



Lógica

Informações - Direitos - Variedades
(11) 9.8314-0177



Seu Jornal Revista

Ano XXV- Edição Nº 298 de ABRIL de 2026
-E-mail: jornallogica@hotmail.com

Distribuição Mensal Gratuita
www.jornallogica.com.br

Diretora, Jornalista Responsável e Idealizadora:
Edmara Martins Soares

Idosos recebem cuidador gratuito em casa

Suzano: alcança novo patamar de sustentabilidade com projetos voltados à melhoria da qualidade de vida

Itaquá: amplia projeto Jardins Comestíveis com agrofloresta urbana no parque ecológico

ARUJA: Governo do Estado garante apoio e recursos para Hospital Geral, anuncia Prefeitura

Guararema: É oficialmente reconhecida como Estância Turística

BIRITIBA MIRIM: 62º Aniversário De Emancipação Político-Administrativa

Santa Isabel: garante investimento estadual de R\$ 600 mil para o Turismo

RIBEIRÃO PIRES: Se consolida como refúgio de calma a poucos minutos de São Paulo

São Paulo: Deposita mais de R\$ 575 milhões em ICMS aos municípios paulistas

SAÚDE:
'Chinamaxxing': beber água quente de manhã realmente faz bem à saúde?

SEXO
Agamia, sologamia e hipergamia: entenda a diferença entre os novos tipos de relacionamento

CASO BIZARRO:
Mãe não troca fraudas do bebê durante 14 dias e criança morre com larvas



Itaquá: amplia projeto Jardins Comestíveis com agrofloresta urbana no parque ecológico



A Prefeitura de Itaquá, por meio da Secretaria de Meio Ambiente, em parceria com a ONG Dia da Terra Brasil, lançou na quarta-feira (22) uma nova etapa do programa Jardins Comestíveis no Parque Ecológico Mario do Canto. Os Jardins Comestíveis também receberam uma vivência de agrofloresta urbana com visitantes de uma empresa privada, unindo impacto socioambiental, educação ecológica e desenvolvimento humano. A ação terminou com uma mesa sensorial de ecogastronomia, com degustação de alimentos saudáveis, muitos cultivados no próprio local. "Iniciativas assim mostram como

a união entre poder público, sociedade civil e iniciativa privada pode transformar a cidade com mais áreas verdes e ações educativas", afirmou a secretária de Meio Ambiente, Yasmim Zampieri. Nos próximos meses, terá continuidade por meio do Programa de Ação Cultural (PROAC), ampliando seu impacto. As ações incluem o manejo da área existente, com apoio de voluntariado corporativo, e a preparação do terreno para uma obra do artista francês Jean Paul Ganem, prevista para setembro. Também estão previstos novos ciclos formativos de jardinagem e ecogastronomia, reforçando o caráter educativo e comunitário.

A nova etapa também marca um reposicionamento da ONG Dia da Terra Brasil após a conclusão de seu planejamento estratégico baseado na Teoria da Mudança. A organização amplia sua atuação com experiências regenerativas, cenografia viva, instalações ambientais e ações gastronômicas ligadas à agroecologia. "O programa traduz a visão de gestão que queremos para Itaquá: integrar meio ambiente e desenvolvimento social com apoio de parceiros sérios", afirmou o secretário de Governo, Hugo Santos. As iniciativas seguem articuladas ao programa Jardins Comestíveis, tendo Itaquá como

referência para replicação do modelo. "Queremos uma Itaquá cada vez mais verde. O Jardins Comestíveis é um convite para a população ocupar os espaços públicos e aprender a cuidar da cidade conosco", finalizou o prefeito Eduardo Boigues. O programa Jardins Comestíveis promove a criação de espaços produtivos em áreas urbanas, integrando agroecologia, educação ambiental, cultura alimentar e regeneração de territórios. Sobre a ONG Dia da Terra Brasil A organização desenvolve soluções regenerativas que conectam meio ambiente, cultura e sociedade, promovendo novas formas de relação entre pessoas, cidades e natureza.

Guararema: É oficialmente reconhecida como Estância Turística

Título de Estância Turística concedido pelo Governo do Estado de São Paulo destaca a força do turismo de Guararema, com atrativos naturais e pontos instagramáveis

A calma do Rio Paraíba do Sul, a sombra do Pau D'álio centenário, a ponte que há mais de um século une histórias, o trem que traz memórias, o sino da igreja, a comida feita com alma e o artesanato cheio de raízes sempre definiram Guararema. Agora, esses elementos representam oficialmente a Estância Turística de Guararema, título

concedido pelo Governo do Estado de São Paulo. O reconhecimento foi oficializado em dezembro de 2025 e, na quinta-feira (16), foi assinado o repasse de cerca de R\$ 2,5 milhões ao município. O ato ocorreu no Palácio dos Bandeirantes, com o governador Tarcísio de Freitas, o prefeito de Guararema, Zé, o secretário de Cultura e Turismo, Mateus Sartori, e o deputado estadual e presidente da Alesp, André do Prado. A conquista era aguardada há anos. O programa de Municí-

pios de Interesse Turístico (MIT) foi criado em 2015 e Guararema recebeu o título em 2017. Desde então, a Prefeitura investiu em estrutura e projetos para alcançar o status de Estância Turística. O novo título garante mais recursos do Estado e coloca a cidade em um novo patamar, fortalecendo o turismo regional e ampliando o potencial de crescimento econômico ligado ao setor. "Esse trabalho foi construído ao longo de mais de 30 anos. O que era sonho para poucos

hoje se confirma: Guararema se consolida com resultados em uma das áreas econômicas mais importantes do Brasil, o turismo", afirmou o prefeito Zé, que também agradeceu o apoio dos deputados Marcio Alvino e André do Prado, além do governador Tarcísio de Freitas. O secretário de Cultura e Turismo, Mateus Sartori, destacou os investimentos realizados. "Ampliamos museus, fortalecemos os Centros de Atendimento ao Turista (CATs), realizamos grandes eventos e implantamos melhorias para tornar a cidade



elegível ao título", disse. Com o novo status, Guararema prepara novidades para o turismo, como um novo site, nova identidade turística da cidade e uma coleção de

folders com carimbos colecionáveis em pontos turísticos, além de outras ações que poderão ser acompanhadas pela rede social @visiteguararemaoficial.

São Paulo: Deposita mais de R\$ 575 milhões em ICMS aos municípios paulistas

A Secretaria da Fazenda e Planejamento do Estado de São Paulo (Sefaz-SP) depositou na quarta-feira (22) R\$ 575,65 milhões na conta dos 645 municípios paulistas. Esse é o terceiro repasse de abril do ICMS arrecadado entre os dias 13 e 17, já com o desconto do Fundo de Manutenção e Desenvolvimento da Educação Básica e de Valorização dos Profissionais da Educação (Fundeb). A Sefaz-SP já havia repassado

R\$ 1,36 bilhão aos municípios em duas transferências anteriores, realizadas nos dias 7 e 14, referentes ao ICMS apurado de 30/3 a 3/4 e de 6/4 a 10/4. Com o novo depósito, o total repassado em abril chega a R\$ 1,97 bilhão. Os valores correspondem a 25% da arrecadação do imposto, distribuídos às administrações municipais conforme o Índice de Participação dos Municípios (IPM) de cada cidade.

No primeiro trimestre de 2026, o Governo do Estado realizou 13 repasses semanais às cidades paulistas, somando R\$ 11,56 bilhões em ICMS. Mês | Nº de repasses | Valor depositado
Janeiro | 5 | R\$ 3,90 bilhões
Fevereiro | 4 | R\$ 3,83 bilhões
Março | 4 | R\$ 3,82 bilhões
Repasses de ICMS
Os repasses semanais são feitos até o segundo dia útil de cada

semana, conforme a Lei Complementar nº 63, de 11/01/1990. A consulta dos valores pode ser feita no site da Fazenda, em Acesso à Informação > Transferências de Recursos > Transferências Constitucionais a Municípios. Os valores transferidos variam conforme os prazos de pagamento do ICMS definidos no regulamento do imposto. Dependendo do mês, podem ocorrer até cinco datas de repasse, com variações

conforme o calendário, os prazos de recolhimento e o volume arrecadado. A agenda de pagamentos pode ter até cinco períodos mensais, além de recolhimentos diários, como os ligados à liberação de importações. Índice de Participação dos Municípios
Os repasses seguem os Índices de Participação dos Municípios, conforme a Constituição Federal de 1988. O artigo 158 determina

que 25% da arrecadação do ICMS pertence aos municípios, além de 25% do montante transferido pela União ao Estado referente ao Fundo de Exportação. Os índices são apurados anualmente, conforme a Lei Complementar nº 63/1990, para aplicação no exercício seguinte, seguindo critérios da Lei Estadual nº 3.201/1981, com alterações da Lei nº 8.510/1993. • Agência SP

Todos os caminhos do desenvolvimento levam a Itaquá.

A cidade avança com visão de futuro, preparada para receber empresas que desejam expandir, inovar e construir novas oportunidades. Aqui, o desenvolvimento é contínuo, o ambiente é favorável e os melhores resultados acontecem de forma conjunta, segura e planejada. Venha fazer parte dessa transformação.

Invista em Itaquá!

Desenvolvimento econômico

Novos acessos

Modernização viária

Integração ferroviária e logística

Agilidade nos processos



Saiba mais:
itaquaquecetuba.sp.gov.br



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

Suzano: alcança novo patamar de sustentabilidade com projetos voltados à melhoria da qualidade de vida

Sugestão partiu do presidente da Federação Paulista de Futebol, Reinaldo Carneiro Bastos, durante reunião realizada na terça-feira (14/04), e visa o retorno de Suzano à Copinha. Suzano terá um campo com arquibancada para até 150 pessoas no Parque Max Feffer, no Jardim Imperador. A iniciativa surgiu após recomendação do presidente da Federação Paulista de Futebol (FPF), Reinaldo Carneiro Bastos, durante reunião com o prefeito Pedro Ishi, na sede da entidade, na Barra Funda, zona oeste de São Paulo. A proposta busca viabilizar o retorno de Suzano à Copa São Paulo de Futebol Júnior, a Copinha, principal competição de base do país. A nova estrutura também ajudará na logística esportiva da cidade, reduzindo o uso do Estádio Municipal Francisco Marques Figueira,

o Suzano, para treinos e jogos das categorias de base e profissionais. A arquibancada será construída pelo União Suzano, em parceria com a prefeitura, com previsão de início das obras no segundo semestre deste ano. O equipamento ficará em um dos quatro novos campos de dimensões profissionais que estão sendo implantados no parque. Do total, dois campos serão destinados ao futebol amador, para EC Cruzeiro do Sul e Reunidos FC. Os outros dois serão usados pelas equipes profissionais, União Suzano e Ecus. Um deles terá a arquibancada, permitindo partidas com público e atendendo às exigências da Federação para que Suzano volte a sediar a Copinha. Durante o encontro, o prefeito destacou a busca por melhorias na estrutura

esportiva. Nesse contexto, Bastos apresentou a sugestão e entregou um guia de gestão para cidades-sede da Copinha, com orientações para receber o torneio. O secretário municipal de Esportes e Lazer, Arnaldo Marin Junior, o Nardinho, afirmou que a arquibancada representa avanço para o esporte local, pois atende às exigências da FPF e cria melhores condições para competições. Já o prefeito Pedro Ishi, que entregou um totem da cidade ao presidente da FPF, afirmou que a medida faz parte de um planejamento para fortalecer o esporte no município e recolocar Suzano no mapa da Copa São Paulo de Futebol Júnior. Além do prefeito, do secretário e do presidente da FPF, participaram do



Fotos: Wanderley Costa/Secop Suzano.

encontro o vice-prefeito Said Rafuf; o vereador Denis Cláudio da Silva, o Filho do Pedrinho do Mercado; o

presidente do União Suzano, Everton Oliveira, o Paizão; e o proprietário do clube, Eduardo Brito de Melo.

ARUJA: Governo do Estado garante apoio e recursos para Hospital Geral, anuncia Prefeitura

“Cuidando das Pessoas” é o slogan da Prefeitura de Arujá, que pretende marcar a história da cidade com a construção do hospital, beneficiando mais de 80 mil arujaenses e moradores da região. O

projeto, um antigo sonho da população, está cada vez mais próximo de se tornar realidade e conta oficialmente com a parceria do Governo do Estado. Em reunião realizada na quinta-feira (16), na Secretaria Estadual de Saúde, em São Paulo, o prefeito Luis Camargo, acompanhado do vice-prefeito Rodolfo Machado e do secretário municipal de Saúde, Leonardo Reis, recebeu do secretário estadual Eleuses Paiva a garantia de que o Estado enviará recursos para equipar e manter o Hospital Geral de Arujá assim que a unidade estiver pronta para funcionar. Paiva afirmou que o governo estadual pretende apoiar a entrega da obra e contribuir com recursos de financiamento e custeio, destacando que o hospital possui estrutura moderna e deverá ajudar a resolver gargalos da saúde na região.

A informação foi divulgada à imprensa e à Câmara Municipal durante coletiva realizada no auditório do Parque dos Ipês, no Jardim Fazenda Rincão, na manhã de sexta-feira (17). A previsão é que a obra seja concluída até o final deste ano e, depois, leve alguns meses para que o hospital esteja totalmente equipado e apto a iniciar os atendimentos.

O compromisso reforça a ampliação da rede municipal de saúde, que hoje conta com sete equipamentos: quatro unidades de Estratégia de Saúde da Família (USFs), três Unidades Básicas de Saúde (UBSs), um Centro de Especialidades Médicas (CEM), ambulatório de saúde mental, Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) e estruturas de urgência como o Pronto Atendimento Central (PA), o PAM do Barreto, o Pró-Criança e a Maternidade Municipal Dalila Ferreira Barbosa, que possui UTI Neonatal. O prefeito destacou que a obra teve investimento inicial de R\$ 30 milhões por emenda do então deputado federal Roberto de Lucena, enquanto os outros R\$ 60 milhões são recursos do município. Segundo ele, o hospital beneficiará Arujá e toda a região e, no início do próximo ano, deve começar a instalação dos equipamentos. O secretário Leonardo Reis explicou que o Hospital Geral de Arujá atenderá casos de média e alta complexidade, com funcionamento 24 horas. A unidade terá cinco pavimentos e 100 leitos, distribuídos entre clínicos e cirúrgicos para adultos, pediátricos, psiquiátricos, UTI e leitos



para cirurgias gerais. A estrutura contará com emergência, consultórios, salas de procedimentos, centro cirúrgico e um parque diagnóstico com raio-x, tomografia, ultrassom, endoscopia, laboratório, eletrocardiograma, eletroencefalograma e ressonância magnética, com possibilidade futura de cirurgias robóticas. Para operar o hospital, está previsto um quadro de 894 profissionais, entre médicos, enfermeiros, técnicos, farmacêuticos, biomédicos, nutricionistas, cozinheiros e equipe administrativa. Com capacidade para 1.100 procedimentos diários e 34.872 mensais, o custeio estimado é de R\$ 11,8 milhões por mês,

em modelo tripartite: 25% do município, 25% do Estado e 50% do Governo Federal, cujas tratativas estão em andamento. O hospital oferecerá especialidades como cirurgia geral e pediátrica, ortopedia, neurocirurgia, cardiologia intervencionista e clínica médica, além de ambulatório para áreas vascular, urológica e neurológica, banco de sangue e núcleo de vigilância epidemiológica. O acesso será regulado pela Secretaria Municipal de Saúde, integrado às redes estadual e federal. Para o vice-prefeito Rodolfo Machado, a entrega do hospital representa um legado para Arujá e reforça o propósito da gestão de ampliar o cuidado com a população.

Expediente

Lógica
Informações - Direção - Variedades
(11) 98314-0177

Seu Jornal Revista
CNPJ: 24.958.890/0001-07

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

E-mail: jornallogica@hotmail.com

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

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

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

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

Impressão:
Gráfica: Editora Pana Ltda
Cambuci - SP

Distribuição Gratuita
Circulação
Tiragem : 20.000 exemplares
Periodicidade : Mensal

Poá: Conquista investimento do Governo do Estado para fortalecer o turismo

A Prefeitura de Poá foi contemplada com um repasse de R\$ 600 mil do Governo do Estado de São Paulo para o fortalecimento do turismo local. A autorização para a assinatura dos convênios ocorreu na quinta-feira (16), no Palácio dos Bandeirantes, na capital paulista, como parte de um pacote de investimentos que totaliza R\$ 276,6 milhões, distribuídos entre 214 municípios turísticos do Estado. A cerimônia contou com a presença do governador Tarcísio de Freitas, da secretária de Turismo e Viagens do Estado de São Paulo, Ana Biselli Airdar. Representando Poá, participaram da assinatura a secretária de Turismo, Débora de Lucrezio, e a chefe de gabinete, Fernanda Alves do Nascimento. Na categoria de Municípios de Interesse Turístico (MITs), Poá tem acesso a recursos voltados à execução de

obras estruturantes. O investimento poderá ser aplicado em projetos de edificação, infraestrutura urbana e implantação de sistemas de lazer, com foco na ampliação do fluxo de visitantes e no fortalecimento da economia local. A secretária de Turismo de Poá, Débora de Lucrezio, destacou a importância da conquista para o desenvolvimento da cidade. “Esse recurso representa um avanço significativo para o turismo de Poá. Estamos trabalhando com planejamento e responsabilidade para transformar esse investimento em melhorias concretas, que valorizem nossos atrativos e gerem oportunidades para a população”, afirmou. O prefeito Saulo Souza destacou a importância do investimento para o fortalecimento do turismo local e agradeceu ao Governo do Estado pela parceria com o município. “Agradeço



ao governador Tarcísio de Freitas pela sensibilidade e pelo apoio a Poá. Esse recurso é fundamental para avançarmos em projetos estruturantes, que vão fortalecer nosso turismo, gerar oportunidades e impulsionar a economia da cidade. Seguimos trabalhando com responsabilidade para transformar esse investimento em benefícios concretos para a nossa cidade”, afirmou. Durante o evento, o governador Tarcísio de Freitas também ressaltou o papel estratégico do turismo no desenvolvimento dos municípios e parabenizou

a gestão municipal poaense. “O turismo é uma atividade econômica que gera muito orgulho, em que cada município explora os atrativos que tem de melhor. Este investimento nas instâncias e municípios de interesse turístico se transforma em equipamentos em prol do turismo”, declarou. O governador também fez questão de parabenizar o prefeito Saulo Souza pelo trabalho realizado em Poá e reforçou que o Governo do Estado está sempre de portas abertas para o município e para a população poaense.

EDITORIAL

Entre dívidas e tecnologia: desafios do dia a dia do brasileiro

Estamos em abril e uma realidade já aparece com clareza no bolso de muita gente: a cada três reais que o brasileiro recebe, aproximadamente um já está comprometido com o pagamento de dívidas. Essa situação mostra como o orçamento das famílias está cada vez mais pressionado. Dados do Banco Central do Brasil apontam que o endividamento das famílias

chegou a 49,9% em fevereiro, o maior nível já registrado na série histórica. Na prática, isso significa que quase metade da renda das famílias brasileiras está ligada a algum tipo de compromisso financeiro, como empréstimos, financiamentos ou faturas de cartão de crédito. Uma parte importante desse dinheiro não é usada apenas para pagar o valor que foi emprestado. Os juros também pesam

no orçamento. Atualmente, cerca de 10,63% da renda das pessoas físicas é destinada somente ao pagamento de juros, enquanto aproximadamente 19% vai para quitar o valor principal das dívidas. Esse cenário deixa o orçamento cada vez mais apertado. Muitas famílias acabam tendo menos espaço para consumo, para guardar dinheiro e até para lidar com imprevistos. É difícil, mas, um dos fatores que ajudam a explicar esse quadro é o uso de linhas de crédito com juros elevados, como o rotativo do cartão de crédito. Em março, os juros dessa modalidade chegaram a 428,3% ao ano, uma das taxas mais altas do sistema financeiro. Mesmo assim, o uso desse tipo de crédito continua crescendo. Nos três primeiros meses de 2026, foram liberados R\$ 109,7 bilhões nessa modalidade, um aumento de 9,7% em relação ao mesmo período do ano passado. Diante dessa realidade, muitas pessoas passaram a buscar informações e orientações para organizar melhor as finanças. E é justamente nesse ponto que entra outro fenômeno cada vez mais presente no cotidiano: o uso da inteligência artificial para pesquisar, tirar dúvidas e

até tentar encontrar soluções rápidas para problemas financeiros. A tecnologia, sem dúvida, pode ajudar. Hoje é possível usar ferramentas digitais para entender melhor como funcionam juros, renegociação de dívidas ou planejamento financeiro. No entanto, especialistas alertam que é preciso ter cuidado. Sistemas de inteligência artificial podem, em alguns casos, apresentar informações incorretas ou imprecisas, mesmo quando parecem confiáveis. Por isso, a recomendação é simples: antes de tomar qualquer decisão importante — seja financeira, jurídica ou até de saúde — é fundamental verificar as informações em fontes confiáveis. A tecnologia pode ser uma grande aliada, mas não substitui a análise cuidadosa e a orientação de profissionais especializados. Enquanto o peso das dívidas continua desafiando o orçamento das famílias, o acesso à informação se torna cada vez mais importante. E, nesse cenário, saber usar bem as ferramentas disponíveis pode fazer toda a diferença para tomar decisões mais seguras no dia a dia.

Edmara Martins Soares

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



Anuncie:
(11) 98314-0177

En Epaminondas Nogueira Advogados há 60 anos

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

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

<p>Mogi das Cruzes (11) 4799-1510 (11) 9.9891-4848</p> <p>São Paulo (11) 3392-3329</p> <p>São José dos Campos (11) 3302-6023</p>	<p>TRABALHISTAS - INDENIZAÇÕES FAMÍLIA - BANCOS - SEGUROS INSS - ACIDENTES - REAJUSTES BENEFÍCIOS</p>
---	---

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

Jorge Antun

Cível-Criminal-Trabalho e Previdenciário
Tel.: 4748-2882
e-mail: antun@aasp.org.br

R. Dr. Portugal Freixo, 358 - casa - Centro-Suzano

RIBEIRÃO PIRES: Se consolida como refúgio de calma a poucos minutos de São Paulo

A apenas 30 minutos da capital paulista, Ribeirão Pires vem se destacando como um dos principais destinos de turismo de silêncio na região metropolitana. Com áreas verdes preservadas, mirantes e espaços voltados à contemplação, a cidade atrai visitantes que desejam escapar do ritmo acelerado de São Paulo sem precisar enfrentar longas viagens.

Seja de carro ou de trem, o acesso facilitado transforma o município em uma opção viável para bate-voltas ou fins de semana prolongados. A proposta do turismo de silêncio, tendência que valoriza experiências

sensoriais, contato com a natureza e redução de estímulos urbanos, encontra em Ribeirão Pires um cenário ideal, com trilhas, parques e pontos elevados que convidam à introspecção. Entre os destaques está o Parque Oriental, um dos cartões-postais da cidade. Inspirado na cultura japonesa, o espaço oferece jardins bem cuidados, lagos e a Trilha do Tapiá, percurso que combina caminhada leve com momentos de pausa e contemplação em meio à vegetação nativa. O ambiente silencioso e organizado favorece práticas como meditação, leitura e observação

da natureza. Outro ponto procurado por visitantes é o Mirante São José, localizado em uma área elevada, o espaço proporciona uma vista panorâmica da região central e arredores. O local se torna especialmente atrativo no fim da tarde, quando o pôr do sol colore o horizonte e transforma o mirante em um cenário de contemplação e tranquilidade. Para quem busca áreas amplas e estruturadas, o Parque Professor Luiz Carlos Grecco surge como alternativa. Com infraestrutura para caminhadas, áreas de descanso e contato direto com a natureza, o parque

é ideal para famílias e visitantes que desejam desacelerar em um ambiente seguro e acessível. Já a Torre de Miroku complementa o roteiro com uma proposta mais espiritual e contemplativa. O local, que remete a referências da cultura oriental, é procurado por aqueles que desejam momentos de introspecção e conexão interior, reforçando o perfil da cidade como destino voltado ao bem-estar. "Com esse conjunto de atrações, Ribeirão Pires se posiciona como um refúgio próximo da capital, oferecendo uma experiência que valoriza o silêncio, a natureza e o tempo desace-



lerado. Em meio à crescente busca por equilíbrio e qualidade de vida, o município desponta como alternativa estratégica

para quem quer pausar sem ir longe", explica o secretário de Turismo da Estância, Emerson Gilarde.

FERRAZ: Conquista nota máxima na Capag e reforça credibilidade na gestão pública



O município de Ferraz de Vasconcelos conquistou a classificação A na Capacidade de Pagamento (Capag), indicador avaliado pelo Tesouro Nacional que mede a saúde fiscal dos municípios brasileiros. A nota máxima demonstra que a cidade possui equilíbrio nas contas públicas e não representa risco

de crédito, ampliando sua credibilidade institucional. Na prática, a avaliação positiva reflete uma gestão baseada na responsabilidade fiscal, com controle dos gastos públicos, organização financeira, redução de dívidas e transparência na aplicação dos recursos. Esse cenário fortalece a capa-

cidade do município de firmar parcerias, captar investimentos e avançar em projetos estruturantes.

Com a nota máxima, Ferraz passa a ter melhores condições para viabilizar obras, ampliar serviços e promover melhorias em diversas áreas, impactando diretamente a qualidade de vida da população. A conquista também evidencia o compromisso da administração municipal com o uso responsável do dinheiro público, garantindo que os recursos sejam aplicados de forma eficiente e estratégica. O resultado coloca Ferraz em destaque no cenário nacional, consolidando a cidade como um município preparado para crescer com planejamento, responsabilidade e foco nas pessoas.

Fundo Social de Solidariedade realiza lançamento do programa "Lacre do Amor"

Ocorreu no dia 8, no auditório da Escola Técnica Estadual (ETEC) de Ferraz de Vasconcelos o lançamento do programa Lacre do Amor. A ação capitaneada pelo Fundo Social de Solidariedade visa arrecadar lacres de alumínio para trocar por cadeiras de rodas que beneficiarão a população carente. O projeto é uma parceria entre a Condemat e a Spmar com

o Fundo Social de Solidariedade. Além disso, a Secretaria de Meio Ambiente, Verde e Proteção Animal e a Secretaria de Educação também estarão participando do projeto, onde cerca de 27 escolas da rede municipal e a Etec ajudarão na contribuição, totalizando 28 escolas. A cada 140 garrafas pets cheias de lacre, o Fundo poderá fazer a troca por

uma cadeira de rodas. A iniciativa beneficiará a população ferrazense que necessita desse tipo de locomoção, além de promover a solidariedade e a consciência ambiental. "Juntem bastante lacres, porque além de ajudar o meio ambiente, também iremos beneficiar o nosso próximo", destacou a presidente do Fundo Social de Solidariedade, Cida Gambale.

Santa Isabel: garante investimento estadual de R\$ 600 mil para o Turismo



Na última quinta-feira (16), o Governo do Estado de São Paulo realizou a cerimônia oficial de liberação de recursos destinados aos municípios turísticos paulistas, contemplando estâncias e Municípios de Interesse Turístico (MITs). Durante o evento, realizado no Palácio dos Bandeirantes, sede

do governo estadual, foi autorizado um pacote de investimentos que soma mais de R\$ 276 milhões, com foco no fortalecimento da infraestrutura turística e no desenvolvimento econômico das cidades participantes. Santa Isabel, reconhecida como Município de Interesse Turístico, foi contemplada com o valor de

R\$ 600 mil, recurso que será fundamental para impulsionar projetos voltados ao setor. Os repasses para os MITs seguem um padrão estadual, garantindo investimento direto para melhorias que incentivem o turismo local.

Os recursos poderão ser aplicados em diversas frentes, como obras de infraestrutura, revitalização de espaços públicos, implantação de equipamentos turísticos, sinalização, entre outras ações que contribuem para atrair visitantes e fortalecer a economia da cidade. Com vocação para o turismo rural, ecológico, cultural e gastronômico, Santa Isabel vem se consolidando como um importante destino da região do Alto Tietê, ampliando suas oportunidades e geração de renda por meio do setor turístico.

A cidade recebe nova ambulância

A prefeitura de Santa Isabel recebeu o novo veículo que ficará à disposição da Secretaria Municipal de Saúde. A ambulância foi enviada ao município pelo Governo do Estado na sexta-feira (17), tendo sido adquirido por meio de emenda parlamentar do deputado estadual Jorge Wilson, o Xerife do Consumidor. A chegada de uma nova ambulância atende a uma grande demanda da população, garantindo transporte seguro aos isabelenses que necessitam dos serviços de saúde no município.

O prefeito, Dr. Carlos Chinchilla, agradeceu a parceria com o governo estadual e o deputado, reforçando a importância de se



garantir equipamentos de qualidade para o atendimento eficaz aos munícipes. "Saúde pública tem de ser tratada com responsabilidade, dar para as pessoas que precisam, no momento mais difícil de suas

vidas, um transporte sanitário digno. Fica nossa gratidão ao governador, Tarcísio de Freitas, e ao deputado Jorge Wilson, porque é assim que se faz saúde pública, com responsabilidade e com coisa boa", disse.

BIRITIBA MIRIM: 62º ANIVERSÁRIO DE EMANCIPAÇÃO POLÍTICO-ADMINISTRATIVA

Em celebração aos 62 anos de Emancipação Político-Administrativa, a Prefeitura de Biritiba Mirim preparou uma programação especial voltada à família biritibana, unindo serviços públicos, atividades culturais e ações esportivas destinadas a todas as idades. O destaque das comemorações será o tradicional Desfile Cívico, que acontecerá no dia 03 de maio, às 9h, na Avenida Ferdinando Jungers, reunindo aproximadamente 1.500 participantes.

As escolas municipais trarão para avenida o tema "Biritiba Mirim: preservando o hoje para alimentar o amanhã", reforçando a importância da sustentabilidade e da educação para o futuro do município. Além da rede de ensino, o desfile contará com a participação das Secretarias de Agricultura, Esporte, Cultura, Assistência Social, Saúde, Mulher e Fundo Social, bem como da frota municipal, agricultores, colecionadores de carros antigos e demais convidados.

Para a Administração Municipal, o aniversário da cidade é um momento de encontro, celebração e união entre as famílias, reafirmando o orgulho de ser biritibano e fortalecendo laços comunitários na principal avenida da cidade.

Conquistas e Avanços do Último Ano

O município celebra seus 62 anos com importantes obras em andamento, entre elas: Construção da sede da APAE; Obras das novas creches do Jardim Yoneda e Bairro Irohy; Obras da Escola em Período Integral do Jardim Takebe; Pavimentação da Estrada de Santa Catarina, trecho estratégico que liga Biritiba Mirim ao município de Guararema. Implantação do Sistema de água e esgoto no Jardim Castellano e ruas do bairro Vertentes. Primeiro Agro Summit com a presença de renomados palestrantes de todo Brasil, trazendo novas tecnologias ao campo. Mais uma edição do Agrifest, fortalecendo a cultura e turismo de nossa cidade e ainda colaborando com o Fundo Social arrecadamos mais de 14 toneladas de alimentos que foram destinados às famílias carentes.

Posse ao CONDEMA, passo essencial no avanço de políticas públicas voltadas a acelerar a



regularização e licenciamentos no município e muito mais.

A cidade também comemora conquistas inéditas em diversas áreas. Na Educação, Biritiba Mirim foi destaque no Inova Educação, impulsionando práticas pedagógicas modernas com o uso de tablets em sala de aula. O município recebeu ainda o Prêmio Alfabetiza Juntos, do Governo do Estado, e o Selo Ouro do Ministério da Educação, que o coloca entre as sete cidades do Alto Tietê com melhores resultados em alfabetização na idade certa.

Na Assistência Social, o município foi premiado pela gestão de recursos do FNAS-2025. No Esporte, atletas da cidade obtiveram resultados expressivos: duas medalhas de bronze no atletismo do JOMI; cinco medalhas de bronze e duas de ouro no taekwondo dos Jogos Regionais; além do título de campeões da Copa Vila Santista, na categoria de base do futsal. A cidade também recebeu Destaque do SESC no Dia do Desafio com o programa "Biritiba Mais Saudável", realizado em parceria com a Secretaria da Mulher.

No Desenvolvimento Econômico, a cidade conquistou o Prêmio de Excelência no Atendimento SEBRAE e inaugurou um posto da Receita Federal, ampliando o acesso a serviços essenciais para empreendedores e cidadãos. Na Saúde, os avanços incluem a chegada de uma nova van para transporte sanitário, uma nova viatura do SAMU, mutirões de vacinação e o mutirão de ultrasonografia que zerou a demanda reprimida. Pelo segundo ano consecutivo, Biritiba Mirim recebeu também a Carreta da Mamografia, ampliando o cuidado preventivo com a saúde da mulher.

Ainda neste mês festivo, está previsto o início da construção de 50 unidades habitacionais, ampliando o acesso à moradia digna para famílias do município.

Programação Comemorativa

Durante a semana do aniversário, a cidade contará com ações culturais, esportivas e religiosas. Entre os destaques:

01 de maio: Festa do Fortunato; tradicional Festa do Doce, às 14h na Capela Santa Cruz, na Av. Maria José de Siqueira Melo, no Jardim Takebe.

02 de maio: Mais uma edição da Marcha para Jesus; Concentração em frente à EE Adhemar Bolina às 14h.

03 de maio: Desfile Cívico; na Avenida Ferdinando Jungers, às 9h.

05 de maio: Projeto Família no Parque, com atividades esportivas, culturais, atendimentos e recreação para crianças e adultos, no Parque da Cidade, na av. Benedito de Miranda Melo, das 13h às 17h.

05 de maio: Missa de Ação de Graças e o tradicional Bolo-Matriz São Benedito.

O projeto Família no Parque será realizado das 13h às 17h, no Parque da Cidade, em sua etapa recém-concluída, e oferecerá brinquedos infláveis, apresentações circenses, jogos lúdicos, contação de histórias, atividades esportivas, ações de beleza, plantio e doação de mudas, entre outras atrações. O evento é gratuito e aberto a toda população.

O Parque da Cidade está localizado na Av. Benedito de Miranda Melo, bairro Vertentes.

A Prefeitura de Biritiba Mirim convida todos os moradores a participarem das comemorações e celebrarem juntos mais um capítulo da história da cidade.



Master Force

Instalações Elétricas

ÉDRICK RODRIGUES
(11)9.7053-8370

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



CONVÊNIO FUNERÁRIO C.B.O

GRUPO SÃO LUCAS

- Assistência Familiar Integral
- Assistência Funeral 24 horas
- Serviços de informação e orientação 24 hs

ENTRE EM CONTATO E SAIBA MAIS
(11) 4746-3637
4741-2679

Visite nossa página
facebook/@saolucas47463637

Sua tranquilidade é nosso compromisso!!

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

Previna-se para as horas mais difíceis da sua vida





Sapatos que prometem dominar o outono

Com a temporada outono/inverno 2026, os detalhes de design assumem protagonismo absoluto. Neste ano, o foco migra para a arquitetura dos calçados: do desenho do bico às construções imponentes do cabedal e salto. Essas novas silhuetas elevam os modelos clássicos ao status

de peça-desejo, garantindo proporções modernas e uma dose extra de estilo aos looks mais cotidianos. High vamp Com cabedal mais alto que avança sobre o peito do pé, os modelos high vamp aparecem como uma alternativa elegante e sofisticada para os clássicos scarpins. O design cria uma cobertura frontal maior e alonga visualmente o pé, trazendo um ar contemporâneo

às produções. No dia a dia, o modelo funciona muito bem em combinações com alfaiataria e meia-calça, criando um visual refinado e urbano. Square toe O bico quadrado continua forte na temporada e surge como contraponto moderno aos formatos arredondados tradicionais. Com linhas marcantes e estética geométrica, o square toe adiciona personalidade imediata ao look e reforça uma estética minimalista, mas cheia

de atitude. Em produções do cotidiano, ele aparece como complemento ideal para jeans de corte reto e blazer estruturada, equilibrando casualidade e sofisticação. Wedge shoes Os sapatos com salto anabela voltam ao radar do inverno com uma proposta que combina conforto e sofisticação. O salto único e contínuo garante mais estabilidade ao caminhar, enquanto o design versátil permite diferentes composições

ao longo da estação. O modelo se encaixa facilmente em produções com saias midi ou vestidos de tricô, criando um visual elegante e confortável para diferentes ocasiões. Sculptural heels Os saltos esculturais são a escolha perfeita para quem quer transformar o sapato no protagonista do look. Com formas orgânicas ou geométricas que fogem do tradicional, o design



cria um efeito visual marcante e contemporâneo. Por isso, eles ganham destaque quando usados em looks monocromáticos ou composições mais minimalistas, deixando o salto assumir o papel de ponto focal da produção.

Beleza

MITO OU VERDADE: SERÁ QUE O CORRETIVO TEM QUE SER MAIS CLARO QUE A BASE?

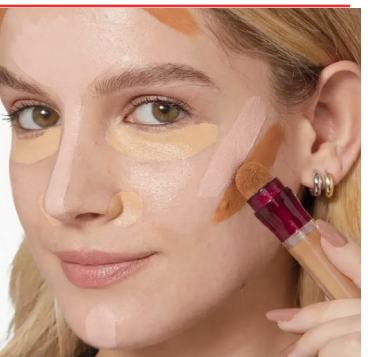
Se você já se sentiu perdida na hora de combinar os tons das suas maquiagens para pele e se perguntou: "afinal, o corretivo tem que ser mais claro que a base ou do mesmo tom?", este guia é para você. Para que serve o corretivo: ele é usado na maquiagem principalmente para cobrir olheiras, sejam elas genéticas ou resultado de noites mal dormidas, dando um ar mais leve ao rosto

na manhã seguinte Tom e subtom de pele Saber seu tom de pele evita escolher um corretivo muito claro ou escuro. Em geral, os tons são classificados em claro, médio e escuro. Já o subtom representa a "temperatura" da pele e pode ser quente (dourado), frio (rosado), neutro ou oliva. A cor das veias e dos lábios pode ajudar a identificar essa característica.

•Tons claros: Apresentam maior sensibilidade ao sol e queimam antes de bronzear. Costumam ter mais manchas, sardas, vermelhidão e vasinhos aparentes. •Tons médios: Podem indicar uma pele com maior tendência à oleosidade; bronzeiam-se e recuperam-se melhor após a exposição solar. •Tons escuros: Possuem maior resistência ao sol e sinais de envelhecimento menos acentua-

dos, mas com possível propensão ao melasma. Tipos de corretivo Líquido: leve, prático e fácil de esfumar, ideal para o dia a dia. Cremoso: mais hidratante e com alta cobertura, proporcionando acabamento mais profissional. Bastão: fácil de aplicar, porém com textura mais seca. O corretivo deve ser mais claro que a base? Depende. Um corretivo do mes-

mo tom da base cria um efeito mais natural. Já um ou dois tons mais claros ajudam a iluminar o rosto, enquanto tons mais escuros podem ser usados para contorno. Como escolher o tom do corretivo Para olheiras: prefira um tom próximo ao da pele para um resultado natural. Para iluminar: use um ou dois tons mais claros em pontos estratégicos do rosto.



Para contorno: escolha um tom mais escuro para criar profundidade. Como escolher pela internet é possível escolher o corretivo identificando seu tom e subtom de pele e comparando com a descrição das cores ou com produtos que você já usou.

Faça Você Mesma

Capa para Almofada com Tingimento Natural

Material Necessários

Tecido de linho ou algodão cru (90x45 cm) Ingredientes para tintura natural (beterraba, café, chá, índigo, cúrcuma) Água Panela grande Colher de madeira Sal ou fixador de cor Tesoura Agulha e linha ou máquina de costura Botões decorativos

Fogo ou fogão

Passo a Passo Detalhado

Passo 1: Escolha o Corante Natural Decida qual cor deseja: vermelho (beterraba), marrom (café), verde (espinafre), amarelo (cúrcuma), azul (índigo). Passo 2: Prepare o Banho de Tintura Aqueça 2 litros de água em panela grande. Adicione o corante natural (2 xícaras de beterraba ralada, 1 xícara de café moído, etc.). Deixe ferver por 15-20 minutos.

Passo 3: Coe a Tintura Passe a mistura por peneira ou pano fino para remover sólidos. Você terá um líquido colorido pronto. Passo 4: Mergulhe o Tecido Coloque o tecido na tintura ainda quente. Mexa ocasionalmente para tingimento uniforme. Deixe por 30 minutos a 2 horas (quanto mais tempo, mais intenso). Passo 5: Enxágue Retire o tecido e enxágue em água fria até que a água saia clara. Isto detém o processo de tingimento.

Passo 6: Fixe a Cor Para cor mais permanente, mergulhe em solução com sal ou vinagre por 15 minutos. Isto ajuda a fixar a cor no tecido. Passo 7: Seque o Tecido Estenda o tecido ao ar livre para secar completamente. Evite luz solar direta para não desbotar. Isto pode levar 2-4 horas. Passo 8: Corte e Alinhe Corte o tecido em dois retângulos (45x45 cm). Coloque com lados direitos juntos e alfinete. Passo 9: Costure Três Lados

Costure três lados e meio completamente. Deixe abertura para vire o avesso e enchimento. Passo 10: Acabamento Vire o avesso, pressione bem, recheie com enchimento, e feche com pontos de costura invisível. Pode adicionar botões decorativos nas costas. Tempo total: 3-4 horas (incluindo tingimento e secagem) | Custo estimado: \$8-12



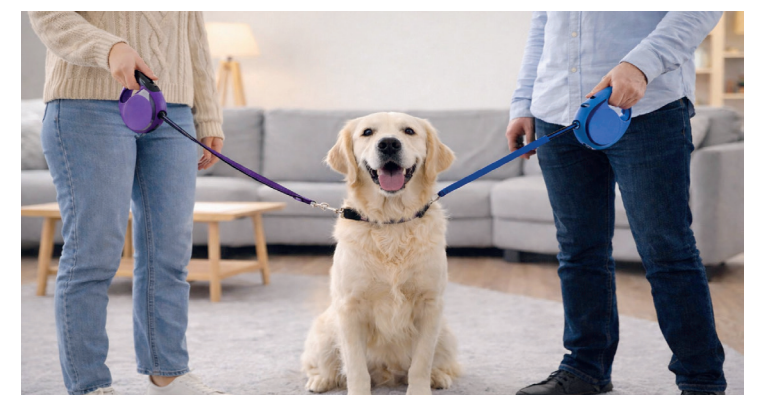
Guarda compartilhada de pets após separação pode ser benéfica?

O Senado Federal aprovou um projeto de lei que autoriza a guarda compartilhada de animais de estimação em casos de separação de casais. A proposta estabelece regras e critérios para esse tipo de arranjo, mas ainda depende da sanção do presidente Luiz Inácio Lula da Silva para entrar em vigor. A medida acompanha a mudança social em que ocorre o reconhecimento dos pets como parte importante da estrutura afetiva das famílias. Especialistas apontam que a divisão da convivência com o pet envolve impactos emocionais tanto para os bichinhos quanto para os tutores envolvidos, e exige cuidado para evitar prejuízo à saúde de todos. Segundo a médica veterinária

Vanessa Mesquita, os animais podem, sim, sentir a ausência de pelo menos um dos tutores. "Eles criam vínculos fortes, especialmente quando há uma rotina estabelecida com determinada pessoa", afirma. Ainda assim, o apego não é necessariamente ao espaço físico. "O animal não se apega à casa em si, mas aos cheiros e às referências afetivas que estão ali." Adaptação do animal depende de rotina e vínculo O especialista em comportamento animal Cleber Santos reforça que os pets constroem vínculos principalmente com quem está mais presente no dia a dia. "O animal aprende por repetição. Ele tende a se apegar mais a quem alimenta, passeia e interage com

frequência", explicou o profissional. Por isso, definir a guarda pode ser mais complexo do que parece. "A adaptação à guarda compartilhada varia entre espécies. Cães, de modo geral, lidam melhor com mudanças, enquanto gatos tendem a sofrer mais com alterações no ambiente. Para minimizar os impactos, especialistas recomendam manter o máximo de consistência possível entre as duas casas. Isso inclui horários, alimentação, regras e até objetos como cama e brinquedos. A transição também deve ser gradual, com reforço positivo e estabilidade. Para os humanos, a separação envolvendo um pet também pode ser emocionalmente desafiadora. A psicóloga Juliana Sato explica

que o afastamento do animal pode intensificar o sofrimento do término. "Não é apenas o fim da relação conjugal. Há também a ruptura da convivência com o pet, que muitas vezes fazia parte da rotina e da organização afetiva", afirma. Entre os efeitos mais comuns estão tristeza persistente, sensação de vazio e dificuldade de reorganizar o cotidiano. A guarda compartilhada pode, em alguns casos, ajudar na adaptação emocional, ao evitar uma ruptura abrupta. A psicóloga destaca que o sucesso do modelo depende de fatores como comunicação, acordo entre as partes e ausência de conflitos constantes. "Quando há instabilidade, o animal pode acabar inserido em uma dinâmica que atende mais às necessidades emocionais dos tutores do que ao cuidado em si." Embora o projeto represente um avanço no reconhecimento dos animais como membros da família, os especialistas alertam que a aplicação prática exige análise individualizada. "Questões como condições financeiras, disponibilidade de tempo e capacidade de fornecer cuidado adequado devem ser consideradas", ressalta Cleber Santos



Ateliê Minh'avó Fázia
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

Divino Pasteis

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

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

MONTE O SEU PASTEL

ESTAMOS NO **ifood** DIVINO PASTEIS e no **99**

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

MOLAMEC

POSTO DE MOLAS
SERVIÇOS e VENDA DE PEÇAS

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

Tel: (11) 4727-1622 | 4727-4977 | 9.4710-0046
R. Benedito dos Santos, 251 - Jundiapéba, Mogi das Cruzes - SP

Forum das Mulheres



Andrineia Gomes
Psicoterapeuta, idealizadora do Mulheres e sua voz.

Nos últimos anos, um movimento silencioso, porém profundamente transformador, tem ganhado força: mulheres estão se reconectando com sua própria essência. Esse processo vai muito além da estética - trata-se de um verdadeiro resgate da identidade, da autoestima e do valor pessoal. Cada vez mais, mulheres têm buscado capacitação, investindo em conhecimento, autonomia

Mulheres se reconectam consigo mesmas através do cuidado, capacitação e superação

financeira e desenvolvimento emocional. Cursos, palestras e rodas de conversa se tornaram espaços de troca e fortalecimento, onde histórias são compartilhadas e novas possibilidades são construídas. Paralelamente, cresce também a consciência sobre a importância do autocuidado. O cuidado com o corpo deixou de ser visto apenas como vaidade e passou a ser compreendido como um ato de amor-próprio.

Procedimentos estéticos, terapias integrativas e práticas de bem-estar têm ajudado muitas mulheres a se enxergarem novamente com carinho e respeito. Esse movimento ganha ainda mais significado quando observamos mulheres que passaram por traumas, abusos ou situações de violência. Para elas, o processo de se cuidar, estudar e se fortalecer representa um caminho de reconstrução. É a retomada do controle da própria vida, da própria história e da própria voz.

O empoderamento feminino, nesse contexto, não se resume a conquistas externas, mas se manifesta principalmente no olhar que cada mulher passa a ter sobre si mesma. É sobre se reconhecer digna, capaz e merecedora de uma vida plena.

Esse novo olhar tem gerado impactos positivos não apenas individualmente, mas também na sociedade como um todo. Mulheres fortalecidas inspiram outras mulheres, criam redes de apoio e contribuem para um ambiente mais consciente, respeitoso e igualitário. Além do fortalecimento individual e coletivo, é fundamental destacar que nenhuma mulher precisa enfrentar situações de violência ou sofrimento sozinha.

No Brasil, existem canais de apoio e acolhimento disponíveis gratuitamente:

* Central de Atendimento à Mulher - Ligue 180: atendimento 24 horas, com orientação e encaminhamento para serviços especializados.
* Polícia Militar - 190: em casos de

emergência imediata.

* Delegacia da Mulher (DEAM): atendimento especializado para vítimas de violência.

* Disque 156 (em algumas cidades): informações sobre serviços locais de apoio.

* Aplicativos e redes de apoio locais: muitas cidades oferecem suporte psicológico e jurídico gratuito.

Projetos sociais como Mulheres e sua Voz empoderamento Jurídico através do curso Promotoras Legais Populares.

Buscar ajuda é um ato de coragem e um passo essencial para a reconstrução. Informação, acolhimento e suporte fazem parte desse processo.

O que se vê hoje é uma geração de mulheres que não aceita mais viver no automático. Elas escolhem se conhecer, se cuidar e se reconstruir quantas vezes forem necessárias. É nesse processo, mostram que o verdadeiro empoderamento começa de dentro para fora.

Mogi: Prefeita Mara Bertaiolli e presidente do Fundo Social, Maira Cusatis, inauguram Espaço Acolher

A prefeita Mara Bertaiolli e a presidente do Fundo Social de Mogi das Cruzes, Maira Cusatis, inauguraram na manhã de sexta-feira (17/04) o Espaço Acolher, centro de cuidado integral voltado a mulheres em tratamento oncológico e no pós-tratamento. Localizado no Complexo da UNICAFISIO, no Rodeio, o serviço oferece atendimento humanizado que vai além do cuidado clínico, abrangendo aspectos emocionais, sociais e de fortalecimento da autoestima. O Espaço Acolher amplia o olhar sobre o tratamento oncológico, oferecendo rede de suporte às pacientes, familiares e cuidadores, com acompanhamento psicológico, atividades de empoderamento, orientação especializada, fisioterapia e ações voltadas à reconstrução da autoestima. Com o novo equipamento, a Prefeitura de Mogi reforça o compromisso com uma saúde pública mais acolhedora e inclusiva, pro-

movendo não apenas tratamento, mas cuidado integral e valorização da vida.

Durante a inauguração, a prefeita Mara Bertaiolli destacou o compromisso da administração com políticas públicas humanizadas. "O Espaço Acolher representa um novo olhar sobre o cuidado com as pessoas, com acolhimento e respeito. Mais do que uma obra, é um local para acolher histórias, fortalecer vínculos e devolver dignidade e esperança às mulheres mogianas", afirmou.

A presidente do Fundo Social, Maira Cusatis, ressaltou o impacto social da iniciativa. "O espaço foi pensado com sensibilidade para que cada mulher se sinta acolhida em todas as fases do tratamento. É sobre cuidar da autoestima, da saúde emocional e da reconstrução da vida", disse.

O vice-prefeito Téo Cusatis destacou a importância da integração entre políticas públicas. "O Espaço



Acolher é resultado da união de esforços para oferecer um atendimento mais completo e humano."

A iniciativa reúne as secretarias de Saúde e Bem-Estar, da Mulher e de Assistência Social. A Saúde fará a identificação e encaminhamento das pacientes, além do suporte técnico e fisioterapia em parceria com a UNICAFISIO.

A Secretaria da Mulher atuará no fortalecimento da autoestima e em ações de empodera-

mento, enquanto a Assistência Social dará apoio às famílias. O projeto também conta com apoio da Niterra do Brasil, que doou móveis e equipamentos, como cabeceiras de peruca, maquiagens e secadores.

O co-presidente Eduardo Massao Tsukahara destacou que a parceria contribui para promover bem-estar e dignidade às pacientes. Mais informações pelo telefone 4798-6365, do Fundo Social de Mogi das Cruzes.



PROMOTORAS LEGAIS POPULARES

De mulher para Mulher

Falas de PLPs No Jornal Lógica

Transformando Conhecimento em Poder

Sou **Lígia Galupo**, tenho 44 anos, graduada em Serviço Social e carrego comigo uma trajetória marcada por desafios, reconstruções e, principalmente, propósito. Sou mãe de três filhos, Renan, 17; Rafael, 15; e Raul, 11 anos, que são a base da minha existência e a força motriz que me impulsiona diariamente a buscar um viver mais digno, consciente e transformador.

Minha história também é atravessada por rupturas significativas. A separação de um casamento de 20 anos, onde eu tinha certeza de uma solidez que nunca existiu, não foi apenas o fim de um relacionamento, mas um marco de consciência. Em um dos momentos mais delicados da minha vida, diante da suspeita de um carço na mama, eu precisei de apoio e foi justamente ali que percebi o afastamento, o soltar das mãos que antes deveriam sustentar. Essa experiência, embora dolorosa, foi reveladora. Ela me colocou frente a frente com a realidade de muitas mulheres que vivem o abandono, a negligência emocional e a fragilização dos vínculos em momentos de vulnerabilidade.

Foi no campo da prática profissional, durante meu estágio no CREAS (Centro de Referência Especializado de Assistência Social), que minha vivência pessoal encontrou eco nas histórias que eu escutava. No atendimento às mulheres em situação de violência, eu não apenas acolhia, eu me reconhecia. Identifiquei, nas entrelinhas dos relatos, que muitas das situações que eu julgava como naturais ou suportáveis faziam parte de um ciclo de violência silenciosa que também me atravessava. Esse processo de escuta qualificada e reflexão crítica foi essencial para minha transformação pessoal e profissional.

Tive o privilégio de ser impactada pela atuação da Assistente Social Janaina Bueno, que me apresentou ao projeto das PLPs (Promotoras Legais Populares). Foi um divisor de águas na minha trajetória. Ao ingressar no curso, mergulhei em uma formação que articula conhecimento jurídico, sociopolítico e emancipatório, voltado ao fortalecimento da autonomia das mulheres e ao enfrentamento das múltiplas expressões da violência de gênero.

O curso de PLPs não apenas ampliou meu repertório técnico, mas também fortaleceu minha consciência. Compreendi, de forma mais aprofundada, as estruturas que sustentam as desigualdades e aprendi estratégias concretas de orientação, acolhimento e encaminhamento para mulheres em situação de violência doméstica. Mais do que aprender, eu me reconstruí.

Hoje, tenho a honra de fazer parte desse projeto como coordenadora de núcleo das PLPs e do "Mulheres e sua Voz". Expresso aqui minha profunda gratidão por essa oportunidade, que me permite exercer uma atuação atravessada por empatia, conhecimento técnico e compromisso ético. Transformei minha dor em instrumento de propósito. Minha história deixou de ser apenas minha; ela se tornou ponte para alcançar outras mulheres, oferecendo escuta, orientação e, sobretudo, a possibilidade de recomeço.

Ser a Lígia Galupo, hoje, é ser reconstrução, sensibilidade e voz ativa na defesa dos direitos das mulheres. É acreditar todos os dias, com doçura no coração, que mesmo diante das dores a vida ainda encontra formas de florescer, e que nenhuma mulher está sozinha e que, juntas, somos capazes de reescrever histórias.

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



SEGURANÇA EM EVOLUÇÃO

Tecnologia, presença e resultados!

- 59 novos** agentes da GCM
- 7 novas** viaturas de patrulhamento
- 200 câmeras** de monitoramento 24h
- Redução dos principais** indicadores criminais
- Operações integradas** entre as polícias Militar e Civil

FERRAZ DE VASCONCELOS
CIDADE DA UVA

G.C.M.
CIDADE DE FERRAZ DE VASCONCELOS

Secretaria de SEGURANÇA URBANA E DEFESA CIVIL

Momento de Fé

Um anjo adiante de ti

E enviarei um Anjo adiante de ti (e lançarei fora os cananeus, e os amorreus, e os heteus, e os ferezeus, e os heveus, e os jebuseus). Êxodo 33.2

Moisés soube interceder pelo seu povo, pois Deus compreendia que, por causa do pecado, as pessoas haviam se tornado fracas em suas decisões e na perseverança na fé. Aqueles que confessam seus pecados ao Pai têm a oportunidade de se consagrar e viver como o Espírito Santo ensina. Devemos ser sábios e, toda vez que cairmos, voltar a Deus para recomeçar a caminhada. Seria bom ter um anjo adiante deles, porém Moisés entendeu que, na era da

graça na qual vivemos, viria o Santo Espírito para nos ajudar a acertar nossos passos e seguir com confiança e destemor a orientação divina. Nada melhor do que viver conforme o ensino do Espírito de Cristo pelas Escrituras. Os fracos na fé precisam buscar o Senhor com o coração aberto, a fim de serem aceitos no Céu.

Deus enviou um anjo para libertar o reino de Judá quando Senaqueribe, o perverso rei assírio, tentou subjugar a nação com o seu exército. Senaqueribe só não sabia que o rei Ezequias e o profeta Isaías eram homens de oração. O profeta orou e recebeu o recado do Senhor de que o governante da Assíria perceberia o quanto errou ao afrontar o Todo-Poderoso. O

anjo do Céu matou, naquela noite, 185 mil dos melhores soldados do exército assírio. A fé venceu!

O Senhor também enviou um anjo para guardar os três israelitas que foram lançados na fomalha aquecida sete vezes mais. Eles não temeram e declararam a Nabucodonosor a fé que tinham no Altíssimo: Eis que o nosso Deus, a quem nós servimos, é que nos pode livrar; ele nos livrará do forno de fogo ardente e da tua mão, ó rei (Dn 3.17). Diante daquele que se achava o mais poderoso da Terra, afirmaram que Deus os livraria.

Os jovens israelitas ainda acrescentaram ao rei da Babilônia que o Senhor tinha poder e decidiria se eles

seriam ou não preservados. Eles afirmaram que não se dobrariam à sua estátua e declararam: E, se não, fica sabendo, ó rei, que não serviremos a teus deuses nem adoraremos a estátua de ouro que levantaste (Dn 3.18). O servo com quem Deus deseja contar hoje tem de ser intrépido, que não teme nem a própria morte.

No Céu, veremos o "filme" do rosto perplexo de Nabucodonosor, que disse: Então, o rei Nabucodonosor se espantou e se levantou depressa; falou e disse aos seus capitães: Não lançamos nós três homens atados dentro do fogo?



Foto: Hans

Responderam e disseram ao rei: É verdade, ó rei (Dn 3.24). Penso que, na Glória, houve grande festa quando os jovens desafiaram o poderoso Nabucodonosor. Há júbilo no Céu por um pecador arrependido!

O rei ficou atônito ao ver os três passeando no fogo, o qual não os queimou nem

chamuscou seus cabelos: Respondeu e disse: Eu, porém, vejo quatro homens soltos que andam passeando dentro do fogo, e nada há de lesão neles; e o aspecto do quarto é semelhante ao filho dos deuses (Dn 3.25). Que lindo quadro!

Em Cristo, com amor,

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

Pais superprotetores: quando o cuidado impede o crescimento

Em um mundo cada vez mais percebido como inseguro, muitos pais intensificam o cuidado com os filhos

na tentativa de protegê-los de frustrações, erros e dificuldades. Embora essa postura seja motivada pelo

amor, o excesso de proteção pode trazer consequências importantes, especialmente na adolescência — fase em

que o desenvolvimento da autonomia é fundamental. Pais superprotetores tendem a antecipar problemas, evitar desconfortos e tomar decisões pelos filhos. Com isso, ainda que de forma involuntária, transmitem a ideia de que o adolescente não é capaz de lidar com os próprios desafios. Ao longo do tempo, isso pode gerar insegurança, baixa autoestima e dificuldade para tomar decisões, além de aumentar a ansiedade diante de situações novas ou desafiadoras. A ausência de experiências de frustração também compromete o desenvolvimento emocional. Errar, enfrentar dificuldades e lidar com consequências são partes essenciais do amadureci-

mento. Quando o adolescente não vivencia esses processos, pode apresentar baixa tolerância a frustrações e dificuldades para resolver problemas de forma independente. Além disso, a superproteção pode limitar vivências sociais importantes, prejudicando habilidades como comunicação, resolução de conflitos e adaptação. Isso impacta não apenas a adolescência, mas também a vida adulta. Proteger é necessário, mas preparar para a vida é essencial. Encontrar o equilíbrio entre cuidado e autonomia é um dos maiores desafios da parentalidade. Permitir que o adolescente



liviasperandio@psico.com
Livia Sperandio
Psicóloga e Ministra de Louvor

enfrente desafios, com apoio e orientação, é o que favorece o desenvolvimento de segurança, responsabilidade e confiança em si mesmo. Como diz em Provérbios 22:6: Ensina a criança no caminho em que deve andar, e ainda quando for velho não se desviará dele."



Corretora de Seguros

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

TRABALHAMOS COM TODOS OS RAMOS DE SEGUROS

Rua Benjamin Constant, 1109
Centro - Suzano

4741-4800



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

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

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

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

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



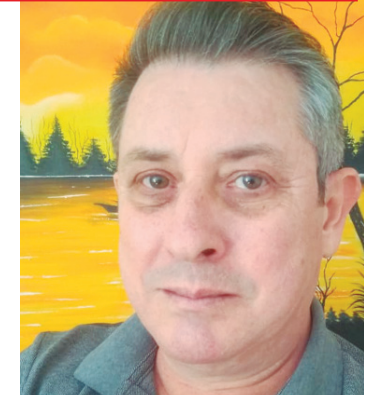
CÂMARA MUNICIPAL DE MOGI DAS CRUZES



Depende!

Geralmente quando um Advogado é confrontado com uma questão impossível, sempre tem a saída estratégica: dizer "Depende!". Aparentemente essa frase dá a impressão de uma fuga para um campo vasto de possibilidades, mas tem um fundo filosófico e muito mais complexo do que as simples circunstâncias de umidade, temperatura e salubridade. Os gregos contam a história de Pandora que deveria manter todos os males do mundo presos em uma caixa, mas que acabou abrindo e só manteve a esperança presa na caixa. Podemos ver o "depende" como essa esperança. A última tábua de salvação, pois o direito é a busca constante pela Justiça. Este é o desejo profundo que todos os injustiçados têm em suas entranhas. Quando um advogado diz "Depende", acende a chama da esperança, sempre cabe uma nova interpretação da lei, pois os antigos tinham um ditado: "Mudam-se os tempos e mudam-se os ventos". Nessas mudanças, o que era impossível pode se

tornar plausível, e por final consubstanciar-se em direito por força de lei. A velocidade em que a informação circula nos dias de hoje transforma o improvável em real e exequível. Novas exegeses permitem a reinterpretar a lei sob a ótica dos costumes mais recentes. Cada vez mais o sistema jurídico e o ordenamento legal pendem para o Common Law e a aplicação da tábua rasa vai se afastando das decisões judiciais. Então, depende da interpretação aplicada ao caso concreto e cada vez mais se busca a individualização das decisões, levando-se em consideração fatores melhor aferidos com precisão e sintonia fina. Rui Barbosa, o Águia de Haia, na oração aos moços postulou: "A regra da igualdade não consiste senão em quinohar desigualmente aos desiguais, na medida em que se desigualam. Nesta desigualdade social, proporcionada à desigualdade física e psíquica, se acha a suprema lei da igualdade real." De uma forma livre e simplifi-



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

cada podemos resumir com "igualar os desiguais é aumentar a desigualdade entre eles na medida em que se tenta igualá-los". O direito possui marcas lineares que definem o caminho da busca pela justiça que chamamos de Princípios Gerais do Direito, estes sim devem ser aplicados indistintamente sem se verificar status social, cor, raça, peso, direcionamento religioso etc. Mesmo assim a máxima de que tudo depende, deve ser a tônica básica, já que o "depende" é democrático, liberal, e acima de tudo a chama da esperança. Que Deus dê pão a quem tem fome, e fome de justiça a quem tem pão, independentemente de qualquer contrariedade.

Deus abençoe a todos!

CARBUSOUZA

(11) 9.7405-8061

9.9829-6750

Souza



CARBURADORES

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

Av. Armando Salles de Oliveira, nº807
Centro - Suzano

Economia

Cuidador gratuito para idosos em casa

Nos últimos tempos, publicações nas redes sociais afirmam que o governo seria obrigado a disponibilizar gratuitamente um cuidador profissional para idosos em casa. No entanto, a informação não é totalmente correta. Embora a legislação brasileira garanta o direito à saúde e à assistência social, o envio automático de um cuidador domiciliar permanente não está previsto diretamente na lei. A Constituição Federal e o Estatuto da Pessoa Idosa asseguram proteção à população idosa e acesso a serviços de saúde e

assistência. Na prática, porém, os serviços públicos são voltados principalmente ao apoio às famílias que cuidam de pessoas dependentes em casa. Entre as iniciativas existentes está o programa Melhor em Casa, do Sistema Único de Saúde (SUS). O serviço integra a Atenção Domiciliar e oferece equipes multidisciplinares com médicos, enfermeiros, fisioterapeutas e outros profissionais. Essas equipes realizam visitas periódicas a pacientes que precisam de acompanhamento após

internações, reabilitação ou cuidados específicos. Esse atendimento, porém, não substitui um cuidador em tempo integral. As equipes fazem procedimentos e acompanhamento clínico, enquanto o cuidador diário geralmente continua sob responsabilidade da família ou de um cuidador contratado. Na área da assistência social também há programas de apoio. O Serviço de Proteção Social Básica no Domicílio, realizado pelos Centros de Referência de Assistência Social (CRAS),

atende idosos com dependência ou deficiência em situação de vulnerabilidade social. O objetivo é orientar e apoiar as famílias no cuidado. Outro mecanismo previsto na lei é o adicional de 25% na aposentadoria por invalidez para segurados que necessitam de assistência permanente de outra pessoa, conforme a Lei nº 8.213/91. O valor extra pode ajudar no custeio de um cuidador. Em alguns casos, o SUS também pode oferecer atendimento domiciliar mais estruturado, conhecido como home care,

quando parte da estrutura hospitalar é levada para a casa do paciente. Esse modelo costuma ser indicado para pessoas com dificuldade de locomoção, que precisam de cuidados após internação, estão em fase terminal de doença ou dependem de equipamentos ou sondas. A indicação deve ser feita por um médico, que avaliará se o tratamento domiciliar é a melhor opção. Mesmo assim, muitas famílias enfrentam dificulda-

des para conseguir o serviço pelo SUS. Quando há prescrição médica comprovando a necessidade do atendimento domiciliar, é possível solicitar o serviço ao município ou ao estado e, em caso de negativa, recorrer à Justiça para garantir o tratamento.



Marketing Seu logo não é sua marca

Existe uma cena recorrente no mundo dos negócios. A empresa decide "investir em branding" e o primeiro movimento é redesenhar o logo. Ajusta a tipografia, escolhe uma paleta mais atual, cria versões para redes sociais e pronto. Sensação de dever cumprido. A marca está "resolvida". Só que não. O logo é importante. Ele organiza a identidade visual, facilita reconhecimento e serve como assinatura. Mas ele é apenas a ponta visível de algo muito maior. Branding não começa no

desenho. Começa na definição do que a empresa é, no que ela acredita e na forma como escolhe existir no mercado. Antes de qualquer elemento gráfico, existe posicionamento. Qual espaço essa marca ocupa na mente das pessoas? Qual problema ela resolve? Qual é o seu território de significado? Sem essa clareza, qualquer logo vira decoração. Pode até ser bonito, mas não sustenta percepção. Em seguida vem a experiência. Branding se constrói no contato. No atendimento, na entrega, no prazo, na forma

como a empresa responde quando algo sai do esperado. Cada interação reforça ou enfraquece a imagem que está sendo formada. O consumidor não lembra apenas do que viu. Ele lembra do que viveu. Há também o discurso. O tom de voz, as palavras escolhidas, os temas abordados. Tudo isso comunica tanto quanto uma cor ou um símbolo. Quando discurso e prática caminham juntos, a marca ganha consistência. Quando se afastam, surge ruído. E ruído desgasta confiança. O logo, nesse contexto, fun-

ciona como um atalho visual para tudo isso. Ele representa, mas não substitui. Ele sinaliza, mas não constrói sozinho. É como a capa de um livro que ainda precisa ser escrito todos os dias, em cada decisão da empresa. O problema surge quando o esforço se concentra apenas na aparência. Troca-se o logo esperando mudança de percepção, sem revisar produto, atendimento, posicionamento ou proposta de valor. A forma muda, mas o conteúdo permanece igual. E o público percebe.

Branding exige coerência. Exige repetição com consistência. Exige escolhas claras sobre o que a marca é e, principalmente, sobre o que ela não é. Não se trata de parecer interessante. Trata-se de ser relevante de maneira contínua. No fim, um bom logo ajuda. Um bom branding sustenta. Empresas que entendem essa diferença deixam de tratar a marca como estética e passam a tratá-la como ativo estratégico. E quando isso acontece, o reconhecimento deixa de



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

depende de um símbolo. Ele passa a existir na memória, na experiência e na confiança construída ao longo do tempo.

Tecnologia

Inteligência Preditiva Otimista para a Cidade do Futuro



Anderson Santiago
Engenheiro de Computação
ZEROVOX - @pagezine

A inteligência preditiva surge como um dos pilares estratégicos para a construção das cidades do futuro. Longe de ser apenas uma promessa tecnológica, a capacidade de antecipar cenários por meio de dados tornou-se um ativo essencial para gestores públicos, empresas e comunidades que buscam eficiência, sustentabilidade e qualidade de vida. Em uma perspectiva otimista, a cidade do futuro é aquela capaz de transformar incerteza em planejamento, utilizando dados e algoritmos para orientar decisões mais inteligentes e

duradouras. Nesse contexto, o uso de modelos preditivos permite que governos e organizações atuem antes que os problemas aconteçam. Infraestruturas críticas, como energia, transporte e saneamento, podem ser monitoradas por sistemas de aprendizado de máquina capazes de detectar padrões e prever falhas com antecedência. Essa abordagem reduz custos emergenciais, melhora a eficiência operacional e aumenta a confiabilidade dos serviços públicos. Ao mesmo tempo, dados sobre mobilidade urbana, crescimento populacional e dinâmica econômica ajudam a direcionar investimentos para regiões com maior potencial de impacto social e econômico. Dentro dessa visão, surgem iniciativas que buscam materializar o conceito de cidades preditivas por meio de plataformas capazes de integrar diferentes fontes de dados urbanos. Sistemas como OrbitCity Insights (<https://jetsons.ia.br>) funcionam como mecanismos analíticos multimodais, capazes de interpretar grandes volumes de informação e gerar previsões estratégicas sobre mobilidade, infraestrutura e dinâmica econômica. Inspirado em uma visão futurista de cidades altamente conectadas, o modelo utiliza perfis analíticos que traduzem dados complexos em insights

acessíveis para gestores públicos e privados. A governança baseada em inteligência preditiva fortalece a resiliência urbana. Ao cruzar variáveis macroeconômicas com indicadores locais — como clima, mobilidade, saúde pública e atividade econômica — as cidades passam a antecipar crises sazonais, eventos climáticos extremos ou mudanças no comportamento econômico. Ferramentas analíticas avançadas qualificam a tomada de decisão humana, oferecendo uma visão sistêmica que reduz erros estratégicos e amplia as oportunidades de inovação. Além da eficiência operacional, a inteligência preditiva também contribui para um novo modelo de desenvolvimento urbano. Cidades que adotam sistemas de análise antecipatória tendem a atrair talentos, startups e investimentos, criando ecossistemas econômicos mais dinâmicos. Esse movimento transforma centros urbanos em hubs de inovação, onde tecnologia, planejamento e participação social convergem para construir ambientes mais inteligentes e inclusivos. Em última análise, a inteligência preditiva otimista representa a evolução do conceito tradicional de cidades inteligentes. Mais do que apenas reagir aos desafios urbanos, a Predictive City antecipa necessidades, identifica

oportunidades e planeja o futuro com base em evidências. Nesse modelo, tecnologia e gestão

pública trabalham em conjunto para criar cidades mais eficientes, resilientes e inspiradoras

— lugares onde o crescimento econômico e o bem-estar social caminham lado a lado.

Arujá é uma das 45 cidades do Estado que mais

GERAM EMPREGOS



- + Oportunidades
- + Desenvolvimento
- + Dignidade para a população

Dados do Seade, com base no Caged, do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), referentes ao acumulado dos últimos 12 meses.

Prefeitura de Arujá
Trabalho sério que gera resultados



Quem não é visto não é lembrado



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

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

A melhor vista durante sua Refeição

ESTRADA KEIDA HARADA, 9191 - SUZANO/SP
ENTRADA GRATUITA



'Chinamaxxing': beber água quente de manhã realmente faz bem à saúde?

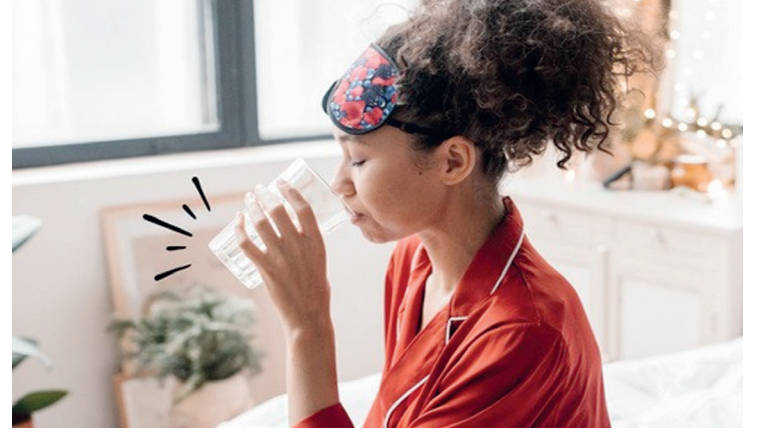
SAÚDE

Não se trata de exercícios intensos nem de produtos caros. A tendência é apenas beber água quente ao acordar. Embora seja uma prática antiga da medicina tradicional chinesa e do ayurveda, ela ganhou força nas redes sociais. Nos vídeos, jovens aparecem bebendo água morna, fazendo alongamentos e tomando cafés da manhã quentes. Mas esses hábitos realmente melhoram a saúde?

Conservar o "Qi" Na medicina tradicional chinesa, acredita-se que a energia vital, chamada Qi, circula pelo corpo. Doenças surgem quando esse fluxo sofre bloqueios ou desequilíbrios. Segundo seus defensores, beber água morna (entre 40 °C e 60 °C) ajuda a preservar o Qi e melhorar a saúde. O pesquisador Shun Au compara: "É como uma casa. Comer alimentos frios seria como deixar uma corrente de ar atravessá-la". Essa ideia também explica hábitos como usar chinélos em casa e começar o dia com uma refeição quente. Para Khan, assistente de arquitetura que vive em Londres, esses costumes começaram após ver vídeos no TikTok. Ela passou a iniciar o dia com Tai Chi Chuan e trocar o café por água morna. "Com a cafeína logo cedo eu me

sentia um pouco enjoada. Agora tomo água quente, às vezes com menta ou limão, e me sinto mais renovada", conta. Por que cresce o interesse pela medicina tradicional? Segundo Shyama Kuruvilla, do centro de medicina tradicional global da Organização Mundial da Saúde (OMS), o interesse de jovens por práticas tradicionais reflete uma tendência crescente. Estudos indicam que mais de 70% da população da Alemanha usa algum tipo de medicina complementar. Em países como China e Índia, esse número pode ultrapassar 90%. Alguns adeptos desconfiam da medicina moderna — percepção que pode ter aumentado após a pandemia de covid-19. Nos EUA, por exemplo, a confiança em médicos e hospitais caiu de mais de 70% em 2020 para cerca de 40% em 2024. Outros recorrem à medicina tradicional por custo menor, falta

de acesso ao sistema de saúde ou pela abordagem mais holística, que busca equilíbrio entre corpo, mente e ambiente. A OMS avalia evidências sobre essas práticas para orientar pacientes e autoridades. Hoje, porém, menos de 1% do financiamento global de pesquisas em saúde é destinado à medicina tradicional. Kuruvilla recomenda que qualquer pessoa converse com um profissional de saúde antes de adotar essas práticas. O que diz a ciência? A OMS não tem orientação específica sobre beber água quente. Segundo especialistas, tudo depende da temperatura, da quantidade e das condições de saúde da pessoa. A médica Rosy Brooks afirma que beber água morna ao acordar pode trazer pequenos benefícios digestivos e ajudar a evitar prisão de ventre. Também há indícios de que possa aliviar espasmos no

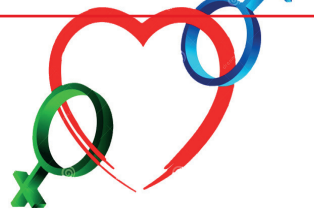


esôfago. Mas ela ressalta: beber água, fria ou quente, já é suficiente para manter a hidratação. A médica Selina Gray afirma que não há evidências de que água morna queime gordura, acelere o metabolismo ou "desintoxique" o corpo. "Se alguém prefere água morna e isso a faz beber mais água, ótimo. Mas não é um atalho metabólico", diz. Mais que saúde física Apesar das evidências limitadas,

algumas práticas tradicionais podem trazer benefícios. Um café da manhã quente e nutritivo pode ser mais saudável que cereais frios ultraprocessados, por exemplo. Exercícios como Tai Chi Chuan e Qigong também têm estudos que apontam melhora na mobilidade, resistência e redução do estresse. Para o especialista Shun Au, essas práticas ajudam a desacelerar a mente. "Muitas vezes nosso corpo e nossa mente estão em lugares diferentes", explica.

Sexo & Sensualidade

Agamia, sologamia e hipergamia: entenda a diferença entre os novos tipos de relacionamento



O conceito tradicional de relacionamento vem se transformando, e novas formas de se relacionar — ou até de não se relacionar — ganham espaço em várias partes do mundo. Entre essas tendências estão a agamia, a sologamia e a hipergamia, cada uma com características e impactos na sociedade atual. Agamia: a escolha por estar só A agamia, termo do grego "a" (sem) e "gamos" (união ou casamento), refere-se à decisão consciente de não estabelecer relações românticas formais. Diferente de apenas estar solteiro, o indivíduo agâmico opta por não buscar relacionamentos amorosos ou compromisso legal.

Segundo a antropóloga Heloisa Buarque de Almeida, da USP, essa tendência reflete mudanças na forma como as novas gerações encaram o amor e a família. O fenômeno não é exclusivo do Brasil. Países como Estados Unidos e Japão também registram crescimento de pessoas que escolhem permanecer solteiras. Entre os motivos estão a preocupação com sustentabilidade, o desejo de evitar a responsabilidade de criar filhos e as mudanças trazidas pela tecnologia. Com redes sociais e interações digitais, muitos jovens adiam ou descartam a busca por relacionamentos tradicionais, explorando novas formas de convivência

e independência emocional. Sologamia: o casamento consigo mesmo A sologamia, ou autocasamento, é a celebração de um compromisso simbólico consigo mesmo, reforçando o amor-próprio e a autovalorização. Embora não tenha reconhecimento legal, a prática tem se popularizado em vários países, inclusive no Brasil, onde foi introduzida em 2019 pela empresária Jussara Couto. Para defensores, trata-se de um ato de empoderamento e aceitação pessoal. Já críticos apontam possíveis traços de narcisismo e alertam que o isolamento emocional pode dificultar relações interpessoais. Mesmo assim, a tendência cresce e ganha visibilidade em

produções culturais e histórias divulgadas pela mídia. Hipergamia: relacionamentos baseados em status Diferente da agamia e da sologamia, a hipergamia se baseia na busca por parceiros com maior status social ou financeiro. Historicamente ligada a casamentos que fortaleciam alianças políticas e econômicas, essa prática ainda existe em muitos países. Ela se destaca principalmente na China e no Reino Unido, onde cresce o número de pessoas que escolhem parceiros com melhores condições socioeconômicas. No Brasil, também aparece em plataformas de relacionamento conhecidas pelo modelo "Sugar Baby" e "Sugar Daddy".



Embora possa trazer estabilidade financeira, críticos afirmam que esse tipo de relação pode gerar dependência emocional e econômica. A diferença entre eles Essas formas de relacionamento refletem diferentes visões sobre o amor. A agamia rejeita vínculos românticos formais, a

sologamia valoriza o compromisso consigo mesmo, enquanto a hipergamia busca parceiros com maior status socioeconômico. As mudanças mostram que o debate sobre relacionamentos continua evoluindo, acompanhando os valores e escolhas de cada geração. Fonte: Gazeta de São Paulo

Carros & Motos

Instalar ponto de recarga em prédio residencial já é um direito em São Paulo

A Portaria 003/970/2026 chega logo após a sanção da lei estadual (18.403), que assegura aos condôminos o direito de instalar pontos de recarga em suas vagas de garagem privativas, desde que arquem com os custos da obra. Cabe ao Corpo de Bombeiros de cada estado elaborar a regulamentação. Mas, em geral, as decisões de São Paulo tendem a guiar os demais estados. Tudo começou em abril do ano passado, quando os bombeiros paulistas foram consultados por um técnico que fora chamado para instalar uma tomada para carro elétrico em um edifício residencial. Eles perceberam que nada sabiam a respeito do

tema. Decidiram consultar os representantes das marcas de veículos elétricos. A Associação Brasileira do Veículo Elétrico (ABVE) organizou simulações e viagens a países nos quais a eletromobilidade está mais avançada. O assunto provocou tanta discussão que exigiu a necessidade de duas consultas públicas. As regras de São Paulo determinam que a responsabilidade pela instalação dos pontos de recarga cabe ao responsável técnico ou empresa instaladora, que deverá seguir algumas normas de segurança. A regulamentação de São Paulo é um marco importante, porque assegura o direito de

instalação do ponto de recarga, algo que antes nem era reconhecido em alguns edifícios. Também estabelece parâmetros claros no caso da construção de novos edifícios. Mas o debate em torno do tema está longe de se esgotar. Primeiro, porque a lei paulista se refere apenas a vagas privativas. Não definiu o que fazer em situações de vagas rotativas ou públicas. Soluções existem. Na vaga privativa, a pessoa tem a possibilidade de puxar um cabo diretamente do medidor de energia do apartamento até a vaga, por exemplo. Já na rotativa, é preciso, antes de mais nada, definir qual delas terá o ponto de carregamento. Já existem

sistemas inteligentes para medir o consumo individualmente. O uso da energia pode, por exemplo, ser gerenciado por aplicativo, como ocorre em eletropontos públicos. A mobilidade elétrica não é uma tendência passageira, mas sim uma realidade que exige planejamento. Por isso, no caso dos edifícios mais antigos, cabe aos moradores encontrar as melhores soluções. Isso pode exigir despesas coletivas nem sempre aceitas por todos. Como outras discussões entre condôminos, o tema é polêmico. Síndicos se veem pressionados entre os moradores que sugerem a adaptação e os que alegam não ter interesse



em uma estrutura para carros elétricos. A garagem do prédio, espaço neutro, torna-se, assim, símbolo de mais um conflito urbano; mais uma dificuldade de conciliar interesses individuais

com necessidades coletivas. A lei e a portaria são avanços, mas o verdadeiro teste será a capacidade de síndicos, moradores e administradores de transformar regras em prática.

Casos Bizarros

Mãe não troca fraldas do bebê durante 14 dias e criança morre com larvas

mãe em Iowa foi considerada culpada pela morte de seu filho de quatro meses, após o menino ser encontrado morto em um balanço infestado de larvas, sofrendo de uma grave assadura.

Os jurados do tribunal do condado de Plymouth levaram quatro horas para determinar que Cheyanne Harris, de 21 anos, era culpada de homicídio em primeiro grau e de colocar uma criança em perigo, resultando em morte. Em 30 de agosto de 2017, Sterling Koehn, o bebê, foi encontrado "sem vida e sangrando pela boca" em seu balanço, em um quarto abafado de um aparta-

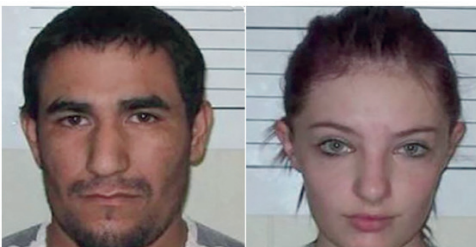
mento no condado de Chickasaw. A autópsia revelou que ele morreu de desnutrição, desidratação e infecção por E. coli. A infecção provavelmente foi causada pelo uso de uma fralda infestada de larvas por até duas semanas. Harris foi preso depois que os paramédicos encontraram o bebê morto. Segundo o jornal Waterloo-Cedar Falls Courier, as autoridades disseram que ela tinha fraldas novas e pomadas infantis para tratar a assadura em casa. No estado de Iowa, uma conde-

nação por homicídio em primeiro grau acarreta pena de prisão perpétua obrigatória, sem possibilidade de liberdade condicional. Zachary Koehn, o pai do menino, de 29 anos, já foi condenado e está cumprindo pena de prisão perpétua pelas mesmas acusações. Testemunhas disseram ao tribunal que o apartamento onde o bebê foi encontrado cheirava a urina e fezes. Jordan Clark, um antigo amigo do pai do bebê, testemunhou no

tribunal que nem sequer sabia que Koehn tinha um filho. Harris e Koehn também têm outra filha, de dois anos, que parece ser saudável. Harris alimentou o bebê na noite anterior ao dia em que ele foi encontrado, disse o vice-chefe Reed Palo. Um entomologista forense — um cientista que estuda insetos — disse que o bebê ficou sentado no balanço infestado de larvas por horas a 14 dias, usando a mesma fralda. Nichole Watt, advogada de



Harris, também usou a saúde mental como argumento de defesa. Harris, que confessou ter usado metanfetamina algumas semanas antes da morte de seu filho, alegou depressão pós-parto e argumentou intoxicação ou "responsabilidade diminuída". "O monstro neste caso é a saúde mental", disse a Sra. Watt. "O monstro neste caso é a depressão."



NOSSO COMBUSTÍVEL É VOCÊ!

4744-5514

AUTO POSTO OKABE

Conveniência OKB

Lavanderia Express

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

Horóscopo



Aries
21/03 a 20/04

A comunicação no trabalho fica fácil, trazendo novas ideias e boas oportunidades de conexão. Aproveite para se divertir com amigos nas redes sociais ou fora delas. A paquera fica favorecida e pode evoluir rapidamente, já quem tem alguém, pode esperar momentos agradáveis



Touro
21/04 a 20/05

Mês favorável para as finanças, com boas notícias e oportunidades de crescer. No trabalho, foco na produtividade isolada para aumentar seus ganhos. Cuide do bem-estar descansando quando necessário e, no amor, uma conversa séria sobre finanças pode fortalecer o relacionamento.



Gêmeos
21/05 a 20/06

O mês está cheia de energia e coragem para alcançar seus sonhos, com apoio de Mercúrio, Saturno e Marte. Os amigos ficam ao seu lado, prontos para ajudar e curtir momentos de diversão. No amor, o jogo fica mais favorável com um programa animado com quem ama.



Câncer
21/06 a 21/07

Sua intuição aguçada ajuda a identificar quem merece sua confiança, enquanto no trabalho garante bons resultados. Energia de Marte, Mercúrio e Saturno impulsiona sua ambição. No amor, uma conexão misteriosa ou madura pode fortalecer seu coração. Aproveite o dia!



Leão
22/07 a 22/08

O mês é perfeito para explorar sua criatividade e expandir horizontes, tanto no trabalho quanto nas amizades. Aproveite as boas energias para se conectar com pessoas queridas. No amor, a espontaneidade pode impulsionar sua conquista.



Virgem
23/08 a 22/09

Mês para focar na sua carreira e buscar novas oportunidades ou promoções. Reflexão e mudanças importantes também ficam favorecidas, ajudando você a se desapegar do que não serve mais.



Libra
23/ 09 a 22/10

O mês está com energia para reforçar vínculos com quem você gosta. Sua criatividade fica em alta, favorecendo parcerias e amizades. Nas redes sociais, o amor ganha força. Aproveite esse momento positivo para se conectar e se inspirar!



Escorpião
23/10 a 21/11

Mês com mudanças no trabalho e para se dedicar mais às tarefas. Aproveite as boas energias dos astros para organizar seu lar e cuidar da saúde, deixando hábitos antigos para trás. No amor, aproveite para conquistar quem você gosta e viver momentos especiais.



Sagitário
22/11 a 21/12

Você brilha nos relacionamentos e sua sorte fica em alta, especialmente nas apostas. Colabore com colegas no trabalho. No amor, seu charme fica em evidência e as chances de sucesso são grandes, trazendo romantismo e compromisso para o dia. Aproveite cada momento!



Capricórnio
22/12 a 21/01

É tempo de dedicação no trabalho, especialmente para quem atua em casa. Os relacionamentos familiares ficam protegidos por Mercúrio, Saturno e Marte, trazendo harmonia ao seu dia. No amor, reacenda paixões antigas e fortaleça os laços emocionais. Mantenha-se aberto às oportunidades!



Aquário
21/01 a 19/02

Nesse mês sua criatividade brilha e melhora sua comunicação no trabalho, facilitando relacionamentos com colegas. Confie na sorte e aproveite a animação para ampliar sua vida social. No amor, charme e conversa deixam tudo mais intenso e prazeroso, fortalecendo os laços afetivos.



Peixes
20/02 a 21/03

Cheia de boas energias para o seu bolso, com potencial para conquistar, economizar ou comprar o que deseja. As relações familiares e profissionais também se fortalecem, trazendo oportunidades de destaque.

O que o tubarão disse quando comeu o peixe-palhaço?
R.: Que gosto engraçado!
Sabe por que o rapaz jogou o computador no mar?
R.: Para ele navegar na internet!

Poesia

Janaina

Jamais saberia a cor
A mais colorida da vida
Nos dias de amizade
Amiga amada e querida
Identifica com o meu ser
Na vida e na corrida
Amiga certa na hora perdida.



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

Palavras ao vento!!

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



Posso

Não passa um dia sem saber
Que posso, sim posso
Posso tudo que faço e mais
Passo por tudo o que posso
Com posição solene
Amor ao que faço
Faço e vou aonde posso
Tento algo mais, e posso
Posso ser o que sou pois sou
Eu sei onde vou
Onde piso e onde estou
Vou e pronto, é o que posso.

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



Flor de Lis
Suzano

Culinária

Chica doida assada

- Ingredientes**
- 10 espiga de milho-verde
 - 1 caixa de creme de leite (200 ml)
 - 400 ml de água
 - 2 cebolas grandes
 - 1 colher de sopa de açúcar (ou a gosto)
 - 2 colheres de sopa de manteiga derretida (30 gramas)
 - 3 dentes de alho grandes
 - 2 e 1/2 colheres de café de sal
 - 1 pimenta malagueta
 - Frango cozido, desfiado e temperado (150 gramas)
 - Cheiro-verde a gosto
 - 200 gramas de queijo ralado
 - 200 gramas de peito de peru
 - 150 gramas de bacon
 - 150 gramas de calabresa
 - Queijo mussarela em fatias (90 gramas)

Modo de Preparo
Retire o milho das espigas e reserve um pouco para adicionar ao final. Corte a cebola grosseiramente; o bacon em cubinhos; o cheiro-verde finamente e amasse o alho com o sal. Pique o peito de peru em cubos e a calabresa em meia-lua; Comece fritando muito bem o bacon e a



calabresa em uma frigideira. Escorra a gordura, colocando-os no papel toalha, e reserve. Coloque metade do milho no liquidificador, acrescente o creme de leite e a água para ajudar a bater. Agregue parte da cebola, tampe e bata até obter uma mistura homogênea; com o liquidificador ligado, vá adicionando o restante do milho e da cebola; Bata também a manteiga derretida, o açúcar e o sal, e transfira essa mistura cremosa para um recipiente; Junte o bacon, a calabresa, o peito de frango, o queijo ralado, o peito de peru, o cheiro-verde, o milho reservado e envolva tudo com delicadeza; Depois de fatiar a pimenta malagueta, adicione ao preparo, ajustando conforme sua preferência de picância. Agregue, também, o alho com sal; transfira tudo para uma assadeira (36cm x 23cm), nivelando a superfície com uma colher ou espátula; Distribua as fatias de queijo mussarela por cima e leve ao forno para assar por 35 minutos, a 180 °C, até firmar e dourar levemente por cima.

Divirta-se:

I Á I F P R A C A V A G E M O
A T M E A M É A N E I S E R C
N N O T N Q D H E A A A D S A
O R B B G G R A O A R X E L N
P P I R A I B A Á R A O E O G
S I A M E R G E A R T P T M U
A E B R O V B I Q O O E O A R
R Á F Â V V A A O T J P L E U
D V O D O O E A D A I I C ã A
I E O C M T A T C O R N L D N
N S R D B A S A O O O M Ó H
H N D M A N D I O C A C E R E
A A A L T A T A O O R L E O Q
Â A R E Ç A I O F A V A G A
A B O G A S R N O P E U E V T

Dicas

>Como tirar apenas uma gota do limão: fure a casca com um palito de churrasco, tire as gotas necessárias, e depois, feche com um pedaço de fita adesiva. Assim, você não fica com duas metades de limão rolando e ressecando na sua geladeira.
> Temperatura ideal do óleo para fritura: Use uma colher de pau para testar a temperatura do óleo. Se você colocar a colher, e começar a sair bolinhas ao lado da colher, é porque, o óleo está na temperatura correta para a fritura.
> Como acender as velas difíceis: Use um macarrão tipo espaguete para acendê-la! Diferente né?
> Pregos na parede sem sujeira:coloque sempre um pedaço de fita crepe no lugar. Assim, quando você colocar o prego, aquela poeira que sempre sai, vai ficar presa na fita.
> Não transborde a água do macarrão: É só colocar uma colher de pau na borda da panela, prontinho, a água não vai transbordar.
>Gelo de café: Sobrou café na cafeteira? Não jogue fora. Congele em forminhas e use os cubos para gelar um café com leite ou fazer drinks sem deixar a bebida aguada.
>Queijos ressecados: Se o queijo endureceu na geladeira, deixe-o de molho no leite por algumas horas. Ele recupera a maciez.

Simpatias

É hora de garantir muito amor: Acenda a vela, e posicione as pétalas de rosa e o cristal ao seu redor. Essa é uma das formas de carregar a gema, de acordo com a cristaloterapia. Com a fita de cetim nas mãos, mentalize seus desejos e para cada um deles dê um nó, firme-os com a cera da vela e por fim, use o cristal como amuleto.

Frase de caminhão



Fotos Engraçadas



Humor

Como se chamam os familiares do Homem-Invisível?
R.: Transparentes.
Por que o fantasma entrou no elevador?
R.: Para elevar o espírito.

GUELA ROXA
DE VERDADE, PRA VOCÊ!

Peça pelo ifood | O ACAÍ MAIS PEDIDO DA REGIAO! | Peça pelo 99Food

Monte do seu jeito ou escolha nossos combos

Peça pelo WhatsApp: (11) 97365-8492

SABOR QUE ABRAÇA, ENERGIA QUE FICA!

Qual é a cidade brasileira que não tem táxi?
R.: Uberlândia.
O que o tijolo falou para o outro?
R.: Há um cimento entre nós. (trocadilho com a palavra cimento)
Por que a planta não responde?
R.: Porque ela é mudinha.
: Qual é a galinha que cai no chão e surta?
R.: A galinha cai i pira.
- Você conhece a piada do fotógrafo?
- Não.
- É porque ainda não foi revelada.
Por que os elétrons nunca são convidados para festas?
R.: Porque eles são muito negativos.

PEIXES	
ARRAIA	PIRAIBA
BARBADO	SARDINHA
PANGA	
MARSUPIAIS	
CANGURU	GAMBÁ
COALA	VOMBATE
LEGUMES	
FAVA	MANDIOCA
HORTELÃ	PEPINO
JILÓ	VAGEM

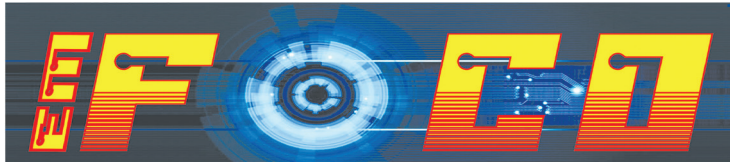


Loja 1: Av. Katsutoshi Naito, 974 / Sesc - Suzano -Tel: 4749-5523

MAGO
Supermercados

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

Social por Edmara Martins Soares



Primeiro Chá Beneficente reúne cerca de 200 pessoas na sede do Rotary Club de Suzano Sul



No sábado, dia 25, a sede do Rotary Club de Suzano Sul foi palco do primeiro Chá Beneficente, com o tema "Mulheres que Transformam", organizado pelas mulheres do clube. Realizado das 16h às 20h, o evento reuniu cerca de 200 pessoas, entre convidados, familiares,

diferentes áreas e compartilharam experiências e conhecimentos com o público. Entre as palestrantes estiveram Brenda Duarte de Oliveira, da área de Estética; Elisângela Vieira Soares, massoterapeuta; Larissa Zarbetti da Silva, que abordou temas relacionados à

des que garantiram a diversão do público ao longo de toda a tarde. Segundo as organizadoras, a iniciativa teve como principal objetivo promover um momento de encontro entre a comunidade e, ao mesmo tempo, arrecadar recursos que serão



amigos e membros da comunidade, em uma tarde marcada pela solidariedade e pelo convívio social. Durante o encontro, os participantes puderam saborear chás servidos à vontade, acompanhados de uma grande variedade de bolos e salgadinhos preparados

saúde mental; Dra. Margarida Mesquita, advogada, responsável pela Comissão da Mulher Advogada e pela Secretaria do Conselho Municipal dos Direitos da Mulher, além de coordenadora do Departamento da Mulher; Simone Alencar, idealizadora da corrida feminina Eu Sou Uma

destinados a ações sociais e projetos solidários apoiados pelo clube. O evento foi considerado um grande sucesso, tanto pela participação expressiva do público quanto pelo clima de união e alegria que marcou a tarde. Diante da boa repercussão, a



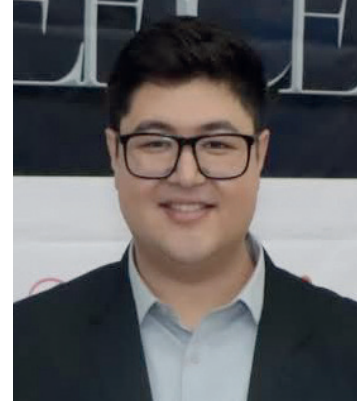
especialmente para a ocasião. O ambiente foi cuidadosamente organizado para proporcionar momentos agradáveis de conversa, integração e descontração entre os presentes. A programação também contou com palestras inspiradoras de mulheres que atuam em

Diva; e Madah Vasconcelos, do projeto Elas Brilhantes. A programação também contou com música ambiente, que ajudou a tornar o clima ainda mais acolhedor. Além disso, os convidados participaram de animadas rodadas de bingo e de sorteios de brindes, ativida-

expectativa das organizadoras é que o Chá Beneficente passe a fazer parte do calendário de atividades do clube, fortalecendo ainda mais as iniciativas voltadas ao apoio da comunidade.

Parabéns para você...

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



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

Parabéns, especial ao Major Fábio Ap. Doll de Moraes, que completa mais um ano de vida no dia 25. Que nunca lhe faltem motivos para sorrir, e que sua leveza de ver a vida continue assim envolvendo todos à sua volta.

Parabéns, cheio de alegria a Marilda Moreira Renzi, que aniversariou no dia 19. Muitas felicidades! Desejamos muito mais do que a vida lhe trouxe todos estes anos. Que essa nova fase seja recheada de boas surpresas e que você aproveite cada minuto com muita saúde.

Parabéns, com alegria a Sidnei Marcos Lima Franco, que completou aniversário dia 25. Que essa nova fase seja recheada de bênçãos e que você aproveite com muita saúde, alegria de viver e felicidades.

Parabéns, com gratidão a Givanildo Coelho Alves, que completou aniversário dia 16. Sua presença é um presente em nossas vidas e somos muito gratos por tê-lo conosco. Felicidades nessa nova jornada.

Parabéns, com votos de sucesso a Eduardo Okamoto, que completou aniversário dia 15. Um novo ciclo se inicia! Aproveite para agradecer pela vida e traçar novos objetivos.

Parabéns, com admiração a Paulo Pavione, Secretário de Comunicação da Prefeitura de Suzano, jornalista e nosso grande amigo, que completa mais um ano de vida no dia 25. Que cada novo dia seja uma oportunidade para realizar seus sonhos e conquistar seus objetivos. Nesse seu aniversário, desejamos muita luz, saúde, paz, felicidades e conquistas. Que o seu brilho continue contagiante por toda a sua vida.

Parabéns, com respeito a Humberto Mori Viana, que completou mais um ano de vida no dia 23. Que o brilho da sua vida busque no céu a essência da luz da vitória para espalhar em seu caminho otimismo, sabedoria e fraternidade. Que Deus continue te abençoando.

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

Parabéns, com carinho especial a Fernando Siqueira Comitre, que completou aniversário dia 6. Você é uma pessoa iluminada, que preenche a todos com sua luz. Sua amizade é preciosa para todos que contemplam sua alegria de viver.

Parabéns, com alegria especial a Vanderlei da Silva Castro, que completou aniversário dia 6. Você merece tudo de melhor! Que tenha um ano iluminado e cheio de felicidades.



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

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

Parabéns, com estima a Regina Celia Miguel Espindola, que completou mais um ano de vida no dia 15. Abrace os novos começos e desafios desta fase. Que você usufrua de cada conquista com muita saúde.

Parabéns, com felicidade a Max W. Pianura, que completou no dia 10 mais um ano de vida. Que todos os seus sonhos se realizem e que você aproveite cada conquista ao lado de quem realmente vibra por você, com muita saúde.

Parabéns, com votos de prosperidade a Eduardo Luiz Carlos Santos, que completou mais um ano de vida no dia 22. Que seu caminho seja sempre abençoado por Deus e que seus sonhos se realizem com muito sucesso, vivendo cada conquista com saúde e sabedoria.

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

WhatsApp: (11) 99139-3010 | Instagram: @studiosupra

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

(11) 9.6306-6791
ALEXANDRE

EQUIPE FESTIVA DJ Rui

FAÇA SUA FESTA COM:

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

PISTA DE LED PARIS

GELO SECO
Maquininha de Bolinha de Sabão

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

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

1 de maio DIA DO TRABALHADOR

Para todos que constroem o amanhã com trabalho e dedicação, feliz dia do trabalhador.

VEREADOR/PRESIDENTE
ARTUR TAKAYAMA

Em Destaque...

Estado de SP chega a 46 milhões de habitantes, diz IBGE

A população feminina paulista é 51% do total do estado, e a masculina é 49%, mesma proporção registrada em 2012 e mesma do país. O estado de São Paulo teve aumento de quase 3 milhões de habitantes em 13 anos. Em 2025, a população paulista era de 46,077 milhões de pessoas. Os dados são PNAE (Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios). Continua do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Os idosos (com 60 anos ou mais) foram a faixa etária com maior número de moradores: 8,074 milhões, o equivalente a 17,6% do total. A população idosa foi a que teve maior aumento de moradores entre todas as faixas etárias na comparação com 2012, início da pesquisa do IBGE: 46%.

De acordo com o IBGE, em 2025, as faixas etárias dos 40 a 49 anos (7,276 milhões ou 15,8% do total) e dos 30 a 39 anos (7,237 milhões ou 15,7% do total) vêm em seguida com o maior número de habitantes.

Jovens registram queda

Já a população jovem foi a única que registrou queda em 13 anos. Os jovens com menos de 25 anos tiveram recuo de 9,6%. Já a faixa

etária dos 25 aos 29 anos caiu 11,6% em 13 anos. Em relação ao Brasil, o estado de São Paulo tem a maior proporção de moradores do país, o equivalente a 22% do total de habitantes. Do início da pesquisa até 2025, a população de São Paulo aumentou 7%. Já a do Brasil subiu 8%. Em relação à composição racial no estado de São Paulo, entre 2012 e 2025, a proporção dos moradores que se declaram brancos caiu de 64,2% para 56,2%.

Já os que se declaram pretos passaram de 5,6% para 8,6%, e pardos, de 28,8% para 33,3%. Veja abaixo o total de moradores em 2025:

- Branca: 25,930 milhões
- Preta: 3,951 milhões
- Parda: 15,344 milhões

Veja a população de São Paulo em 2025 de acordo com a faixa etária:

- Total: 46,077 milhões
- 0 a 4 anos: 2,421 milhões
- 5 a 13 anos: 5,122 milhões
- 5 a 9 anos: 2,797 milhões
- 10 a 13 anos: 2,325 milhões
- 14 a 17 anos: 2,329 milhões
- 14 a 15 anos: 1,125 milhão
- 16 a 17 anos: 1,204 milhão
- 18 a 19 anos: 1,162 milhão

- 20 a 24 anos: 3,277 milhões
- 25 a 29 anos: 3,485 milhões
- 30 a 39 anos: 7,237 milhões
- 40 a 49 anos: 7,276 milhões
- 50 a 59 anos: 5,694 milhões
- 60 anos ou mais: 8,074 milhões
- 60 a 64 anos: 2,446 milhões
- 65 anos ou mais: 5,628 milhões

Proporção masculina e feminina:

- Homens: 22,420 milhões (49%)
- Mulheres: 23,657 milhões (51%)

Veja a população do Brasil em 2025 de acordo com a faixa etária:

- Total: 212,683 milhões
- 0 a 4 anos: 12,631 milhões
- 5 a 13 anos: 25,927 milhões
- 5 a 9 anos: 14,254 milhões
- 10 a 13 anos: 11,673 milhões
- 14 a 17 anos: 11,708 milhões
- 14 a 15 anos: 5,779 milhões
- 16 a 17 anos: 5,929 milhões
- 18 a 19 anos: 5,887 milhões
- 20 a 24 anos: 15,548 milhões
- 25 a 29 anos: 16,301 milhões
- 30 a 39 anos: 32,426 milhões
- 40 a 49 anos: 31,844 milhões
- 50 a 59 anos: 25,164 milhões
- 60 anos ou mais: 35,249 milhões
- 60 a 64 anos: 10,668 milhões
- 65 anos ou mais: 24,581 milhões

Proporção masculina e feminina:

- Homens: 103,687 milhões (49%)
- Mulheres: 108,996 milhões (51%)

•Agência SP

Seus Direitos!



Dra. Carmen Cecilia Nogueira Beda

Sócia do Escritório Epaminondas Nogueira Sociedade de Advogados OAB/SP 111.878 contato@epaminondas.com.br WhastApp +55 11 998914848

O empréstimo consignado, com desconto direto em folha, é visto por muitos como uma opção segura, justamente porque as parcelas são descontadas automaticamente do salário ou benefício. Mas é exatamente aí que mora o perigo. Quando o desconto acontece direto na folha de pagamento, o trabalhador perde o con-

EMPRÉSTIMO CONSIGNADO: CUIDADO COM O DESCONTO EM FOLHA

trole efetivo sobre o que está pagando, e muitas vezes só percebe o impacto quando o valor líquido recebido já não é suficiente para cobrir as despesas básicas. A situação se agrava ainda mais quando ocorre a demissão, seja por iniciativa do empregador ou do próprio trabalhador. Nesses casos, o saldo devedor do empréstimo pode ser descontado diretamente das verbas rescisórias, reduzindo de forma significativa, ou até zerando, o valor que o trabalhador teria a receber ao final do contrato de trabalho.

Outro ponto extremamente grave, e pouco conhecido, é quando a empresa realiza o desconto no holerite, mas não repassa os valores para a instituição financeira. Nessa situação, o trabalhador sofre o desconto mensalmente, mas a dívida continua existindo perante o banco, como se não estivesse sendo paga.

O desconto em folha, sem o devido repasse à instituição financeira, pode caracterizar falta grave do empregador, autorizando o trabalhador a ingressar com pedido de Rescisão Indireta do Contrato de Trabalho (=Quebra de Contrato). Não basta apenas conferir o holerite, é fundamental acompanhar junto à instituição financeira se as parcelas estão sendo efetivamente quitadas, solicitando extratos e comprovantes sempre que necessário. A informação continua sendo a melhor forma de proteção. Na dúvida, procure um advogado especializado.



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



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

As imagens demonstravam lado torpe do ser humano. Segurança de mercado de uma grande rede atacadista agredira uma indefesa mulher com empurrão, que culminou em sua queda. O vídeo

O outro lado da moeda

gerou revolta nas redes sociais. É o que mais se comentava na cidade e municípios vizinhos. As visualizações geraram tamanha revolta que até passeatas defronte aos estabelecimentos ocorreram, na exigência de justiça e demissão do agressor.

O segurança envolvido não fora demitido, mas transferido de posto, passando à atuar em outra unidade. A notícia agravou a indignação dos familiares da agredida, que foram a procura da gerência cobrar uma justificativa plausível para tanto.

O gerente convidou os familiares à sala que comporta o aparato

do monitoramento. Equipamentos de alta performance captava cada detalhe das imagens, em tempo real e mantinha-os gravados. Até então, nenhum deles demonstrava interesse em rever as imagens, afinal, entendiam que nada justificava a conduta do agressor. Acionado o play, surgiram imagens em ângulo diferente daquelas disseminadas nas redes sociais, em qualidade muito superior daquelas feitas pelos "cinegrafistas amadores" alheios às verdades dos fatos. A senhora, até então vítima, surgiu num corredor de produtos alimentícios importados,

de valores onerosos e tentou esconder alguns itens na bolsa. O segurança admoestou-a, alertando sobre a conduta, o que impediu o furto. A mulher, enfurada, passou a ofendê-lo com gritos e xingamentos, incitando populares contra o vigilante. Nesse momento, os celulares de transeuntes entraram em ação e filmavam a cena. Em dado momento, a senhora apontava o dedo no rosto do segurança e este, mantendo a serenidade a alertava para que o baixasse. As ofensas perduravam até que o segurança fora atingido por uma cusparada e um tapa no rosto e

em ato instintivo, segurou-a pelo braço, cessando as agressões, momento em que a agressora desequilibrou-se e caiu. Nas redes sociais a cena dissipada mostrava apenas os momentos finais (a queda). Familiares, envergonhados, cabisbaixos saíram, tristes com a injustiça cometida e cientes do risco de eventual demanda judicial em desfavor da (ex) agredida, afinal, as imagens mostradas derogavam as anteriores. Devemos ter cautela com imagens disseminadas. Nem sempre são condizentes com a realidade. Podem sofrer recortes,

edições, ainda mais hoje com a inteligência artificial. Quantos casos que vemos apenas o momento da agressão, sem ver fatos anteriores. Quantas vezes o enredo atende apenas informações unilaterais! O advento das redes sociais possui o poder de dissipar notícias em alta velocidade e abrangência. Quando se trata de notícias inverídicas ou deturpadas, podem gerar grandes dissabores, por isso, muita cautela antes de replicar vídeos. Podemos ser responsabilizados por injustiças com um simples "click".

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



SUZANO ESTÁ EM FESTA!

ABRIL MARCA UM NOVO CAPÍTULO NA HISTÓRIA DA NOSSA CIDADE



IMPORTANTE EIXO DE DESENVOLVIMENTO

O PROLONGAMENTO DA AVENIDA SENADOR ROBERTO SIMONSEN JÁ É REALIDADE

VEM AÍ



Fatec - Suzano



Ampliação do Instituto Federal de São Paulo



Câmeras do Smart Suzano



Hospital Federal

SUZANO AVANÇA, CELEBRA E CUIDA. PORQUE INVESTIR NA CIDADE É VALORIZAR AS PESSOAS.

