaparece. As dores precisam ser sentidas. Elas fazem parte da nossa história. Precisamos chorar — seja por tristeza, seja por alegria. Precisa-

mos viver os lutos, para que se tornem lembranças, e não tristezas eternas. Negar a dor não nos fortalece. Sentir é o que nos torna inteiros.

"Tudo tem o seu tempo determinado, e há tempo para todo propósito debaixo do céu: tempo de chorar, e tempo de rir; tempo de prantear, e tempo de dançar." - Eclesiastes 3:1, 4



liviasperandiopsico@gmail.com

**Livia Sperandio**  
Psicóloga e Ministra de Louvor

## "O Tempo, A Água e a Vida"

O tempo e a água são os solventes universais, sem o primeiro a noção do fluxo de

acontecimentos seria extremamente complicado de se entender, tanto um como o

outro fluem sempre no mesmo sentido, como um rio. Embora seja possível ar-

mazenar e represar a água o tempo continua a fluir inexoravelmente em direção ao futuro.

A água as vezes se armazena em reentrâncias, valas e que tais criando reservas e memórias como o tempo. Água mole em pedra dura tanto bate até que fura, é um exemplo bem vivido da união desses dois elementos. Einstein propôs que o tempo era uma grandeza que se deformaria com o espaço. Explicou a complexidade dessa fórmula e até propôs experimentos que a comprovariam. Para mim basta saber que o tempo é relativo. Mas principalmente

a nossa percepção. Quem nunca percebeu que o leite ferve e derrama quando nos distraímos? Que quando estamos com pressa os semáforos demoram mais para abrir?

A água também tem características relativas. No frio demora mais para o chuveiro aquecer. E no calor os mesmos 30 graus são escaldantes.

Tudo está em movimento, mas em um único sentido., a água seguirá em seu ciclo de evaporação e precipitação e o tempo continuará a desbastar as rochas, oxidar os metais, enrugam a pele, embaçar a vista, clarear e



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

rearear os cabelos etc. Forças além de nossa imaginação impulsionam essas maravilhas que são o tempo e a água. Sem a noção de um ficarmos loucos e sem a existência do outro, talvez não existíssemos como conhecemos.

Nosso planeta gira a uma velocidade absurda que nenhum engenheiro humano conseguiu atingir, mesmo assim a água está fixa em sua superfície, fluindo e gerando vida.

O que eu queria dizer é que temos que preservar tanto um quanto o outro, água é vida e cada segundo é raríssimo e inigualável, viva-os em sua plenitude e brinde a maravilha da vida com um cristalino e saudável copo de água.

Que Deus de pão a quem tem fome e sede e de justiça a quem tem pão.

**PROCURA-SE VENDEDOR EXTERNO**

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

Ligue:  
**11-9.8314-0177**

**LIGADA EM MOGI, LIGADA EM VOCÊ.**

Sintonize o canal 3.2 UHF e acompanhe as sessões e decisões que constroem o futuro de Mogi das Cruzes. Transmissões diretas do plenário, com transparência e compromisso com o cidadão. TV Câmara: mais que assistir, é fazer parte.

CÂMARA MUNICIPAL DE  
**MOGI DAS CRUZES**



**COPIX**  
**INFORMÁTICA**

Telefone:  
**(11) 4748-1116**

**SUORTE E SERVIÇOS PARA COMPUTADORES**

**QUERO AÇAÍ POR FAVOR!**

O melhor combustível para a saúde

@guela.roxa

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

**(11) 9.6306-6791**  
**ALEXANDRE**

## Economia

# Biometria passa a ser obrigatória para acesso a benefícios sociais

O governo federal anunciou um pacote de medidas para impulsionar a emissão da nova Carteira de Identidade Nacional (CIN) e regulamentar o uso da biometria como requisito para a concessão, renovação e manutenção de benefícios sociais, como o Bolsa Família. O objetivo é reforçar a segurança, evitar fraudes e facilitar o acesso da população a políticas públicas. A ministra da Gestão e da Inovação em Serviços Públicos, Esther Dweck, destacou que a implementação será feita de maneira gradual e responsável, respeitando a capacidade dos estados e com exceções previstas para idosos acima de 80 anos e pessoas com mobilidade

reduzida.

## Parceria com a Caixa e piloto no RN

Para acelerar a digitalização, o governo firmou uma parceria com a Caixa Econômica Federal. A rede de agências do banco será utilizada para coletar a biometria da população, principalmente em comunidades remotas e vulneráveis. Atualmente, a Caixa já possui a biometria de mais de 90% dos beneficiários do Bolsa Família. Um projeto-piloto será iniciado no Rio Grande do Norte, como parte da construção de uma Infraestrutura Pública Digital de Identificação Civil, articulada com os estados.

CIN: CPF como chave única e

segurança reforçada

Laçada em 2022, a CIN utiliza o CPF como número único de identificação e integra dados biométricos e biográficos dos cidadãos. Hoje, cerca de 30 milhões de documentos já foram emitidos, com capacidade atual dos estados para emitir 1,8 milhão por mês — número que o governo pretende ampliar com recursos do Fundo Nacional de Segurança Pública. A CIN também é integrada à plataforma Gov.br, onde funciona como uma espécie de "passaporte digital" do cidadão. Dependendo da confiabilidade dos dados, o usuário recebe selos (bronze, prata ou ouro) que permitem acesso a diferentes serviços digitais.

Um aplicativo de validação da CIN via QR Code também foi lançado para facilitar a autenticação do documento. Nova política de governança de dados em consulta pública Além da identidade digital, o governo apresentou um novo decreto sobre a Política Nacional de Governança e Compartilhamento de Dados, que está em consulta pública até 7 de agosto no portal Brasil Participativo. A nova política visa: Melhorar a integração de dados entre órgãos públicos; Fortalecer a automação dos serviços; Combater fraudes; Utilizar dados como ativos estratégicos, protegendo informações sensíveis (como

dados bancários e fiscais), que só poderão ser armazenadas na nuvem oficial do governo federal (operada pelo Serpro e Data-Prev). O decreto também cria a figura do curador de dados em cada órgão público e fortalece o Comitê Central de Governança de Dados, ampliando a participação da sociedade civil. Integração federativa e Rede de Dados da Saúde A ministra Esther Dweck ressaltou que a transformação digital precisa ser integrada entre os entes federativos para que os avanços cheguem "na ponta", onde as pessoas vivem. A agenda federal inclui a expansão da Rede Gov.br, que já conta com adesão dos 26 estados, do Distrito Federal e de 2.004

municípios. A rede promove capacitação, troca de boas práticas e o uso de soluções como a Assinatura Eletrônica Gov.br. Outro destaque foi o decreto que cria a Rede Nacional de Dados da Saúde (RNDS), que visa conectar sistemas de saúde em todas as esferas de governo e utilizar o CPF como chave principal de acesso, junto ao número do SUS. Meu Imóvel Rural: nova ferramenta digital O governo também lançou o aplicativo Meu Imóvel Rural, que centraliza dados e documentos fundiários, ambientais e fiscais de propriedades rurais em um só ambiente. Com isso, o produtor rural não precisa mais acessar diferentes sistemas para regularizar seu imóvel, otimizando tempo e burocracia.

## Carros &amp; Motos

## Por que as motos ficaram de fora da isenção de IPI do governo federal?

O governo federal anunciou, na quinta-feira (10), dois programas para reduzir os impostos de carros populares. O decreto, assinado pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT), regulamenta o programa Mover e cria o programa Carro Sustentável, que zera a cobrança do Imposto sobre Produtos Industrializados (IPI) de veículos compactos com alta eficiência energética-ambiental fabricados no Brasil. As montadoras que operam no país, como Volkswagen, Renault, Hyundai e Stellantis, já começaram a divulgar a redução de preços para seus modelos mais acessíveis. Mas o benefício fiscal não contempla motocicletas. O Mover tem o objetivo de

incentivar pesquisa e desenvolvimento voltados à descarbonização da frota nacional, promovendo maior competitividade global, segundo o Ministério do Desenvolvimento, Indústria, Comércio e Serviços. Mas o programa é direcionado exclusivamente a veículos de passeio e comerciais. As motocicletas, por pertencerem a outra categoria, não estão contempladas no plano, conforme explicam representantes da Associação Brasileira dos Fabricantes de Motocicletas (Abraciclo). Apesar da exclusão, a Abraciclo não considera a ausência no programa prejudicial ao setor. Por serem produzidas no Polo Industrial de Manaus (PIM), as motocicletas já contam com

incentivos fiscais específicos. Atualmente, 92% das motocicletas produzidas no Brasil são fabricadas no Polo Industrial de Manaus e chegam ao consumidor com isenção de IPI. "A Abraciclo entende que há incompatibilidade entre o Mover e a Política Industrial da Zona Franca de Manaus (ZFM), que possui legislação tributária própria, além de regras ambientais e produtivas distintas", afirma a entidade. A Honda, maior fabricante de motocicletas do país, reforça a posição da Abraciclo em nota: "Nossas motocicletas já são isentas desse imposto, portanto, nossos clientes já contam com esse benefício". Segundo a Abraciclo, a isenção do IPI para motocicletas

é garantida pela Constituição Federal e foi mantida pela reforma tributária, que preservou o modelo da Zona Franca de Manaus. "Esse benefício não é para a indústria, mas para o consumidor final, que passa a ter acesso a um produto mais competitivo", destaca a associação. O consultor automotivo Milad Kalume Neto acrescenta outro ponto à discussão: por terem menor valor agregado em comparação aos carros, as motocicletas exigiriam investimentos proporcionalmente mais altos para adaptações que reduzam ainda mais suas emissões. "Uma moto popular de 150 cilindradas tem menos de um quarto da capacidade de um carro 1.0 a combustão, que se enquadra



nas novas regras de IPI zero. Ou seja, elas já poluem proporcionalmente menos", explica. "O custo de alteração na engenharia das motos é muito alto em relação ao valor que elas agregam. Além disso, já existe isenção de IPI. Mas, sim, ainda faltam incentivos à inovação nesses modelos, o que é um erro." A Abraciclo também ressalta que as fabricantes investem

continuamente em pesquisa e desenvolvimento, oferecendo produtos com alto nível de qualidade e tecnologia. Além disso, contribuem para o desenvolvimento socioeconômico da região e para a preservação ambiental. "Tanto os projetos ambientais das empresas associadas quanto os empregos gerados ajudam a inibir o desmatamento da floresta", afirma a entidade.

## Tecnologia



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

Seus dados vazaram? Descubra agora antes que usem seu CPF  
Seus dados vazaram na internet? Veja como descobrir agora antes que alguém use seu CPF. Esse tipo de vazamento é mais comum do que parece — e

pode causar sérios problemas. Informações como CPF, senhas e até dados bancários estão sendo vendidos na dark web todos os dias. Seus dados vazaram? Veja como descobrir agora antes que alguém use seu CPF. Mas tem como descobrir se você foi vítima e se proteger antes que o prejuízo bata na sua porta.  
**Como saber se seus dados vazaram?**  
Para saber se seus dados vazaram, existem ferramentas gratuitas e confiáveis que fazem essa verificação em segundos. Veja as principais para descobrir agora antes que alguém use seu CPF indevidamente:  
**1. Have I Been Pwned:** descubra se seus dados vazaram >Acesse: <https://bit.ly/checegagem-cpf>  
Digite seu e-mail ou telefone e veja se ele já apareceu em algum vazamento. A ferramenta

## Seus dados vazaram? Veja como descobrir agora antes que alguém use seu CPF

mostra a origem, data e tipo de dado comprometido.  
**2. Serasa** – Verifique se seus dados vazaram na dark web > Acesse: Serasa  
Após criar um cadastro, você confere se seu CPF ou e-mail foram encontrados em bases de dados ilegais. Tenha certeza de verificar para não correr riscos desnecessários com  
**3. Senhas vazadas?** O Google mostra se você foi afetado > Acesse: Senhas Google  
Esse serviço gratuito do Google mostra se suas senhas estão comprometidas, repetidas ou fracas — e te ajuda a atualizá-las. Isso pode ser necessário especialmente se alguém já usou seu CPF em atividades indesejadas.  
**O que fazer se seus dados vazaram?**  
Se você descobrir que seus dados vazaram, siga estes passos: Troque suas senhas imediata-

mente;  
Ative a verificação em duas etapas;  
Acompanhe seu CPF em sites como o Serasa;  
Evite clicar em links ou e-mails suspeitos.  
Casos de dados vazados no Brasil  
Em 2021, o Brasil sofreu o maior vazamento de dados da sua história, com 223 milhões de CPFs expostos. Segundo o diversos portais, esses dados



foram parar em fóruns ilegais, chamando atenção para o risco de uso de CPF por terceiros. Conclusão: seus dados vazaram? Atue agora Não espere ser vítima de golpes. Há a possibilidade de

um uso indevido do seu CPF se seus dados vazaram, verifique já. Informação é sua melhor arma contra fraudes. Seus dados vazaram? Veja como descobrir agora antes que alguém use seu CPF.

**MOLAMEC** POSTO DE MOLAS SERVIÇOS e VENDA DE PEÇAS

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

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

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

**R\$ 1,5 MILHÃO**

DESTINADO PELO DEPUTADO MARCOS DAMASIO

**PARA A SAÚDE DE SUZANO**

ARTUR TAKAYAMA

**NOSSO COMBUSTÍVEL É VOCÊ!**

**Ipiranga**

4744-5514

**AUTO POSTO OKABE**

Conveniência OKB

Lavanderia Express

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



## SAÚDE

Especialistas explicam como identificar e lidar com o excesso de pensamentos sobre alimentação, que pode afetar o bem-estar e a saúde mental. Pensar sobre o que vamos comer é algo natural. No entanto, quando esse pensamento se torna constante, obsessivo ou carregado de culpa, é preciso atenção. Esse fenômeno é chamado por especialistas de "ruído alimentar" — e vem ganhando destaque por estar cada vez mais presente na rotina de milhares de pessoas, especialmente em um cenário em que dietas e padrões estéticos continuam sendo amplamente valorizados.



Segundo a nutricionista comportamental Mariana Brito, o ruído alimentar é a "interferência mental causada pela obsessão com a alimentação, o corpo e o controle alimentar". De forma simples, é quando o pensamento sobre comida

ocupa tanto espaço na mente que começa a afetar outras áreas da vida: trabalho, lazer, relacionamentos e até o sono. O que é ruído alimentar? O termo é utilizado para descrever a presença constante de pensamentos relacionados à comida — o que será comido, quanto se comeu, o medo de engordar, a culpa por ter saído da dieta ou a preocupação exagerada com o próprio corpo. Esse tipo de ruído

mental pode surgir após anos de dietas restritivas, pressão estética, comparações sociais ou experiências traumáticas ligadas à imagem corporal. De acordo com a psicóloga Carla Mendes, especialista em transtornos alimentares,

"muitas pessoas acreditam que estão apenas sendo saudáveis, mas na verdade estão vivendo presas a regras alimentares que não fazem sentido para suas rotinas e necessidades". Quando o cuidado vira obsessão é comum que quem viva com ruído alimentar não perceba o quanto isso interfere em sua saúde mental. Entre os sinais de alerta estão: Pensar sobre comida o tempo todo; Medo ou culpa após comer determinados alimentos; Evitar situações sociais que envolvam comida; Fazer exercícios como forma de "compensar" o que comeu; Autoavaliação constante da aparência física. Em longo prazo, o ruído alimentar pode favorecer o desenvolvimento de transtornos alimentares, como compulsão, bulimia ou anorexia, além de afetar a autoestima e a qualidade de vida.

Como silenciar o ruído alimentar? Para recuperar uma relação equilibrada com a comida e com o corpo, algumas estratégias podem ajudar: 1. Buscar ajuda profissional. Contar com o apoio de nutricionistas com abordagem comportamental e psicólogos especializados em comportamento alimentar é fundamental. O tratamento é individualizado e leva em conta não apenas o que a pessoa come, mas o que ela sente em relação à comida. 2. Praticar a alimentação intuitiva. Diferente das dietas restritivas, a alimentação intuitiva convida a ouvir os sinais de fome e saciedade do próprio corpo. O objetivo não é controlar, mas respeitar as necessidades reais de cada momento. 3. Evitar rótulos como "alimento bom" ou "alimento ruim". Essa classificação moral da comida estimula a culpa. Todos os alimentos podem ter espaço em

uma alimentação equilibrada. 4. Reduzir o consumo de conteúdos tóxicos nas redes sociais. Imagens, vídeos e perfis que reforçam padrões inalcançáveis de corpo e alimentação contribuem para o aumento do ruído alimentar. Seguir perfis que promovem diversidade corporal, aceitação e saúde mental pode ajudar a criar um ambiente mais positivo. Comer em paz é um ato de liberdade. Romper com o ruído alimentar é um processo que exige paciência e acolhimento. Comer deve ser uma experiência prazerosa, social e nutritiva — e não um campo de batalha. Redescobrir esse prazer é, acima de tudo, uma forma de autocuidado. "A ideia de que só existe uma forma certa de se alimentar precisa ser desconstruída. Nosso corpo muda, nossa rotina muda, e a alimentação também deve acompanhar isso com flexibilidade e equilíbrio", conclui a nutricionista Mariana Brito.

## Sexo &amp; Sensualidade



Falar sobre sexualidade ainda é um tabu para muitos — e quando se trata de pessoas com deficiência, esse silêncio se torna ainda mais profundo. No entanto, a vida afetiva e sexual é um direito de todos, e ignorá-lo é perpetuar a exclusão.

Todos têm o direito de amar. Pessoas com deficiência amam, desejam, se apaixonam, se relacionam e constroem vínculos como qualquer outra. A ideia de que elas são "eternas crianças" ou incapazes de sentir desejo é fruto de preconceitos

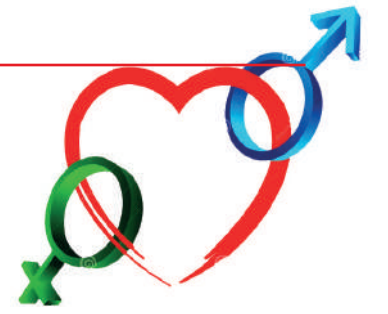
## Sexo e deficiência: o direito ao prazer e ao afeto

tos que precisam ser desconstruídos. Reconhecer o direito ao afeto e ao prazer é reconhecer o ser humano em sua totalidade — com emoções, vontades, limites e possibilidades. O amor, o toque, a companhia e a intimidade não devem ser privilégios, mas sim parte do exercício da cidadania. Barreiras vão além da acessibilidade física. Quando falamos em inclusão, é comum pensar em rampas e adaptações arquitetônicas. No entanto, a exclusão afetiva também

é uma barreira. O preconceito, a hipersexualização, a infantilização e o medo do diferente tornam invisíveis os relacionamentos de pessoas com deficiência. A mídia raramente retrata essas histórias de forma positiva. Falta representação, falta escuta, falta empatia. Ao negar visibilidade a esses vínculos, a sociedade reforça a ideia de que pessoas com deficiência não podem ou não devem viver o amor em todas as suas formas. Educação e escuta respeitosa. Educação sexual acessível

é um passo essencial. Saber sobre o próprio corpo, entender os limites, comunicar desejos e vontades — tudo isso fortalece a autonomia e a segurança emocional. Isso vale para todas as pessoas, inclusive as que têm deficiência. O papel da família, dos profissionais de saúde, da escola e das instituições é o de ouvir, acolher, informar sem julgamentos e permitir que cada um possa construir sua própria jornada com liberdade e dignidade. Relações reais, possíveis e legítimas

Casais com deficiência — ou compostos por uma pessoa com e outra sem deficiência — vivem histórias reais de afeto, cumplicidade, desejo e respeito. Eles enfrentam os mesmos desafios de qualquer relação, além dos obstáculos impostos por uma sociedade que muitas vezes não enxerga ou aceita sua existência. Incluir é também permitir que todos tenham o direito de amar e serem amados. E isso não deve depender de um corpo padrão, mas sim do reconhecimento da humanidade em sua forma mais genuína.



## Casos Bizarros

## Mulher injeta gordura de cozinha no rosto achando que era botox



Em um dos casos mais chocantes relacionados à estética caseira, uma mulher de 50 anos, residente na Coreia do Sul, ficou gravemente desfigurada após tentar realizar injeções caseiras com gordura retirada da própria cozinha, acreditando que o

método seria uma alternativa ao botox. O procedimento — que envolveu o uso de óleo de cozinha usado — foi inspirado em vídeos vistos por ela em redes sociais. Segundo relatos médicos, a mulher buscava reduzir rugas e "levantar" o rosto, acreditando que a aplicação de substâncias gordurosas poderia preencher linhas de expressão, como acontece com substâncias estéticas profissionais. No entanto, a prática

resultou em uma infecção severa, que rapidamente evoluiu para necrose da pele facial — uma condição em que os tecidos literalmente morrem devido à falta de irrigação sanguínea. Dez cirurgias para tentar reverter o dano. Após alguns dias com dores intensas, inchaço e febre, a mulher procurou atendimento médico de emergência. O diagnóstico foi alarmante: lesões profundas nos tecidos da face, com comprometimento de músculos e vasos. Ela foi imediatamente internada e passou por mais de 10 cirurgias reparadoras, que incluíram remoção de tecido necrosado, enxertos de pele e reconstrução parcial da face. Embora tenha sobrevivido, a paciente ficou com cicatrizes permanentes e parte da musculatura facial comprometida, o que afetou sua capacidade de expressão e fala. Os médicos responsáveis pelo caso alerta-

ram para o risco crescente de automedicação estética com base em conteúdos não verificados da internet. Vídeos de "estética caseira" preocupam profissionais. Especialistas em dermatologia e cirurgia plástica afirmam que esse tipo de prática — que mistura desinformação, desespero por juventude e influências digitais — tem aumentado em diversos países asiáticos e também no Ocidente. Em muitos desses vídeos, produtos como clara de ovo, cola branca, vaselina, pasta de dente e até gordura animal são apresentados como "botox natural", sem qualquer base científica ou médica. "Substâncias como óleo de cozinha não são apenas ineficazes, mas altamente perigosas quando injetadas. O organismo reage com inflamação, infecção e necrose, podendo levar até à morte", explica a dermatologista sul-coreana Kim Ji-Hyun, que atendeu o caso. O governo sul-coreano chegou a emitir alertas oficiais sobre o uso de receitas caseiras perigosas, sobretudo após outros relatos envolvendo cola industrial, óleos essenciais e ácidos não autorizados em procedimentos domésticos. Um alerta sobre os riscos do faça-você-mesmo. Esse episódio reforça a importância de buscar profissionais qualificados para qualquer procedimento estético e de não confiar cegamente em conteúdos virais ou influenciadores sem formação técnica. A mulher envolvida no caso revelou, em depoimento à imprensa local, que "achava que era inofensivo" e que "se sentia pressionada a rejuvenescer" devido ao padrão estético local.

O caso gerou comoção nas redes sociais e vem sendo usado em campanhas de conscientização sobre os riscos do uso indevido de substâncias cosméticas e os limites do chamado "faça você mesmo" na estética.

**CONVÊNIO FUNERÁRIO C.B.O**  
GRUPO SÃO LUCAS

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 - VI. Figueira - Suzano (em frente do IML)

**Master Force**  
Instalações Elétricas

ÉDRICK RODRIGUES  
(11) 9.7053-8370

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

**Ateliê Minh'avó Fazia**  
Biquês, Crochê e muito mais...

Quem faz artesanato

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

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

Buquê noiva + Buquê daminha Porta-alfarje + Buquê para jogar

# Horóscopo



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

Tarefas e responsabilidades familiares poderão pesar, exigindo foco e paciência. A rotina estará acelerada. Invista na sua imagem profissional. O mês trará popularidade e amizades em outro ambiente. Impulsione a carreira com um novo projeto. Cheiro de novidade no ar



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

Negócios e oportunidades profissionais poderão aparecer de repente e alterar rumos. Crie estratégias de divulgação do trabalho e se prepare para novas conquistas. Finalize pendências do passado. Mudanças serão positivas!



**Gêmeos**  
21/05 a 20/06

Com Vênus e Urano em seu signo, você poderá promover uma verdadeira revolução em sua vida. Conte com mais mobilidade e autonomia. Será ótimo momento para fazer novas escolhas. Fase positiva na área financeira



**Câncer**  
21/06 a 21/07

O mês pedirá equilíbrio nas relações. Revise acordos e avalie suas expectativas nas parcerias profissionais e no amor. Será um bom momento para expressar os sentimentos, esclarecer diferenças e se comprometer com o que quer construir a longo prazo. A busca de estabilidade e segurança poderá alterar escolhas.



**Leão**  
22/07 a 22/08

Rotina e trabalho exigirão esforço extra e paciência, com demandas acumuladas e contratempos. Evite assumir novos compromissos. Saúde e corpo pedirão atenção, pequenos sinais servirão de alerta, priorize o autocuidado e intercale as atividades com momentos de descanso para recuperar as energias



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

Encontros inesperados numa viagem ou evento aumentarão as chances para o amor. Evite julgamentos precipitados e deixe o coração falar mais alto. Se estiver só, alguém poderá despertar paixão e balançar suas certezas. Será ótimo momento para curtir uns dias de férias ou programas culturais. Poder de conquista em alta



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

Carinho da família e conversas produtivas trarão cura e autoestima. Dedique um tempo para relaxar em casa e restaurar suas energias. Caminhos para o futuro estarão iluminados, ligue o radar numa oportunidade de expansão profissional.



**Escorpião**  
23/10 a 21/11

Comunicações e deslocamentos pedirão cautela, mensagens poderão ser mal-interpretadas. Em compensação, será um bom momento para vencer burocracias, acertar documentos e esclarecer contratos. Exponha suas necessidades e propostas com objetividade. Movimento as comunicações profissionais e divulgue seu trabalho



**Sagitário**  
22/11 a 21/12

Valorize o que você já construiu, mantenha os pés no chão diante de propostas que surgirem e não perca dinheiro. Não será momento de exagerar nos gastos, nem de investimentos de risco. Planejar com calma trará maior segurança financeira



**Capricórnio**  
22/12 a 21/01

Uma viagem poderá ser decidida no impulso e animar o clima. Negociações financeiras terão andamento positivo no trabalho, transação imobiliária ou com a família. Aproveite o dia também para refletir sobre valores, escolhas e ampliar relações



**Aquário**  
21/01 a 19/02

Excesso de tarefas pode causar esgotamento. Desacelere e fique longe de discussões desgastantes. Autocuidado e meditação promoverão maior bem-estar. Aproveite para organizar ideias, criar planos, curtir os filhos ou o par e descobrir prazeres diferentes. Clima quente no amor!



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

Reúna amigos, motive a equipe, intensifique atividades de grupo e aumente a participação social. O mês trará encontros carinhosos, convites e animação. Aproveite para se divertir, brincar com os filhos, colocar a conversa em dia com amigos especiais e curtir as coisas boas da vida. Clima envolvente no amor.

# Poesia



## RIACHO

A água desce pelo monte  
Umedece a mata fria  
Penetra no chão enraizado  
Alimentando a moita e a orquídea  
Morango silvestre se aquece  
No sol escarpado e matreiro  
Por entre folhagens com jeito  
langueiro  
Chega ao solo ladeiro  
Cria padrões de sombras  
Folhagens escuras e úmidas  
Que cobrem a mata serena  
Onde o pássaro canta  
A plenos pulmões reclama  
Aplausos que nunca viria  
Chama a amada na mata  
Constrói o ninho e procria.

## AUDITA

Na mata fria a um lago  
Lago profundo e largo  
Azul e grande no vale  
Onde ela habita  
Canta com muita postura  
Uma canção inaudita  
Oferta sem usura  
A voz de forma erudita  
Seu canto encanta os homens  
Encanta também a fauna  
Recobre a mata  
alegre  
Natureza severa  
audita  
Canção de rara  
beleza  
Na praia de bran-  
ca areia  
Escova o cabelo  
A bela sereia.



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

## TREM DA VIDA

Viver é um desafio diário. A vida não nos dá trégua, não importa o momento pelo qual estamos passando, o mundo não vai parar para esperar que nós recuperemos o fôlego. O trem continua andando e nós não podemos ficar para trás, ainda que em muitos momentos apenas tenhamos a vontade de contemplar a paisagem e deixar o trem partir por entre as montanhas. É verdade que em alguns momentos precisamos recuar. Andar mais devagar, mas se pararmos somos atropelados. O mundo exige de nós que sejamos fortes,

mas isso não significa ser duros, nem com a gente e nem com os outros. É preciso encontrar um meio termo, nem muito ao céu e nem muito à terra. A nossa saída, em muitos momentos, é aprender a ouvir o nosso coração. É ele que dá a nós o ritmo da vida. Em alguns momentos é preciso fazer silêncio para saber que passo dar, em qual estação do trem descer e como continuar a viagem.

**Flor de Lis**  
Suzano



# Dicas

- >Acenda vela com fósforo molhado:Se o fósforo estiver meio molhado, raspe a ponta na lixa antes de acender. Funciona melhor que tentar acender direto.
- >Use gelo para limpar lâminas de liquidificador:Coloque gelo picado com água e bata no liquidificador. Remove resíduos e ajuda a afiar as lâminas.
- >Ajuste o brilho do celular automaticamente com app gratuito: Se seu celular não tem ajuste automático, apps como "Lux Auto Brightness" ajudam a economizar bateria.
- >Removedor de esmalte caseiro com desodorante spray:Se o esmalte tá difícil de sair e você tá sem acetona, borrifada desodorante spray (tipo Rexona aerosol) direto na unha e limpa com algodão.O álcool e o gás ajudam a amolecer o esmalte!
- >Creme de cabelo para tirar maquiagem à prova d'água: Sem demaquilante? Coloque um pouquinho de creme de pentear (sem álcool) num algodão e passa devagar nos olhos. Sai até rímel chato sem agredir a pele — e ainda hidrata!
- > Fone de ouvido sem embolar com prendedor de papel: Sabe aquele clipe de prender papel grande (binder clip)? Enrola o fio do fone e prende a ponta no metal. Nunca mais você vai passar raiva desembolando na bolsa ou na mochila.

# Simpatias

**Limão para cortar energias ruins da casa**

Materiais:

- 1 limão
- 1 copo com água
- 1 prato branco

Como fazer:

1. Corte o limão em quatro partes, em cruz, sem separar totalmente.
2. Coloque-o em pé no meio do prato, com o copo de água ao lado.
3. Deixe atrás da porta por 7 dias.
4. Se o limão escurecer muito rápido, significa que havia muita negatividade.
5. Após 7 dias, jogue o limão e a água fora.

**Para encontrar o(a) companheiro(a) dos seus sonhos**

Materiais

- 1 copo novo
- Água
- 3 pitadas de sal
- 1 rosa-vermelha

Modo de fazer

Em uma sexta-feira de Lua Nova, pegue um copo novo, encha-o com água, acrescente o sal e a rosa-vermelha. No terceiro dia, retire toda a mandinga e despeje em um recipiente com água morna. Logo após, despeje o preparado no seu corpo.

## Frase de caminhão



# Humor

O pai compra um robô detector de mentiras que dá tapas nas pessoas quando mentem. Decide testá-lo ao jantar.

-Filho, onde esteve hoje?

-Na escola, pai

O robô dá um tapa no filho

-Ok, vi um DVD na casa do Zé

-Que DVD?

-Toy Story

O robô dá outro tapa no filho.

-Ok, era pornô - choraminga o filho.

-O que? Quando tinha a tua idade nem sabia o que era filme pornô!

- diz o pai

O robô dá um tapa no pai

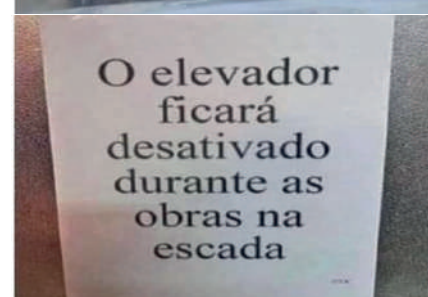
A mãe ri:

-KKKK! Só podia ser seu filho mesmo!

O robô dá um tapa na mãe

Silêncio total...

## FOTOS ENGRAÇADAS:



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

## Divirta-se:

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

ADVOGADO

ATOR

BARBEIRO

BOMBEIRO

CARTEIRO

DENTISTA

DIARISTA

ELETRICISTA

GARÇOM

JUIZ

LIXEIRO

MANICURE

MÉDICO

MOTORISTA

POLICIAL

PROFESSOR

SECRETÁRIA

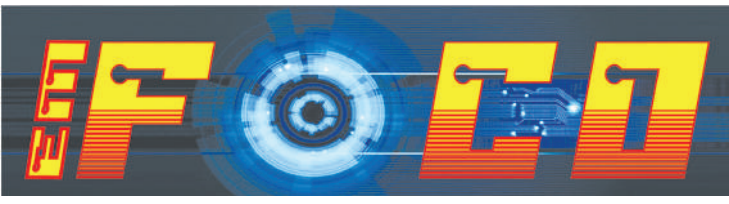
TAXISTA

TELEFONISTA

VENDEDOR

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

Social por Edmara Martins Soares



## Rotary de Suzano Sul apoia projeto de equoterapia com doação de equipamentos



O Rotary Clube de Suzano Sul realizou no dia 5 de julho a entrega de equipamentos ao projeto de equoterapia do Instituto Árion, que hoje oferece atendimento terapêutico personalizado para 80 pacientes. A ação contou com a doação de cinco cabrestos, totalizando R\$ 1.050,00, sendo R\$ 903,00 provenientes de subsídio distrital e o restante custeado pelo próprio clube. A equoterapia é uma prática terapêutica reconhecida por promover o desenvolvimento físico, emocional e social de pessoas com deficiência. No Instituto Árion, o trabalho é realizado por uma equipe multidisciplinar composta por voluntários dedicados, como explica o responsável técnico, Édson Ribeiro de Mello, que é neuropediatra e fisioterapeuta.

Entre os profissionais que atuam no projeto estão: Dora (pedagoga), Paty (psicopedagoga), Téo (veterinário), Robson, Daniel, Sr. Ramalho e Gilmar (Gago, domador de cavalos), todos voluntários, além da neuropsicopedagoga Roberta. Eles oferecem o atendimento com carinho e comprometimento, destacando-se pelo impacto positivo que o tratamento tem na vida dos pacientes. Atualmente, 200 pessoas aguardam na fila por uma vaga.

O Instituto é uma organização não governamental e sem fins lucrativos, que se mantém por meio de doações e da colaboração de voluntários. A sede está instalada em uma área de 10 mil metros quadrados doada ao projeto, onde funcionam as atividades com nove cavalos treinados para lidar com crianças. A manutenção mensal de cada animal gira em torno de R\$ 8 mil, incluindo alimentação e cuidados específicos.

Cada cavalo consome três sacos de ração por mês, ao custo de R\$ 100 por saco, além de cerca de 90 fardos de feno, que custam R\$ 28 cada. Esses custos são integralmente bancados pela equipe e pela rede de apoio formada por pessoas sensíveis à causa. Mesmo sem apoio governamental ou de grandes empresas privadas, o Instituto Árion segue firme em sua missão. O projeto conta com o apoio do rotariano Sidnei Marcos de Lima Franco, que atua ativamente na divulgação da iniciativa e na busca por novos colaboradores e parcerias.

Um trabalho silencioso, mas de grande impacto social, que merece visibilidade e reconhecimento por transformar vidas com dedicação, amor e solidariedade.

### Parabéns para você...

>Feliz aniversário ao ex-vereador de Poá, Edevaldo Gonçalves, que celebrou mais um ano de vida no dia 13. Que essa etapa que se inicia seja repleta de realizações e superações. Que Deus continue iluminando seus caminhos e concedendo muitas bênçãos!  
>Parabéns, Major Hiram Gouveia, que completou mais um ano de vida no dia 15! Que sua trajetória seja sempre acompanhada de saúde, felicidade e conquistas. Que a vida lhe traga, diariamente, motivos para sorrir e celebrar!  
>Parabéns ex-secretário de Comunicação de Suzano, Marcelo Prado, que completou mais um ano de vida no dia 29

de junho! Que essa data seja marcada por carinho, boas surpresas e muita alegria. Que sua caminhada continue longa, cheia de conquistas e realizações.  
>Parabéns, Benedito Mendes Martins, que completou mais um ano de vida no dia 16! Que essa celebração se renove por muitos e muitos anos, e que a alegria seja sua constante companheira. Que cada fase da sua vida traga ainda mais felicidade e boas lembranças!  
>Parabéns, Érika Alves Castro de Souza, que completa mais um ano de vida no dia 30! Que seu dia seja cheio de alegria, carinho e boas energias — assim como você espalha para

todos ao seu redor. Que a luz de Deus esteja sempre guiando seus passos e que a felicidade esteja presente em todos os momentos da sua vida!  
>Parabéns, Layza Saylor, que no dia 16 de julho completou mais um ano de vida! Desejo que cada dia seja cheio de saúde, alegria e que você realize todas as suas metas nessa nova fase. Mamãe te deseja tudo de melhor neste mundo, com as bênçãos do Senhor sempre te acompanhando!  
>Parabéns, Domenica Aparecida Firmino, que no dia 26 de julho completa mais um aniversário! Que a alegria deste dia esteja presente em toda sua vida, com muita saúde e sucesso para realizar seus sonhos.

>Parabéns, Fábio Ferraz dos Santos, que completou mais um ano de vida no dia 3! Que essa nova etapa seja cheia de vitórias e momentos felizes. Desejamos a você um futuro repleto de sonhos realizados. Que Deus o abençoe grandemente!  
>Parabéns, Cely Miguel, que completou mais um ano de vida no dia 16! Que este novo ciclo seja repleto de coisas boas e que muitos anos felizes ainda estejam por vir. Que a vida te presenteie com muita paz, amor e as bênçãos de Deus, hoje e sempre.  
>Parabéns, Nicolly Souza, que completou mais um ano de vida no dia 19! Que a vida continue te abençoando com muita saúde, amor e sucesso. Que

este novo ciclo seja ainda mais incrível que o anterior.  
>Parabéns, Jaqueline Martins, que completa mais um ano de vida no dia 27! Celebramos suas conquistas e toda a dedicação que você teve até aqui. Que este novo ciclo seja ainda mais especial. Vá com calma, pois aos poucos Deus realiza os sonhos e fortalece os planos.  
>Parabéns, Gabriel Talarico Moreira, que completou mais um ano de vida no dia 12 de julho! Que a saúde e a alegria estejam sempre presentes na sua vida, contagiando todos ao seu redor e iluminando cada passo do seu caminho.  
>Parabéns, Luciana Lima, que completa mais um ano de vida no dia 26! Que a esperança, a

alegria, a paz e a saúde estejam sempre presentes em sua vida. Que você receba sempre os melhores presentes que a vida pode oferecer. Que Deus te abençoe imensamente!  
>Parabéns, Aurélio Lima Gonçalves, que completou mais um ano de vida no dia 11! Que a luz da vitória ilumine seu caminho, trazendo otimismo, esperança, coragem e determinação para seguir conquistando cada vez mais.  
>Parabéns, Tatiane Ap. Duque Germano Moscardi, que completa mais um ano de vida no dia 29! Que todos os seus sonhos se tornem realidade neste novo ciclo. Que sua jornada seja sempre iluminada pelo amor e pela felicidade.

## FELIZ DIA DOS PAIS

A TODOS QUE DESEMPENHAM COM AMOR O PAPEL DE CUIDAR, ENSINAR E ESTAR PRESENTE: QUE ESTE DIA SEJA REPLETO DE RECONHECIMENTO, CARINHO E BOAS LEMBRANÇAS AO LADO DE QUEM SE AMA!

**RODRIGO ASHIUCHI**  
@RODRIGOASHIUCHI

## FELIZ DIAS DOS Pais!

HOJE CELEBRAMOS TODOS AQUELES QUE, COM AMOR E DEDICAÇÃO, FAZEM DA PATERNIDADE UMA JORNADA DE CUIDADO, PRESENÇA E APRENDIZADO. QUE NUNCA FALTE UNIÃO, RESPEITO E AFETO EM NOSSAS FAMÍLIAS!

**PEDRO**  
Prefeito de Suzano

## JANTAR DANÇANTE

JANTAR DANÇANTE EM COMEMORAÇÃO AOS 25 ANOS DO GRUPO LÓGICA

25 Anos Grupo Lógica

### ENCONTRO E RECONHECIMENTO DAS MELHORES EMPRESAS DA REGIÃO

04 DE OUTUBRO 20:00

GARANTA SEU CONVITE

SEJA UM PATROCINADOR

SALÃO SOCIAL - SUZANINHO  
R. NOVE DE JULHO, 722 - JARDIM SANTA HELENA, SUZANO - SP

INFORMAÇÕES: (11) 98314-0177  
CONVITES LIMITADOS

## EQUIPE FESTA

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

**Festa a partir de 700,00**

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

## Em Destaque...

### Tarifaço de Trump: Brasil precisa de menos retórica e polarização, e mais de equilíbrio e gestão

A crescente polarização política no Brasil tem prejudicado a boa gestão pública e causado impactos diretos na economia e na diplomacia. Um exemplo grave citado pelo autor é a recente decisão dos Estados Unidos de aplicar uma tarifa de 50% sobre produtos brasileiros, motivada por razões políticas. Em vez de contribuir para a resolução, o debate interno intensificou ainda mais a polarização, com grupos se dividindo entre aqueles que enxergam perseguição e buscam apoio internacional, e outros que apelam para o discurso da soberania nacional. Essa disputa política interna contaminou o ambiente diplomático e comercial, gerando insegurança jurídica e desestimulando investimentos. O autor alerta que decisões econômicas têm sido guiadas por interesses eleitorais, e não técnicos. O resultado é a perda de mercados, queda de exportações, aumento do dólar e prejuízos para o cidadão

comum, que enfrenta inflação e menor poder de compra. Como solução, o autor propõe ações concretas: retomar o diálogo técnico com os Estados Unidos, liderado pelo Itamaraty; acionar a Organização Mundial do Comércio (OMC); buscar novos mercados para reduzir a dependência americana; e blindar a política externa das disputas ideológicas. Segundo ele, a diplomacia deve ser uma política de Estado e não de governo. O autor considera a tarifa americana desproporcional, mas afirma que ela reflete a imagem fraturada que o Brasil tem transmitido ao mundo devido à constante disputa entre líderes políticos. Ele reforça que não se enfrenta uma crise dessa magnitude com discursos inflamados nem com omissão, e sim com planejamento, diálogo, visão estratégica e gestão eficiente. A mensagem final é clara: o Brasil precisa urgentemente de menos polarização e mais foco

em gestão e estabilidade para recuperar sua credibilidade internacional e melhorar a vida da população.

Fonte: Paulo Serra é especialista em Gestão Governamental e em Políticas Públicas, pela Escola Paulista de Direito; e em Financiamento de Infraestrutura, Regulação e Gestão de Parcerias Público-Privadas (PPPs), pela Universidade de Harvard (Estados Unidos); cursou Economia, na Universidade de São Paulo (USP); é graduado em Direito, pela Faculdade de Direito de São Bernardo do Campo-SP; professor universitário, é presidente da Executiva Estadual do PSDB de São Paulo e foi prefeito de Santo André-SP de 2017 a 2024



## O perigo do mal-entendido

Em certa repartição pública, uma senhora foi atendida por um serventuário, assistente social, que prestou toda assistência que lhe cabia naquele momento. A mulher, abalada por muitos problemas, após expor seus percalços, foi tomada pela emoção e veio a prantos. Findo o atendimento, deixou a repartição com lágrimas, ocasionadas meramente pela lembrança dos problemas dos quais era acometida. Uma colega do servidor ao ver o contexto na sua forma superficial, ao ver o estado emocional da mulher, comentou com a outra colega que o servidor público "fez a mulher chorar". A interlocutora, que recebeu a informação distorcida, levou adiante a "fofoca" e a cada receptor da notícia, acrescia-se novas informações inverídicas, até o extremo de dizer que o servidor público teria destrutado a atendida, fato que custou o aborrecimento de ter que se explicar ao superior hierárquico. Os sentidos produzidos pelas palavras vão muito além da metalinguagem dos dicionários. O contexto, a forma de se

expressar, o local e até o tom de voz pode influir no entendimento. Um simples vocábulo, sem contextualizá-lo, tem um sentido (isolado), mas dependendo a forma com que se diz, analisando expressões faciais, gesticulações, podem ter significado irônico ou sentido antagônico. Um elogio aparente pode ser uma crítica velada. A "rapariga" que na região Sul é sinônimo de garota, em outras regiões possui sentido pejorativo, tamanha a diversidade da linguagem e culturas. Devemos ser políglotas de nossa língua e interpretá-la com cautela. No caso em questão, a emoção produzida pela atendida, veio pela invocação da memória, que remeteu aos sofrimentos, que foram lembrados no ato do atendimento. Ou seja, que a atendeu não provocou a tristeza. Mas as "intérpretes" observaram o choro durante a conversa com o atendente e de forma equivocada (e maldosa), fizeram "recortes" do contexto fático e já trataram como se fosse ele o causador. O modo como se conduz as conversas pode gerar conflitos



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

graves, até agressões ou algo mais sério. O exemplo acima mostra a forma distorcida e até maldosa explanada pela colega, que gerou mal-estar para o rapaz que nada fez de errado. Quantos desafetos, brigas, confrontos, inimizades poderiam ser evitados pelo simples ato de interpretar a verdade. Em locais de trabalho ou ambiente escolar, pela quantidade de pessoas que frequentam, a diversidade de opiniões é notória. Por isso a importância do filtro do bom senso. Saber ouvir e raciocinar e na dúvida, silêncio. Não sejamos o motivo de um conflito, que pode culminar em inimizades, tragédias, rixas. Não há preço que pague a paz, a consciência limpa. Seja motivo de concórdia, refutando toda e quaisquer discórdia consistente nas falas mal dirigidas.

## Seus Direitos!



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

## A Importância da Qualidade de Segurado

Você conhece a importância de manter Qualidade de Segurado junto ao INSS? Com certeza, você fez aquela cara de interrogação, porque muito provavelmente você não sabe o que é isso, nem para que serve, e, lógico nem imagina porque se preocuparia com isso, mas acredite é importante. Quem tem Qualidade de Segurado está amparado pelo INSS, assim como a família, em caso de doença, acidente, incapacidade para o trabalho ou morte. A Qualidade de Segurado é mantida por todo trabalhador que tenha carteira assinada, ou que recolha INSS como facultativo ou autônomo. Existem ainda algumas outras

condições em que a Qualidade de Segurado é mantida por um tempo determinado, como por exemplo quando o trabalhador já tenha recolhido ao INSS por pelo menos 12 meses ou mais, em caso de desemprego, nos 12 meses subsequentes permanece mantida essa condição, de Segurado. Já o trabalhador que tenha mais de 10 anos de recolhimento ao INSS, terá a possibilidade de manutenção dessa qualidade por 24 meses, são algumas das exceções em que se permanece segurado do INSS. Assim, fica a dica importante, o fato de ter havido recolhimentos ao INSS em algum momento, não significa que se houver uma

incapacidade para o trabalho, ou, em caso de falecimento, o trabalhador ou sua família ficarão amparados pelo INSS. A condição para receber benefício é que o Segurado no momento do infortúnio tenha mantida a Qualidade de Segurado. Dito isso, mesmo que esteja sem um trabalho regular, é importante realizar o recolhimento de contribuições ao INSS, para que seja garantida a possibilidade de receber Pensão por Morte porque o segurado não tinha mais a Qualidade de Segurado, apesar de ter recolhido INSS por vários anos. Caso o trabalhador perca a

Qualidade de Segurado, para reconquistá-la, será necessário o recolhimento por 12 meses ininterruptos, portanto, é preciso ficar atento, para se evitar essa condição desfavorável, mas se isso aconteceu, não perca tempo e recomece seus recolhimentos ainda esse mês. Quem trabalha sem registro em Carteira, também tem a possibilidade de ter reconhecida a Qualidade de Segurado, mas será necessário dar entrada em Ação Trabalhista, onde se reconheça o vínculo de emprego, quando então o empregador será obrigado a efetuar o registro. Na dúvida é importantíssimo consultar um advogado especializado ou se dirigir ao próprio

INSS para que esclareça como se manter segurado.



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

Missa ao  
**Dia dos Pais**

Tudo o que  
construímos  
juntos segue  
vivo em mim



**Venha celebrar conosco dia 10/08!**

Além da missa, teremos:

- Aferição da pressão e glicemia;
- Pintura facial;
- Brindes e muito mais!

**Campanha do agasalho:**

Aproveite para doar um agasalho para quem mais precisa.

**Estaremos em:**

**Guarulhos às 10h30** • Cem. Colina dos Ipês  
**Suzano às 10h** • Cem. Colina dos Ipês

**Para mais informações:**

(11) 5043-1710



Grupo Colina