

ENJ DIA



DE NOVO

Guilherme Gonçalves tem mandato cassado na Câmara Municipal de Ourinhos pela segunda vez



SOLIDARIEDADE

Vaquinha para tratamento de Emily já arrecadou mais de R\$ 120 mil, mas mobilização continua

SEMANA DO CLIENTE

Ourinhos Saneamento realiza mutirão especial de negociação de débitos neste sábado, dia 19

LIMINAR NEGADA

Justiça nega liminar a Guilherme Gonçalves que poderia suspender a primeira cassação de mandato

INCLUSÃO

Ourinhos terá ação na Praça Mello Peixoto pelo Dia Nacional de Luta da Pessoa com Deficiência

PODEROSAS

CMEC da ACE Ourinhos realiza evento inédito com moda, beleza, humor e celebração da autoestima feminina

REFIS 2026 CONTINUA

Prefeitura de Ourinhos prorroga prazo para adesão ao Refis 2026

PROTEÇÃO URBANA

Ourinhos regulamenta Fundo de Segurança Pública e Defesa Civil criado em 2019

INFORMAÇÃO
QUE APROXIMA
PESSOAS

EN DIA

Ajude a Revista Digital da região
a chegar a mais pessoas.



Toda semana, preparamos
cada edição com **carinho,**
qualidade e profissionalismo.



Agora precisamos da sua ajuda:
indique para um amigo, vizinho
ou colega de trabalho.



Assim, ele também poderá
receber **gratuitamente,**
toda sexta-feira, a melhor
Revista Digital da região.

É grátis. É toda sexta. **EN DIA**



CONTEÚDO
DE QUALIDADE



MAIS PESSOAS
CONECTADAS



UMA REGIÃO
MAIS FORTE

EN DIA

A REVISTA DIGITAL DA NOSSA REGIÃO

MAIS QUE NOTÍCIAS,
BOAS CONEXÕES.

NOSSOS CANAIS DE COMUNICAÇÃO



@endianegocio



14 98109-6000



www.negocio.com.br



negocio3@gmail.com



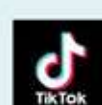
classificadosnegocio



endianegocio



@endianegocio



endianegocio

Expediente **EN DIA**

Rede de Comunicação **EN DIA & NEGÓCIO**
CNPJ: 35.886.957/0001-61

Jornalista Responsável: Hernani Corrêa
MTB nº 37.145

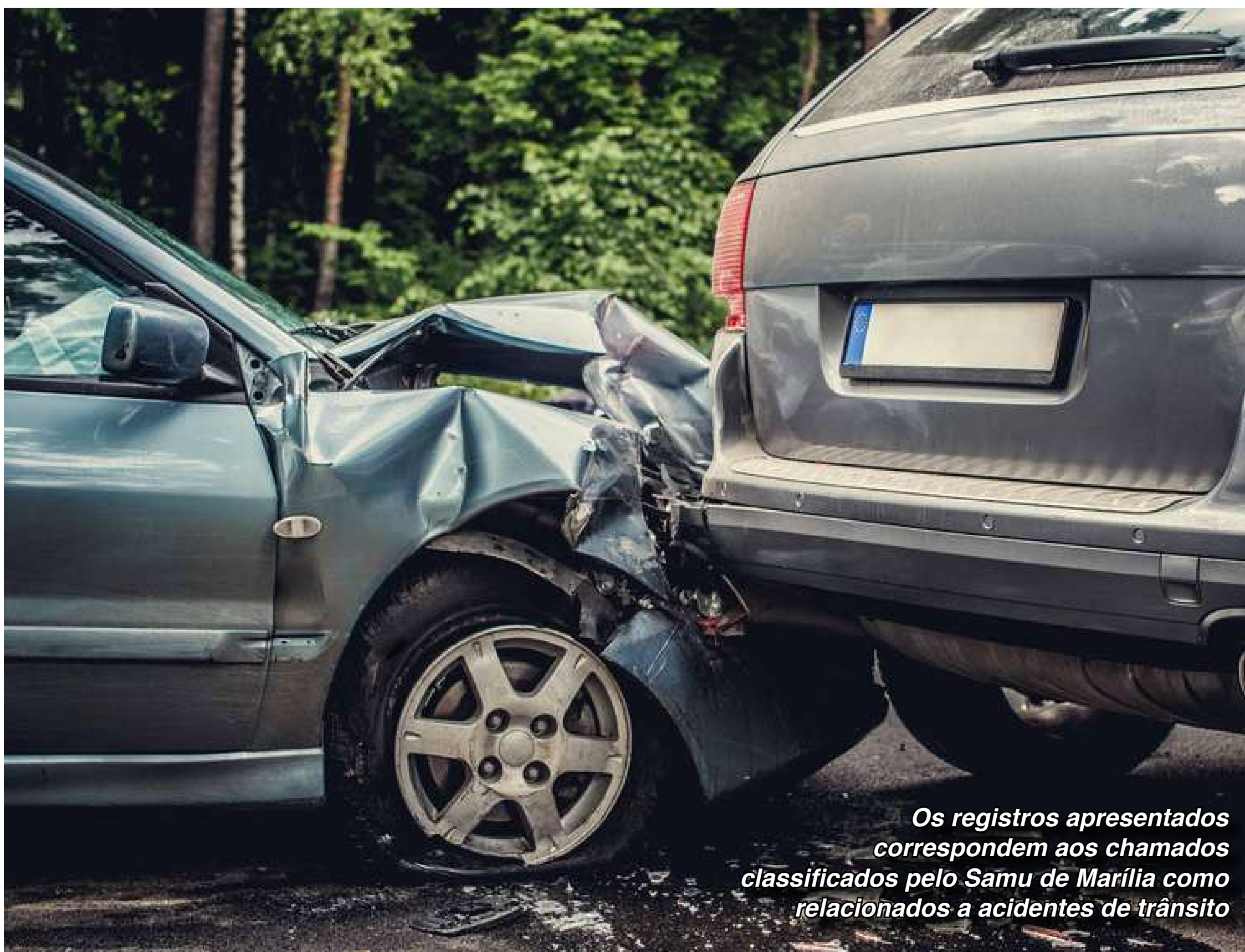
Redação: Rua Pedro Marques Leão, nº 1.715
Jardim Paulista - Ourinhos/SP

Atendimento preferencial por Telefone, WhatsApp ou email.
Se preferir, solicite a visita de um representante.

Artigos de opinião são de inteira responsabilidade de seus autores
e não correspondem necessariamente à opinião da Revista EN DIA

URGÊNCIAS MÉDICAS

Acidentes de trânsito geram média de
170 chamados por mês ao SAMU de Marília



Os registros apresentados correspondem aos chamados classificados pelo Samu de Marília como relacionados a acidentes de trânsito

Entre janeiro e julho, serviço recebeu 1.190 chamados relacionados a ocorrências de trânsito e reforça medidas que podem reduzir riscos nas vias

Assessoria de Comunicação

Os acidentes de trânsito motivaram 1.190 chamados ao Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (Samu) de Marília entre janeiro e julho de 2026. O número representa uma média de 170 registros por mês.

Os dados fazem parte da base de chamados do Samu de Marília e mostram que as ocorrências relacionadas ao trânsito permanecem entre as situações que demandam atuação das equipes do serviço. Em 2025, foram registrados 2.193 chamados dessa natureza ao longo dos 12 meses, média de aproximadamente 183 por mês.

Na comparação entre períodos equivalentes, houve redução de 4,7%. De janeiro a julho

de 2025, o Samu contabilizou 1.249 chamados por acidentes de trânsito, contra 1.190 no mesmo intervalo de 2026, diferença de 59 registros. Neste ano, março apresentou o maior número com 197 chamados. Na sequência aparecem abril, com 185, junho, com 182, julho, com 166, janeiro, com 164, fevereiro, com 150, e maio, com 146 registros.

Além do atendimento às vítimas, os números reforçam a importância de medidas de prevenção no trânsito. Respeitar os limites de velocidade e a sinalização, utilizar cinto de segurança e capacete, não manusear o celular durante a condução e não dirigir após o consumo de bebida alcoólica estão entre as condutas que reduzem a exposição a situações de risco.

Para o médico regulador do Samu de Marília, Dr. João Bermudes, a prevenção também tem impacto direto sobre a gravidade das ocorrências atendidas pelas equipes. “O acidente de trânsito pode envolver desde lesões de menor gravidade até traumas que exigem atendimento imediato e encaminhamento hospitalar. Medidas como o uso correto do cinto de

segurança e do capacete, o respeito à velocidade da via e a atenção durante a condução são importantes para evitar acidentes e reduzir a gravidade das lesões”, explica.

Ao acionar o Samu pelo telefone 192, informações precisas auxiliam a regulação médica e o envio das equipes. O solicitante deve informar o local exato do acidente, pontos de referência, quantidade aproximada de vítimas e as condições observadas, como perda de consciência, dificuldade para respirar, sangramentos ou pessoas presas no veículo.

“Quem presencia um acidente deve priorizar a própria segurança e a da vítima e seguir as orientações fornecidas pela Central de Regulação. A descrição correta do que ocorreu e do estado da pessoa atendi-

da permite que a equipe tenha informações importantes antes mesmo de chegar ao local”, orienta Bermudes.

Os registros apresentados correspondem aos chamados classificados pelo Samu de Marília como relacionados a acidentes de trânsito. Os números refletem a demanda recebida pelo serviço e não correspondem, necessariamente, ao total de acidentes registrados no município por outros órgãos.

► **SOBRE O GRUPO CHAVANTES** - A OSS (Organização Social de Saúde) Grupo Chavantes gerencia 35 projetos espalhados em seis estados brasileiros, o que a posiciona como a oitava maior entidade do setor no país, com uma gestão anual de aproximadamente R\$ 720 milhões.



108 ANOS DE OURINHOS

NOSSA HISTÓRIA TAMBÉM
SE CORRE!

VII CORRIDA
EM COMEMORAÇÃO
AOS 108 ANOS DE
OURINHOS



13 DE
DEZEMBRO



A PARTIR
DAS 8H



SAÍDA DO GINÁSIO
MONSTRINHO



PREMIAÇÃO



CAMPEÃO GERAL
MASCULINO

R\$ 2.000,00



CAMPEÃ GERAL
FEMININO

R\$ 2.000,00



CAMPEÃO GERAL
MUNICÍPE MASCULINO

R\$ 1.300,00



CAMPEÃ GERAL
MUNICÍPE FEMININO

R\$ 1.300,00



INSCRIÇÕES ABERTAS
PELO SITE:



<https://streetracebrasil.com.br/>



PREFEITURA DE
OURINHOS
Trabalhando para o Povo!



Apoio:

REDE DE COMUNICAÇÃO

EN DIA
NEGOCIO

DE OLHO NA PRODUTIVIDADE

**Grupo ADN reúne 25 empresas empreiteiras
para ampliar produtividade nas obras**



A programação abordou sistema construtivo, planejamento da produção, segurança do trabalho, qualidade do produto, suprimentos, critérios de contratação e gestão de empreiteiros

**Iniciativa discutiu
sistema construtivo,
planejamento,
segurança, qualidade,
suprimentos e gestão da
execução com empresas
parceiras**

Mario Brilhante – Assessoria de Comunicação

A baixa produtividade segue como um dos principais desafios da construção civil brasileira. Segundo a [FGV IBRE](#), a produtividade do trabalho no setor caiu 19,9% entre 1995 e 2025.

Com esse cenário como pano de fundo, o Grupo ADN reuniu, em 4 de setembro, representantes de 25 empresas empreiteiras em sua sede, na cidade de São Carlos-SP, para discutir produtividade, qualidade, segurança, padronização e gestão da execução.

A programação abordou sistema construtivo, planejamento da produção, segurança do trabalho, qualidade do produto, suprimentos, critérios de contratação e gestão de empreiteiros. O objetivo foi alinhar práticas e expectativas entre a construtora e as empresas que atuam diretamente na execução dos empreendimentos.

“Resultados consistentes em uma obra dependem de uma cadeia inteira trabalhando na mesma direção. Qualidade, produtividade, segurança e eficiência não são responsabilidades isoladas da ADN ou dos empreiteiros. São resultados construídos em conjunto”, afirma Fabio de Paula, diretor executivo de Operações e Engenharia do Grupo ADN.

■ MENOS RETRABALHO, MAIS PREVISIBILIDADE - A aproximação com os empreiteiros está ligada a fatores que impactam diretamente o desempenho de uma obra. Para o Grupo ADN, maior clareza sobre processos, padrões construtivos e responsabilidades ajuda a antecipar problemas, reduzir retrabalhos e dar mais previsibilidade à produção.

“Quando alinhamos padrões, processos e expectativas, conseguimos reduzir retrabalhos, melhorar a previsibilidade da produção, fortalecer a cultura de segurança e aumentar a eficiência operacional”, diz Fabio.



Durante a programação, a companhia apresentou aos participantes seu sistema construtivo e os padrões adotados pela engenharia, além de discutir produtividade e qualidade de execução

Durante a programação, a companhia apresentou aos participantes seu sistema construtivo e os padrões adotados pela engenharia, além de discutir produtividade e qualidade de execução. Segurança do trabalho também esteve entre os temas do encontro, assim como os critérios considerados na contratação e na continuidade dos parceiros em futuras obras, entre eles prazo, qualidade, postura profissional e organização documental.

A proposta, segundo a empresa, é estabelecer parâmetros mais claros para os dois lados da relação. Ao mesmo tempo em que os empreiteiros conhecem os padrões exigidos pela construtora, a ADN amplia o contato com empresas que estão no dia a dia das obras e podem contribuir com experiências e percepções da execução.

■ RELAÇÃO DE LONGO PRAZO - O encontro também marca uma mudança na forma como o Grupo ADN pretende conduzir a relação com os empreiteiros. A companhia vem estruturando a Gestão de Empreiteiros para acompanhar produção, qualidade, documentação e atuação profissional das empresas contratadas.

A intenção é substituir uma relação concentrada na contratação e execução de serviços por um acompanhamento mais próximo e contínuo, com critérios definidos e espaço para diálogo.

“Queremos sair de uma relação predominantemente transacional para uma relação cada vez mais estratégica, na qual exista clareza sobre o que o Gru-

po ADN espera de seus parceiros, mas também espaço para reconhecimento, desenvolvimento e construção conjunta”, afirma Fabio.

A iniciativa também está relacionada ao planejamento de novas obras da companhia para os próximos anos. Para sustentar esse crescimento, o Grupo ADN considera necessário ampliar não apenas sua capacidade interna, mas também a capacidade de execução das empresas que participam dos empreendimentos.

“Uma empresa de construção civil não entrega seus empreendimentos sozinha. Existe uma cadeia de profissionais, fornecedores e parceiros que participa diretamente de cada etapa do processo. Desenvolver parceiros significa também desenvolver nossa própria capacidade de execução”, acrescenta Fabio.

A expectativa é que o encontro seja incorporado a uma agenda contínua de relacionamento com os empreiteiros. A partir da experiência desta edição, o Grupo ADN pretende avaliar novos encontros e formatos de interação para compartilhar práticas, acompanhar o desempenho das empresas parceiras e aprimorar a execução das obras.

SOBRE O GRUPO ADN

Formado pela ADN Construtora, Instituto ADN, Livon Incorporadora e Urbanizei, o Grupo ADN é o 26º maior grupo construtivo do Brasil (Revista O Empreiteiro) e integra o ranking Melhores e Maiores 2024 da Exame. Com atuação em 20 cidades paulistas, já entregou mais de 8 mil unidades habitacionais.



Reunião de Empreiteiros ADN



Onde valores
ganham o mundo.



MATRÍCULAS

ABERTAS 2027

40%* ou
desc. à vista

35%*
desc. em 4X

* desconto válido na primeira parcela
* de 10/09 a 30/09



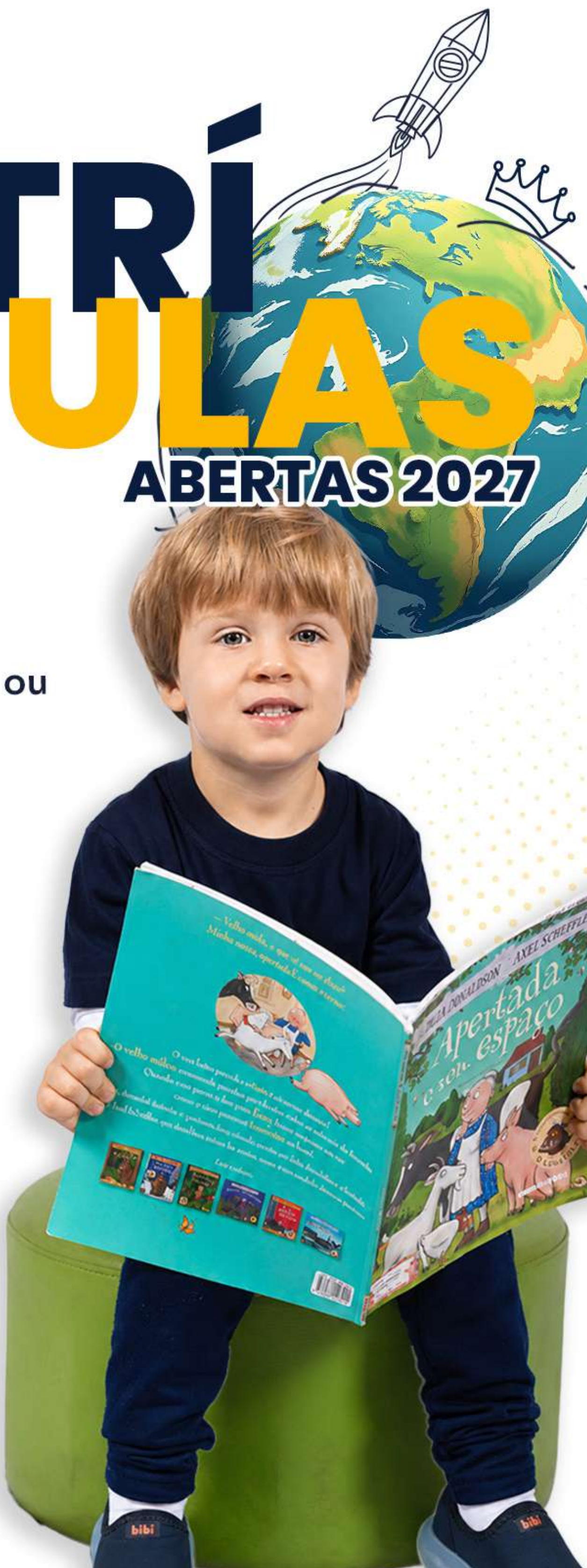
Educação Infantil
Aqui começam os valores.



(14) 3302-1209



csaourinhos.com.br



PRORROGADO

*Prefeitura de Ourinhos prorroga
prazo para adesão ao Refis 2026*



O prefeito Alexandre Zóio solicitou a ampliação do prazo ao setor financeiro diante da grande demanda

Da redação

A Prefeitura de Ourinhos, por meio da Secretaria Municipal de Finanças, prorrogou por mais três meses o prazo para adesão ao Refis 2026.

Com a ampliação, os contribuintes terão até 11 de dezembro para renegociar dívidas

vencidas até 31 de dezembro de 2025, com descontos de até 100% sobre juros e multas, conforme o plano de pagamento escolhido.

O prefeito Alexandre Zóio solicitou a ampliação do prazo ao setor financeiro diante da grande demanda registrada nos últimos dias e dos pedidos de munícipes que não conseguiram aderir ao programa dentro do prazo anterior.

Esta será a última oportunidade para os contribuintes aderirem ao Refis 2026 e regularizarem seus débitos com as condições especiais oferecidas pelo programa. Por determinação legal, o Refis tem validade apenas dentro do mesmo ano

e não pode ser mantido como programa permanente.

O programa abrange tributos municipais e débitos junto à antiga Superintendência de Água e Esgoto (SAE).

Atendimento - Os pontos de atendimento presencial permanecem os mesmos: o Poupatempo Ourinhos e a Procuradoria-Geral do Município (PGM).

O setor Tributário Municipal no Poupatempo funciona de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h, e aos sábados, das 9h às 13h. É necessário agendar o atendimento pelo aplicativo “Poupatempo SP GOV BR”

ou pelo WhatsApp (14) 3302-6000. O Poupatempo está localizado no Ourinhos Plaza Shopping, na Rua Cardoso Ribeiro, nº 970.

A Procuradoria-Geral do Município está localizada na Rua Cardoso Ribeiro, nº 08, próxima à Praça da Igreja Matriz, no Centro. O atendimento ocorre das 8h às 12h e das 14h às 17h, sem necessidade de agendamento.

Também é possível realizar o atendimento de forma remota pelo WhatsApp, pelo número (14) 3302-6000. Basta enviar uma mensagem de texto e seguir as instruções apresentadas.

SOMOS 100% DIGITALIZADOS

- Ressonância Magnética 1.5 Tesla;
- Tomografia Multislice 16 Canais;
- Tomografia Helicoidal com Scan Dental;
- Mamografia de Alta Resolução;
- Ultrassonografia com Doppler Colorido 3D/4D;
- Densidometria Óssea.

 14.3322-5413

Rua Senador Salgado Filho, 144/150
Vila Moraes - **OURINHOS/SP**

Em cada
ciclo do campo.
Juntos.

cresol.com.br/agro



Plano Safras 2026 2027

Crédito e parceria de verdade,
do manejo da cultura ao
investimento em máquinas
e equipamentos.



CRESOL

PROTEÇÃO URBANA

Ourinhos regulamenta Fundo de Segurança Pública e Defesa Civil criado em 2019

Decreto estabelece regras para gestão e aplicação dos recursos e abre caminho para captação por convênios, emendas, transferências e doações

Da redação

A Prefeitura de Ourinhos regulamentou o Fundo Municipal de Segurança Pública e de Defesa Civil (FMSPO), instrumento criado pela legislação municipal em 2019, mas que ainda não contava com regras próprias para seu funcionamento.

A regulamentação ocorreu por meio do Decreto nº 8.223/2026, publicado na sexta-feira, 11 de setembro.

Na prática, a medida estabelece normas para gestão, planejamento, utilização dos recursos, controle e prestação de contas do Fundo, permitindo que o município avance na captação e destinação de verbas para investimentos nas áreas de Segurança Pública e Defesa Civil.

Entre as possibilidades previstas estão recursos provenientes de convênios, transferências dos governos estadual e federal, emendas parlamentares, doações e outras fontes legalmente destinadas ao Fundo.

Recursos poderão financiar



Em Ourinhos a GCM tem um olhar especial as ocorrências voltadas a violência doméstica atendendo grande demanda

estrutura e tecnologia

Com o Fundo regulamentado, os recursos captados poderão fortalecer investimentos necessários à atuação dos serviços municipais de segurança e proteção da população.

Entre as demandas apontadas pela administração estão viaturas, equipamentos, tecnologia, sistemas de videomonitoramento, capacitação dos agentes, estrutura física e melhoria das condições de trabalho.

A regulamentação também beneficia a estrutura da Defesa Civil, responsável pela prevenção e resposta a situações de emergência no município, como eventos climáticos severos, incêndios, alagamentos, quedas de árvores, interdições e outras ocorrências de risco.



O objetivo é criar uma fonte permanente e organizada de financiamento para ações que até então dependiam de outras previsões orçamentárias e fontes de recursos.

GCM soma mais de 21 mil ocorrências desde 2022

Os números mostram a importância deste avanço. Mais de 21 mil ocorrências foram atendidas pela GCM desde 2022, período em que mais de 500 pessoas foram presas.

Além do atendimento de ocorrências policiais, a corporação atua em patrulhamento preventivo, apoio a outros órgãos, ações nas escolas e programas de proteção às mulheres, entre outras atividades.

Com a regulamentação concluída, o próximo passo será a efetiva entrada de recursos no Fundo e sua posterior aplicação em projetos e investimentos nas duas áreas.



Anúncio aqui, investimento com retorno garantido



MÊS DO
Cliente

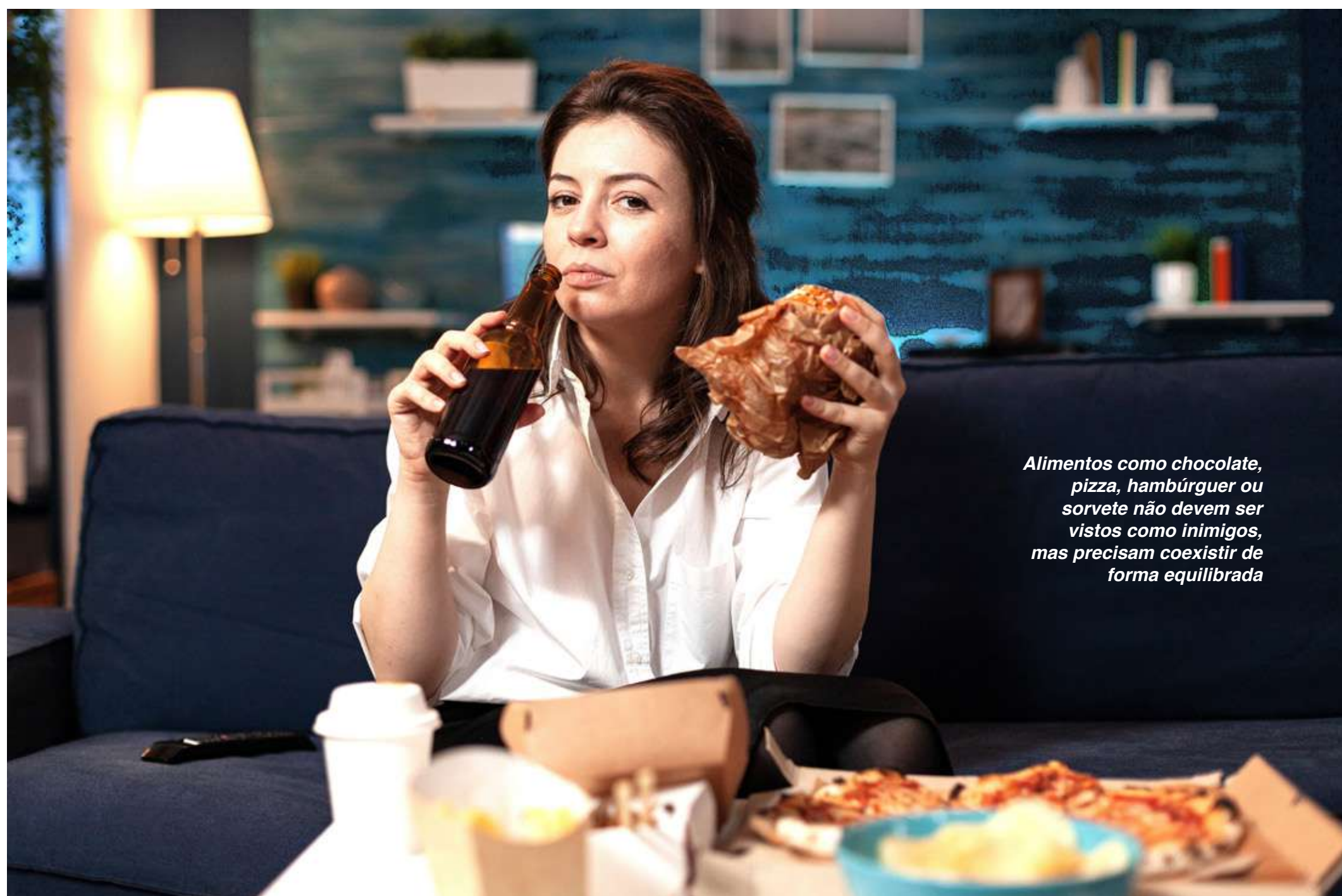
TODA A LOJA COM ATÉ

55%
OFF

Castor

“EU MEREÇO”

Por que um dia difícil costuma terminar em chocolate, pizza ou hambúrguer?



Alimentos como chocolate, pizza, hambúrguer ou sorvete não devem ser vistos como inimigos, mas precisam coexistir de forma equilibrada

Nutricionista explica por que estresse e cansaço podem aumentar a busca por alimentos mais palatáveis e ensina a montar lanches gostosos e nutritivos sem transformar a alimentação em uma lista de proibições

Marcele Tonelli
Lettera Comunicação

Eu mereço um chocolate.” “Hoje foi tão difícil que vou pedir uma pizza.” “Depois de um dia desse, eu mereço um hambúrguer.” Se essas frases parecem familiares, talvez a comida esteja ocupando um lugar na sua vida que vai muito além de matar a fome.

Isso porque situações como estresse, cansaço ou frustração costumam provocar a procura por alimentos que trazem uma sensação imediata de prazer e conforto. E, segundo a nutricionista Giovana Torres, não há nada de errado em buscar prazer na comida, mas o sinal de alerta deve acender quando ela se torna praticamente a única estratégia de fuga para lidar com emoções difíceis.

A relação com a alimentação começa muito antes da fome. Ela também envolve memórias, cultura, experiências e afetos. Um doce pode lembrar uma comemoração, uma pizza pode estar associada a momentos em família e determinado lanche pode funcionar como uma espécie de recompensa aprendida ao longo da vida.

“Em situações de estresse ou exaustão, alimentos mais palatáveis, como doces e frituras, podem ganhar ainda mais apelo justamente pela sensação de conforto que proporcionam. Comer algo gostoso depois de um dia complicado não é, por si só, um comportamento problemático. A diferença está no padrão. Quando tristeza, ansiedade, tédio, estresse ou frustração passam a desencadear automaticamente a busca por comida, principalmente quando a pessoa sente que não consegue escolher outra forma de lidar com aquilo ou que perdeu o controle. É aí que o comportamento merece atenção”, orienta a nutricionista.

Uma dica, segundo ela, é observar o que está por trás da vontade. A fome física, por exemplo, costuma aparecer gradualmente e pode ser satisfeita por diferentes alimentos.

“Já uma vontade emocional pode surgir de maneira repentina e estar direcionada especificamente para determinado alimento”, orienta Giovana Torres.

Mas isso não significa que toda vontade de específica deva ser combatida.

“Comer por prazer também é legítimo. Nem toda vontade de comer precisa ser

justificada pela fome física. O objetivo não é transformar a alimentação em uma matemática de ‘certo e errado’, e sim desenvolver percepção e autonomia”, completa a nutricionista.

FOME DEPOIS DE COMER - Existe ainda outro cenário bastante comum: o dia foi corrido, a pessoa chega em casa com fome, escolhe qualquer coisa rápida para comer e, pouco tempo depois, já está novamente procurando algo na cozinha.

A profissional explica que nem sempre isso acontece porque a pessoa escolheu um alimento inadequado. “Muitas vezes, simplesmente falta uma combinação capaz de oferecer maior saciedade, ou a fome já estava grande demais e aquele lanche não tinha como substituir uma refeição completa”, pontua Giovana.

De maneira geral, refeições e lanches que combinam proteínas, fibras, carboidratos e fontes de gordura tendem a sustentar mais do que alimentos consumidos isoladamente. “Uma fruta, por exemplo, pode ser uma ótima escolha, mas acompanhá-la de iogurte e sementes torna o lanche mais completo. Da mesma forma, um pão com ovo, frango ou queijo e vegetais tende a sustentar mais do que um alimento composto principalmente por carboidrato”, explica a nutricionista, comentando que o lanche ideal precisa combinar sabor e saciedade, além de ser prático o suficiente para caber na vida real.

GOSTOSO E NUTRITIVO - A profissional aponta ainda que não é preciso transformar o chocolate, a pizza, o hambúrguer ou o sorvete em inimigos para melhorar a alimentação. Uma das estratégias é justamente abandonar a lógica de proibição e aprender a fazer escolhas que conciliam prazer e nutrição.

“Nutrição não precisa ser sobre encontrar o substituto ‘fit’ de tudo. É também aprender a consumir o alimento original com equilíbrio. No caso do chocolate, por exemplo, é possível escolher uma versão que agrade ao paladar, observar a quantidade e, se fizer sentido para a pessoa, optar por opções com maior percentual de cacau. Na pizza, ingredientes como frango, atum, queijo e vegetais podem compor sabores mais completos. O mesmo raciocínio vale



A nutricionista Giovana Torres

para hambúrgueres e sorvetes: a ideia é montar uma refeição que satisfaça, sem transformar a comida em uma disputa entre permitido e proibido”, orienta.

PERGUNTA CRUCIAL - Aos que costumam chegar ao fim do dia pensando “eu mereço comer alguma coisa”, uma mudança simples de comportamento também é ensinada pela profissional.

“A pessoa deve se perguntar ‘do que eu estou precisando agora? A resposta pode ser comida, mas também pode ser descanso, uma pausa, uma companhia, um carinho ou simplesmente alguns minutos de prazer’”, frisa.

Identificar essas necessidades, segundo ela, ajuda a ampliar as possibilidades, sem retirar da comida o espaço que ela também pode ocupar.

Outra estratégia é não deixar que a fome se acumule durante todo o dia. Refeições adequadas diminuem a possibilidade de chegar à noite com uma fome exagerada e com a sensação de que é preciso comer tudo e agora.

“No final, uma alimentação equilibrada não é aquela em que nunca comemos chocolate, pizza, hambúrguer ou sorvete. É aquela em que esses alimentos conseguem coexistir com os alimentos que nutrem o nosso corpo, sem culpa, sem medo e sem a sensação de que precisamos compensar depois. Comer bem não significa comer perfeitamente, mas construir uma relação possível, prazerosa e sustentável com a alimentação”, reforça a profissional.

DICAS

Para quem precisa de opções rápidas para o fim do dia, algumas combinações sugeridas pela nutricionista são:

Doces

- Iogurte natural ou proteico + banana ou morangos + aveia ou granola;
- Banana amassada + cacau + pasta de amendoim;
- Maçã + iogurte + canela;
- Pão ou torrada + pasta de amendoim + banana.

Salgados

- Pão integral ou de fermentação natural + ovo mexido + queijo;
- Tapioca + queijo + ovo;
- Sanduíche de pão + frango desfiado + queijo + tomate;
- Iogurte ou cottage + torradas + tomate e temperos.

Sabor e equilíbrio para o seu bem-estar.

MAIS ENERGIA PARA AMANHÃ

**No integral, aprendemos muito
mais do que notas musicais:
desenvolvemos talentos,
disciplina e confiança.**



**Venha fazer parte da nossa família
escolar. Matrículas abertas!**



colégio
BAGOZI
Rede OSJ
DO INFANTIL AO
PRÉ-VESTIBULAR.

INCLUSÃO

Ourinhos terá ação na Praça Mello Peixoto pelo Dia Nacional de Luta da Pessoa com Deficiência

Tenda de mobilização será realizada na segunda-feira (21), das 9h às 13h, com apresentações culturais, serviços de saúde e ações de conscientização

Da redação

Ourinhos terá na próxima segunda-feira, 21 de setembro, uma mobilização em defesa dos direitos das pessoas com deficiência. A ação será realizada das 9h às 13h, na Praça Mello Peixoto, no Centro, em referência ao Dia Nacional de Luta da Pessoa com Deficiência.

Promovida pela Prefeitura, por meio da Secretaria Municipal de Inclusão, a iniciativa contará com a participação da AADF, APAE e ASO, instituições que desenvolvem trabalhos voltados às pessoas com deficiência no município.

Durante a programação, haverá apresentações culturais e serviços de saúde oferecidos à população. A Tenda de Mobilização e Sensibilização também será um espaço para divulgar o trabalho desenvolvido pelas entidades e ampliar o conhecimento da comunidade sobre os direitos das pessoas com deficiência.

Um dos principais objetivos da ação é chamar a atenção para situações de discriminação, preconceito e capacitismo, além das diferentes barreiras que ainda dificultam a participação plena das pessoas com deficiência na sociedade.

Entre elas estão as chamadas barreiras atitudinais, relacionadas a comportamentos, atitudes, estereótipos e pre-

conceitos que podem limitar ou impedir a inclusão. Muitas dessas situações estão associadas à falta de informação e conhecimento sobre a realidade vivenciada pelas pessoas com deficiência.

A mobilização é aberta à população e busca aproximar a comunidade das instituições que atuam na área, além de incentivar o respeito, a acessibilidade e a garantia de direitos.



SERVIÇO

Tenda de Mobilização e Sensibilização pelos Direitos das Pessoas com Deficiência

Data: 21 de setembro

Horário: das 9h às 13h

Local: Praça Mello Peixoto – Centro de Ourinhos



**Artrose em cães:
quais sinais aparecem
no início da doença?**

Agende uma consulta
 **(14) 99830-2164**

PALESTRA BIOMEDICINA

Biomedicina UNIFIO promoveu palestra com biomédico fisiologista do esporte do Comitê Olímpico Brasileiro

A temática abordada é de grande relevância para a formação acadêmica e profissional

Rose Pimentel Mader

O Curso de Biomedicina do Centro Universitário de Ourinhos - UNIFIO (www.unifio.edu.br) promoveu, no dia 9 de setembro, a palestra intitulada “O papel do Biomédico Fisiologista na Saúde e na Performance Esportiva”, ministrada pelo Dr. Hugo Kano, biomédico fisiologista do Comitê Olímpico Brasileiro.

O evento, realizado no Anfiteatro Irmãos Quagliato, reuniu acadêmicos e egressos do Curso de Biomedicina, proporcionando um importante momento de aprendizado, atualização científica e aproximação com uma das áreas de atuação profissional do biomédico que é a Fisiologia do Esporte.

A temática abordada é de grande relevância para a formação acadêmica e profissional, considerando o crescente reconhecimento da importância da fisiologia do exercício e do esporte na promoção da saúde, na prevenção de doenças, na avaliação das respostas do organismo ao exercício e na otimização do desempenho esportivo, sendo esta também uma habilitação profissional da biomedicina.

Durante a palestra, os participantes puderam ampliar seus conhecimentos sobre a atuação do biomédico fisiologista, compreendendo como os conhecimentos relacionados ao funcionamento do organismo podem ser aplicados tanto à população que busca quali-



Reitora do UNIFIO Gláucia Librelato, Dr Hugo Kano e coordenador de Biomedicina professor dr Luciano Gatti

dade de vida e saúde quanto a atletas e praticantes de diferentes modalidades esportivas.

A atuação nessa área envolve conhecimentos científicos sobre as respostas e adaptações do organismo ao exercício, contribuindo para avaliações e estratégias que auxiliem na promoção da saúde e na melhora da performance.

Para os acadêmicos de Biomedicina, atividades como essa são fundamentais para ampliar a compreensão sobre as diferentes possibilidades de atuação profissional e aproxi-



Participação dos alunos e egressos do Curso de Biomedicina UNIFIO

mar o conhecimento desenvolvido em sala de aula da realidade do mercado de trabalho. Para os egressos, representam uma oportunidade de atualização e aperfeiçoamento, acompanhando a evolução científica e as novas perspectivas de atuação na área.

A realização da palestra também reforça o compromisso do Curso de Biomedicina do UNIFIO com uma formação ampla, atualizada e conectada às diferentes áreas de atuação do biomédico, estimulando os estudantes a conhecerem novas

possibilidades profissionais e a buscarem continuamente qualificação científica e profissional.

O coordenador do Curso de Biomedicina do UNIFIO, professor Dr. Luciano Gatti, ressalta que eventos dessa natureza contribuem para fortalecer a integração entre ensino, ciência e prática profissional, preparando acadêmicos e profissionais para os desafios de uma Biomedicina cada vez mais diversificada e fundamentada no conhecimento científico.



Palestrante professor dr Hugo Kano, biomédico fisiologista do Comitê Olímpico Brasileiro, EC Pinheiros



SUA CASA
INTEIRA
CONECTADA
COM MAIS
VELOCIDADE.



OFERTA DO MÊS DO CONSUMIDOR



600
mega



 **Wi-Fi 6**

50%
DE DESCONTO

por apenas

R\$ **49,95**^{*}
POR 3
MESES



Contrate Online



CIBONNET

*Após 3º mês: R\$ 99,90

PRÊMIO

“RECLAME AQUI”

ADN chega à votação do **Prêmio Reclame AQUI 2026** após mudanças na jornada do cliente

Empresa concorre na categoria “Construtoras, loteamentos e incorporadoras” após ampliar a integração entre atendimento, engenharia, assistência técnica e tecnologia

Mário Brilhante – Assessoria de Comunicação

A ADN está na fase de votação popular do [Prêmio Reclame AQUI 2026](#), na categoria “Construtoras, loteamentos e incorporadoras”. A votação começou em 2 de setembro e segue até 5 de novembro.

A participação ocorre após uma série de mudanças na forma como a empresa acompanha reclamações, mede a satisfação dos consumidores e envolve diferentes áreas na solução de problemas.

Atualmente, a ADN registra nota 8,2 no Reclame AQUI e, segundo a empresa, permanece há mais de um ano nas faixas de reputação “Boa” e “Ótima” da plataforma. Em 2026, o NPS acumulado chegou a 72. Já o CSAT, indicador utilizado pela empresa para medir a satisfação após os atendimentos, está em 9,15.

Nos últimos anos, manifestações recebidas pelo atendimento, pelo Reclame AQUI, pelas redes sociais e pelas pesquisas de satisfação passaram a ser analisadas de forma recorrente para identificar os principais pontos de atrito na relação com os compradores. As informações são levadas às áreas envolvidas em cada problema, que podem



Isabella Cavichioli, gerente de Relacionamento com o Cliente do Grupo ADN, lidera iniciativas voltadas à experiência e ao atendimento dos consumidores

incluir engenharia, assistência técnica, financeiro e incorporação.

Segundo Isabella Cavichioli, gerente de Relacionamento com o Cliente do Grupo ADN, essa mudança ampliou o papel do atendimento dentro da companhia. Em vez de atuar apenas na resposta a uma solicitação, a área passou a usar os contatos feitos pelos consumidores para identificar falhas recorrentes e subsidiar ajustes em processos.

“Quando o cliente precisa abrir um chamado, isso já representa um esforço para ele. Por isso, analisamos os motivos que levam as pessoas a nos procurar e o que essas manifestações revelam sobre os nossos processos. Muitas vezes, o problema não está no atendimento em si, mas em outra etapa da relação com a empresa”, afirma Isabella.

A análise das reclamações também passou a ser considerada na definição de prioridades internas. Quando uma demanda se repete, as equipes responsáveis são chamadas a discutir sua origem e possíveis mudanças para reduzir a recorrência do problema.

No mercado imobiliário, esse acompanhamento ganha importância porque a relação entre empresa e consumidor pode se estender por anos. Entre a compra e o pós-ocupação, o cliente passa por etapas como contrato, financiamento, acompanhamento da obra, vistoria, entrega das chaves e assistência técnica. Cada uma delas pode gerar dúvidas, demandas ou imprevistos.

Para Isabella, um dos avanços dos últimos anos foi justamente aproximar a área de Relacionamento dos times que atuam diretamente na execução e no pós-entrega dos em-

preendimentos.

“Hoje existe uma interlocução muito mais próxima com engenharia e assistência técnica. Os dados das pesquisas, os chamados e as reclamações ajudam a mostrar onde estão as dificuldades e o que pode ser melhorado. Esse diálogo é importante porque boa parte da percepção do cliente é construída também na qualidade do produto e na forma como a empresa responde depois da entrega”, diz.

A empresa também afirma ter observado melhora nas avaliações feitas em momentos como a vistoria final e a entrega das chaves, etapas em que acompanha o NPS dos compradores.

Para Isabella, os números são relevantes, mas não eliminam um aspecto inevitável da relação entre empresas e consumidores: problemas acontecem. A

diferença, segundo ela, está na forma como são tratados.

“Nenhuma empresa está imune a erros. O que buscamos é evitar que um problema chegue ao cliente e, quando isso acontece, agir com transparência, comunicar o mais rápido possível e encontrar uma solução. A confiança também é construída quando alguma coisa não sai como esperado e o consumidor percebe que pode contar com a empresa”, afirma.

TECNOLOGIA PARA REDUZIR ETAPAS - Em 2026, parte desse trabalho passou a se concentrar também na estrutura tecnológica de atendimento. A ADN iniciou uma mudança de CRM para ampliar a rastreabilidade das informações e trabalha no desenvolvimento de automações para demandas que podem ser resolvidas diretamente pelo consumidor.

A proposta é aumentar as possibilidades de autosserviço sem eliminar o atendimento humano. Demandas simples podem ser direcionadas para soluções digitais, enquanto si-

tuações mais complexas permanecem sob acompanhamento da equipe.

“A automação precisa resolver de fato o problema. Não adianta criar uma ferramenta que dificulte o caminho ou impeça o cliente de chegar a uma pessoa quando ele precisa. Por isso, essas soluções precisam ser acompanhadas, testadas e ajustadas a partir do retorno dos próprios usuários”, explica Isabella.

Segundo a executiva, o modelo também permite que a equipe de atendimento concentre mais tempo nos casos que exigem análise, negociação ou interação humana.

O uso de tecnologia faz parte de uma estratégia mais ampla para reduzir pontos de atrito e facilitar o acesso às informações. Para 2027, a empresa prevê avançar no autosserviço, na simplificação de etapas e na disponibilização de informações relacionadas aos imóveis dos clientes.

RECLAMAÇÃO COMO SI-

NAL DE MUDANÇA - A entrada na fase de votação do Prêmio Reclame AQUI ocorre em um momento em que a empresa procura tratar a reclamação não apenas como um caso a ser encerrado, mas também como uma fonte de informação sobre a operação.

Segundo Isabella, a análise mensal dos chamados e das manifestações ajuda a identificar questões que nem sempre aparecem nos indicadores gerais e que podem exigir mudanças em diferentes pontos da empresa.

“Quando os clientes começam a apontar a mesma dificuldade, aquilo precisa ser investigado. Às vezes, é uma comunicação que não está clara. Em outras situações, é um processo que precisa ser revisto. O importante é fazer com que essa informação volte para dentro da empresa e seja usada para tomar decisões”, afirma.

Para a executiva, chegar à votação da premiação é uma consequência desse trabalho.

mas não encerra o processo de revisão da relação com o consumidor.

“As expectativas mudam muito rápido, assim como a tecnologia e o comportamento das pessoas. Independentemente do resultado do prêmio, precisamos continuar acompanhando essas mudanças e revendo o que fazemos. O objetivo é tornar a relação cada vez mais simples e fazer com que o cliente saiba que, quando precisar, terá uma resposta”, diz.

A votação popular do Prêmio Reclame AQUI 2026 segue até 5 de novembro e pode ser feita pelo site [oficial da premiação](#).

SOBRE O GRUPO ADN

- Formado pela ADN Construtora, Instituto ADN, Livon Incorporadora e Urbanizei, o Grupo ADN é o 26º maior grupo construtivo do Brasil (Revista O Empreiteiro) e integra o ranking Melhores e Maiores 2024 da Exame.

Com atuação em 20 cidades paulistas, já entregou mais de 8 mil unidades habitacionais.

A photograph of the exterior of a Novo Mercantil building. The building has a blue and white facade. The main sign reads 'NOVO MERCANTIL' in large blue letters, with 'GESTÃO CONTÁBIL E EMPRESARIAL' below it. To the left, a smaller sign says 'Desde 1961' and lists phone numbers '14 3532-3235' and '14 3324-7904', along with a WhatsApp icon and 'WHATSAPP / NOVO MERCANTIL'. The address '1009' is visible on the corner. The entrance features decorative metalwork. A motorcycle is parked on the sidewalk. The sky is blue with some clouds.

The logo for Novo Mercantil's 65th anniversary. It features a large, stylized '65' in gold, with 'ANOS' in small letters below it. To the left is the Novo Mercantil logo, a blue square with a white stylized 'M' and 'C'. Below the logo, the text 'NOVO MERCANTIL' is written in large, bold, blue letters, and 'GESTÃO CONTÁBIL E CONDOMINIAL' is written in smaller, blue letters below it.

O tempo mudou.
Os desafios mudaram.
**Nosso compromisso
continua o mesmo.**

SEU SUCESSO É
NOSSA PRIORIDADE.

OURINHOS/SP



8º FESTIVAL DE ROLIMÃ OURINHOS

O MAIOR DE TODOS!

DIVERSÃO PARA TODA A FAMÍLIA!

INCLUSÃO CARRINHO ADAPTADO

É NESSE DOMINGO !!!

DOE ALIMENTOS
SUA DOAÇÃO FAZ A DIFERENÇA!

ARRECADAÇÃO DE ALIMENTOS PARA UMA ENTIDADE FILANTRÓPICA DE OURINHOS

20 DE SETEMBRO A PARTIR DAS 09H

EM FRENTE AO HOTEL IBIS

ibis

DEM AÍ O MAIOR FESTIVAL DE ROLIMÃ DA REGIÃO!
ADRENALINA, INCLUSÃO E SOLIDARIEDADE EM UM DIA INESQUECÍVEL!

REALIZAÇÃO: **LOPES**
PRODUÇÕES E EVENTOS

Apoio: **EN DIA**
NEGOCIAÇÃO

BÁSICO DIFÍCIL

Dormir, comer, se exercitar:
por que o básico ficou tão difícil?



Rotina acelerada, excesso de estímulos e dificuldade de manter hábitos simples fazem crescer a busca por estratégias de reequilíbrio físico e emocional

Suzana Amyuni

Dormir bem, manter uma alimentação organizada, fazer atividade física e conseguir desacelerar parecem hábitos elementares. Na prática, porém, tornaram-se difíceis de sustentar para muita gente.

A percepção aparece também entre hóspedes de um spa do interior paulista, que vem observando uma procura cada vez mais relacionada à reorganização da rotina, ao sono, ao estresse e ao reequilíbrio emocional.

Um levantamento feito a partir de 3.274 formulários de check-in de um SPA do interior de São Paulo mostra um público com demandas de saúde di-

versas: 68% declararam uso regular de medicamentos, 30% informaram hipertensão controlada por medicação e 16% relataram problemas relacionados à depressão.

As mulheres representam 80% dos hóspedes.

Para os profissionais que acompanham esse público, uma das questões centrais está justamente na dificuldade de incorporar à vida cotidiana hábitos considerados básicos, como respeitar horários de sono, alimentar-se de maneira regular, movimentar o corpo e criar períodos reais de descanso.

“Hoje, muitas pessoas chegam cansadas não apenas fisicamente, mas da própria rotina. Dormir mal, comer sem horário, passar muito tempo sentadas e viver em estado constante de alerta acabam se tornando hábitos. O desafio é justamente ajudar essas pessoas a perceber que saúde também depende de reaprender coisas muito básicas”, explica Fernanda Pozzi, administradora do SPA.

Segundo ela, o ambiente mais controlado ajuda a pes-

soa a perceber como o corpo responde quando ela dorme melhor, se alimenta com mais regularidade, se movimenta e reduz o ritmo. “A questão mais importante vem depois, que é como transformar essa experiência em hábitos possíveis de manter na vida real?”, destaca.

A proposta é que as pessoas

possam reaprender comportamentos simples e torná-los possíveis fora de ambientes controlados.

O tema acompanha uma discussão que vem ganhando espaço no setor de saúde e bem-estar e que questiona por que cuidar do básico se tornou tão difícil?



DEMORAÇÃO

VEM! PODE ENTRAR.

NÃO PRECISA ESTAR HOSPEDADO PARA TOMAR NOSSO CAFÉ DA MANHÃ.



CORRIDA DO BEM



20/09/2026
DOMINGO | 8H

CIRCUITO APAE

Movendo pessoas pela
inclusão.

5 km DE CORRIDA



Cada passo
faz a diferença!

REALIZAÇÃO:



APAE
OURINHOS - SP



Associação Ourinhense
de Beneficência e Educação

APOIO:



DESTAQUE NO ENSINO

**Colégio Santo Antônio conquista certificação
Great Place to Study® e se destaca entre as
instituições de ensino do Brasil**



Equipe gestora, diretora Narda, o gerente administrativo Adriano Santos e coordenadores pedagógicos

**A conquista
ganha ainda mais
relevância porque
o CSA alcançou
mais de 100
pontos acima da
média nacional na
avaliação**

Rose Pimentel Mader

O Colégio Santo Antônio acaba de conquistar a certificação Great Place to Study®, um importante reconhecimento nacional que identifica instituições de ensino que se destacam pela qualidade do ambiente educacional e pela experiência de sua comunidade escolar.

A conquista ganha ainda

mais relevância porque o CSA alcançou mais de 100 pontos acima da média nacional na avaliação e se tornou o único colégio de Ourinhos a contar atualmente com a certificação.

Mais do que um reconhecimento de resultados acadêmicos ou de infraestrutura, o Great Place to Study® considera a percepção daqueles que fazem parte da escola: estudantes, famílias, educadores e colaboradores. A metodologia avalia diferentes dimensões da experiência escolar, incluindo a qualidade do ensino e do ambiente de aprendizagem, a relação com as famílias e a qualidade do ambiente de trabalho.

Para o Colégio Santo Antônio, o significado dessa conquista está justamente na sua



Selo conquistado pelo CSA

origem: é um reconhecimento construído a partir das vozes de quem vive o CSA todos os dias.

“Receber essa certificação é um orgulho imenso. Como diretora pedagógica, carrego este selo com muita alegria, mas também com um profundo sentimento de responsabilidade. Ele confirma que nosso compromisso com a excelência vai muito além dos resultados: envolve cuidar de cada estudante, construir relações de confiança com as famílias e valorizar as pessoas que fazem parte da nossa equipe”, afirma a diretora pedagógica Narda Jorosky.

Segundo a direção, a certificação também reforça uma convicção que faz parte da identidade do colégio: educação se constrói com diálogo, parceria e dedicação. O reconhecimento, portanto, não representa um ponto de chegada, mas a confirmação de um caminho que vem sendo construído diariamente.

“Este selo pertence a todos

nós. Aos estudantes que nos desafiam a aprender e evoluir, às famílias que confiam em nosso trabalho e a cada professor e colaborador que coloca propósito em tudo o que faz. Seguimos firmes em nosso propósito e em nossos valores, sabendo que excelência e cuidado precisam caminhar sempre juntos”, destaca Narda.

O Great Place to Study® mantém uma relação de escolas certificadas em diferentes regiões do país e apresenta o selo como um reconhecimento para instituições que demonstram excelência a partir da experiência de sua comunidade escolar.

Para o Colégio Santo Antônio, estar entre essas instituições representa também levar o nome de Ourinhos para um cenário nacional de reconhecimento educacional.

Mais do que um selo, uma confirmação: a excelência deixa de ser apenas um propósito e passa a ser uma experiência vivida todos os dias.



A diretora do CSA Narda Helena Jorosky



Corpo docente do Colégio Santo Antônio

E DO RESERVATÓRIO UHE SALTO GRANDE

EM AÇÃO

	Ministério Público do Estado de São Paulo - GAEMA
	CETESB - Companhia Ambiental do Estado de SP
	ANA - Agência Nacional de Águas e Saneamento Básico
	CTG Brasil - UHE Salto Grande
	ANEEL - Agência Nacional de Energia Elétrica
	ONS - Operador Nacional do Sistema Elétrico
	SP Águas - Agência de Águas do Estado de São Paulo
	CBH-MP - Comitê da Bacia do Médio Paranapanema
	SEMIL - Secretaria de Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística do Estado de SP
	Polícia Militar Ambiental
	IBAMA - Instituto Brasileiro do Meio Ambiente
	Prefeitura Municipal de Salto Grande
	Câmara Municipal de Salto Grande
	Outras instituições e entidades parceiras

**APRESENTAÇÃO DO PROJETO
PEQUENOS GUARDIÕES DO
RIO PARANAPANEMA**

REDE DE COMUNICAÇÃO
EN DIA
NEGOCIAÇÃO



DIFERENÇAS NA LARANJA

Nem toda laranja é igual: saiba qual combina melhor com cada preparo



Nutricionista explica sobre as diferenças de sabor, acidez e aroma que podem transformar sucos, sobremesas e até pratos salgados

Juliana Beletato

Quando se fala em laranja, é comum pensar imediatamente no tradicional suco do café da manhã. Mas a fruta, que faz parte da rotina de muitos brasileiros, pode render muito mais na cozinha.

Laranja-pera, lima, baía e seleta, por exemplo, apresentam diferenças de sabor, doçura, acidez, quantidade de suco e até facilidade de consumo, características que podem determinar o melhor uso de cada uma nas receitas. Para ajudar a explorar todo o potencial da fruta, Cláudia Mulero, nutricionista, explica as particularidades das principais variedades e dá dicas de combinações.

“A laranja é um ingrediente extremamente versátil. Dependendo da variedade, pode trazer mais doçura, acidez ou aroma para a receita. Saber identificar essas características ajuda a escolher a fruta mais adequada para cada preparo”, explica a nutricionista.

LARANJA-PERA: A CORINGA DA COZINHA - Uma das variedades mais consumidas no Brasil, a laranja-pera tem sabor equilibrado e boa quantidade de suco. Por isso, é uma das mais versáteis, pois funciona bem em sucos, vitaminas, molhos, marinadas e sobremesas. Na gastronomia, seu toque cítrico pode ajudar a equilibrar preparações mais gordurosas e combinar especialmente com carnes brancas, como frango e peixe.

LARANJA-BAÍA: PARA COMER COM OS OLHOS - Facilmente reconhecida pelo “umbigo” na parte inferior, a laranja-baía costuma ser doce, suculenta e não apresentar sementes. Por isso, é uma boa opção para pre-

parações em que os gomos da fruta ficam aparentes, como saladas, sobremesas, tortas, bolos e decorações de pratos. “Ela é interessante quando queremos que a laranja seja também parte da apresentação da receita”, comenta Cláudia.

LARANJA-LIMA: DOÇURA E DELICADEZA - Com baixa acidez e sabor mais suave e adocicado, a laranja-lima pode agradar especialmente quem prefere frutas menos ácidas. É uma boa alternativa para sucos, vitaminas, saladas de frutas, geleias e sobremesas delicadas. Também pode ser combinada com outras frutas para criar bebidas naturalmente doces.

LARANJA-SELETA: EQUILÍBRIO PARA DOCES E BEBIDAS - Com características intermediárias de doçura e acidez, a seleta pode ser utilizada tanto em sucos quanto em receitas doces. É uma opção interessante para bolos, caldas, geleias e bebidas, especialmente quando se busca um sabor cítrico presente, mas sem excesso de acidez.

LARANJA-AZEDA: PARA QUEM GOSTA DE INTENSIDADE - Mais ácida e amarga, essa variedade não costuma ser a escolha para o consumo in natura, mas pode ganhar espaço em geleias, compotas e doces. A casca também pode ser utilizada para aromatizar receitas, desde que seja higienizada adequadamente e que a parte branca, responsável pelo sabor mais amargo, seja retirada quando a receita pedir.

Quem deseja preparar diferentes receitas, um dos segredos para aproveitar melhor a laranja está justamente em uma parte que normalmente vai para o lixo, ou seja, a casca. A parte colorida da casca concentra óleos essenciais responsáveis pelo aroma característico da fruta e pode ser utilizada para finalizar bolos, sobremesas, caldas, molhos e até bebidas. “O ideal é utilizar apenas a parte externa e colorida da casca, evitando o excesso da parte branca, que é mais amarga. A higienização também é fundamental,

principalmente quando a casca será utilizada diretamente na preparação”, orienta a nutricionista.

A laranja também pode ser uma aliada na criação de bebidas. Além do suco tradicional, pode ser combinada com outras frutas, ervas e especiarias. Alecrim, hortelã, gengibre e canela, por exemplo, podem criar diferentes perfis aromáticos. Em preparações salgadas, o suco pode aparecer em molhos e marinadas, enquanto os gomos podem trazer contraste para saladas.

Já nas sobremesas, a fruta combina com chocolate, baunilha, canela e outras frutas cítricas. Para Cláudia, o segredo está em equilibrar os sabores. “A acidez da laranja pode quebrar a intensidade de ingredientes mais gordurosos ou muito doces. Por isso, ela funciona tão bem tanto em pratos salgados quanto em sobremesas”, orienta.

Além disso, a versatilidade da laranja vem acompanhada de benefícios nutricionais. A fruta é fonte de vitamina C, nutriente que contribui para o funcionamento adequado do sistema imunológico e para a proteção das células contra os danos causados pelos radicais livres.

Também fornece fibras, folato, potássio e outros compostos bioativos. Para aproveitar melhor as fibras, a recomendação é priorizar o consumo da fruta inteira. “Ao comer a laranja, além do suco, consumimos a polpa e as fibras presentes na fruta. Já no suco, dependendo da forma de preparo, parte dessas fibras pode ser reduzida. Por isso, variar a forma de consumo é uma boa estratégia”, afirma Cláudia.

No fim das contas, escolher a laranja certa pode ser tão importante quanto escolher os demais ingredientes de uma receita. “Seja mais doce, ácida, aromática ou suculenta, cada variedade pode desempenhar um papel diferente à mesa e transformar uma fruta cotidiana em protagonista de pratos, sobremesas e bebidas”, finaliza.

**O cuidado que
acompanha
toda a família.**

Da infância à melhor idade,
mais de **20 especialidades**
para cuidar de todas as
fases da vida.

Grupo
Uniclan |  Saúde pra
toda família


Mais de
20
especialidades



ELEIÇÕES 2026

Como abordar e ensinar sobre o tema para **crianças e adolescentes?**



A presença da política no ambiente escolar gera dúvidas entre algumas famílias, especialmente em relação à visão de que professores

Educadores apontam como escolas e famílias podem trabalhar democracia, cidadania e participação política de acordo com a idade dos estudantes

Vagner Lima

As eleições de 2026 colocam novamente a política no centro das conversas de famílias, comunidades e escolas. Para crianças e adolescentes, no entanto, falar sobre eleições não precisa significar discutir candidatos ou partidos.

O tema pode ser uma oportunidade para compreender, de maneira adequada a cada faixa etária, conceitos como regras de convivência, direitos e deveres, participação, respeito às diferenças, tomada de decisões e funcionamento das instituições democráticas. A discussão ganha ainda mais relevância neste ano após a sanção da Lei nº 15.468/2026, que incluiu a educação política e os direitos da cidadania como componente curricular obrigatório da educação básica.

A legislação determina que o conteúdo seja trabalhado no âmbito do estudo da realidade social e política, enquanto a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) já estabelece, entre seus princípios, a formação para o exercício da cidadania, o pensamento crítico, a argumentação, a cooperação, a empatia, a responsabilidade e o respeito ao outro.

EDUCAÇÃO OU POSIÇÃO POLÍTICA? - A presença da política no ambiente escolar gera dúvidas entre algumas famílias, especialmente em relação à visão de que professores, mesmo que sem intenção, podem influenciar a formação e a opinião dos estudantes.

Na opinião de Rogério Piccinin, professor de São Paulo, a escola deve apresentar conhecimentos, conceitos e diferentes perspectivas, estimulando os estudantes a construir seus próprios posicionamentos com base em informações e argumentos.

“Educação política não significa ensinar ao estudante em quem ele deve votar ou qual posição política deve defender. Significa oferecer ferramentas para que ele compreenda como a sociedade se organiza, quais são seus direitos e deveres, como funcionam as instituições e como diferentes pontos de vista podem ser debatidos. O papel da escola é formar cidadãos capazes de pensar criticamente, e não reproduzir uma determinada visão política”, defende Piccinin.

A própria BNCC estabelece que a educação básica deve contribuir para a formação humana integral e para a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva.

Entre as competências gerais previstas estão o exercício da argumentação com base em fatos, dados e informações confiáveis, a valorização da diversidade de saberes e opiniões, e o desenvolvimento da responsabilidade, da autonomia, da cooperação e da cidadania.

Com a nova legislação, a educação política passa a ter

ainda mais respaldo formal no currículo. Para evitar vieses, na opinião do docente, a abordagem pode priorizar conteúdos verificáveis, funcionamento das instituições, direitos e deveres, processos eleitorais, análise de fontes e diferentes perspectivas sobre questões públicas.

“O professor deve atuar como mediador do debate, estabelecendo regras de convivência e garantindo espaço para a escuta e a argumentação, sem transformar a aula em espaço de convencimento político”. Nesse cenário, não se deve evitar assuntos que envolvam política, mas justamente criar condições para que ele seja tratado de forma pedagógica. “Quando o estudante aprende a diferenciar fato de opinião, identificar fontes confiáveis, escutar argumentos diferentes dos seus e sustentar seu ponto de vista com respeito, está desenvolvendo competências fundamentais para a vida em uma democracia”, acrescenta Piccinin.

EDUCAÇÃO INFANTIL: DEMOCRACIA COMEÇA NAS PEQUENAS ESCOLHAS - Para crianças pequenas, falar de política não significa apresentar conceitos abstratos sobre partidos, eleições ou governos.

Na Educação Infantil, a formação democrática pode começar por experiências cotidianas que fazem parte do universo da criança: aprender a esperar a vez, respeitar combinados, ouvir o colega, negociar conflitos, compreender que todos têm direitos e perceber que decisões coletivas podem ser construídas por meio do diálogo.

Segundo Adriana Schimi-

dt, professora de São Paulo, essas experiências ajudam a construir, desde cedo, valores que posteriormente estarão relacionados à cidadania e à participação social.

“A criança não precisa entender o funcionamento de uma eleição para começar a desenvolver valores democráticos. Quando ela participa da construção de um combinado da turma, aprende a ouvir o colega, respeita uma regra que vale para todos ou percebe que uma decisão pode ser tomada coletivamente, ela já está vivenciando princípios importantes para a vida em sociedade”, diz Adriana.

Na escola, rodas de conversa, assembleias de turma, construção coletiva de regras, contação de histórias, dramatizações, jogos cooperativos e projetos sobre convivência podem trabalhar esses valores de maneira lúdica.

A proposta é fazer com que a criança perceba que viver em grupo envolve direitos, responsabilidades, escuta e respeito às diferenças.

“O mais importante é transformar situações concretas em oportunidades de aprendizagem. A criança pode participar de uma votação simbólica, ajudar a definir regras para uma brincadeira ou discutir diferentes maneiras de resolver um conflito. Essas experiências tornam conceitos como respeito, responsabilidade, escolha e participação compreensíveis e significativos”, acrescenta a professora.

Em casa, as famílias também podem aproveitar situações simples para trabalhar esses conceitos.

Uma possibilidade é propor pequenas votações, como escolher entre duas brincadeiras ou histórias para o momento em família, explicando que todos podem apresentar sua preferência e que a decisão coletiva precisa ser respeitada.

Jogos de tabuleiro também ajudam a trabalhar regras, turnos, negociação e consequências das escolhas.

Outra alternativa é conversar sobre situações do cotidiano, como dividir um brinquedo, escolher um passeio ou resolver um conflito entre irmãos, perguntando às crianças o que seria uma solução justa para todos.

ENSINO FUNDAMENTAL: DOS COMBINADOS AO FUNCIONAMENTO DA SOCIEDADE - À medida que avançam pelo Ensino Fundamental, os estudantes passam a ter condições de compreender conceitos políticos mais concretos.

É possível discutir temas como democracia, Constituição, direitos e deveres, eleições, poderes Executivo, Legislativo e Judiciário, representação política, políticas públicas e participação social, sempre considerando a faixa etária e o repertório dos alunos.

A BNCC prevê, em diferentes componentes e práticas de aprendizagem, o desenvolvimento da participação social, do exercício da cidadania, da argumentação e da capacidade de analisar diferentes fontes e informações.

Nos anos finais do Ensino Fundamental, o documento destaca ainda a importância de fortalecer a autonomia dos estudantes e oferecer ferramentas para que eles possam acessar e interagir criticamente com diferentes conhecimentos e fontes de informação.

Para Rogério Piccinin, a própria organização da vida escolar pode ser utilizada como laboratório de participação democrática. “No Ensino Fundamental, o estudante já consegue compreender que uma comunidade precisa de regras, que existem diferentes interesses e que as decisões co-



O tema pode ser uma oportunidade para compreender, de maneira adequada a cada faixa etária

letivas exigem diálogo e responsabilidade. A escola pode transformar situações reais do cotidiano em experiências de participação, permitindo que o aluno perceba que sua opinião tem valor, mas que também precisa considerar o direito e a opinião dos demais.”

Uma possibilidade é incentivar grêmios, associações e outras formas de representação estudantil, adequadas à idade e à realidade de cada instituição.

Eleições para representantes de turma, assembleias de estudantes, consultas sobre projetos da escola e grupos responsáveis por campanhas ou ações coletivas também podem ajudar a desenvolver protagonismo.

Outra estratégia é trabalhar eleições simuladas. Os estudantes podem criar propostas para melhorar algum aspecto da escola ou da comunidade, responder a perguntas dos colegas e participar de uma votação.

O exercício permite discutir conceitos como representação, propostas, debate de ideias, maioria, respeito às regras e responsabilidade pelas decisões.

“Uma eleição simulada pode ensinar muito mais do que o funcionamento de uma urna. Ela permite trabalhar cooperação, respeito às regras, capacidade de argumentação, escuta e responsabilidade. O objetivo é que o aluno compreenda que participar de uma de-

cisão coletiva também significa saber ouvir, aceitar resultados e continuar dialogando com quem pensa diferente”, acrescenta Piccinin.

ENSINO MÉDIO: PREPARANDO OS JOVENS PARA O PRIMEIRO VOTO - No Ensino Médio, a discussão pode ganhar maior profundidade, porque parte dos estudantes já está habilitada a votar. Segundo dados do Tribunal Superior Eleitoral (TSE), 3.571.159 eleitores com 18 anos ou menos estão aptos a votar nas Eleições 2026, o equivalente a cerca de 2% do eleitorado nacional.

O grupo inclui jovens de 16 e 17 anos, para os quais o voto é facultativo, faixa etária que está nos bancos escolares cursando os últimos anos dessa fase da educação básica.

O professor da Aubrick afirma que o primeiro contato com o voto pode ser tratado como uma oportunidade de aproximar os jovens do processo democrático sem transformar a escola em espaço de campanha. “Para muitos jovens estudantes, esta será a primeira experiência concreta de participação em uma eleição. A escola pode ajudá-los a chegar às urnas mais preparados, não dizendo qual escolha fazer, mas ensinando como buscar informações, comparar propostas, reconhecer diferentes perspectivas e compreender as responsabilidades envolvidas no voto.”

Nesse momento, a escola pode propor atividades de análise de planos de governo e propostas públicas, debates com regras previamente estabelecidas, pesquisas sobre os cargos em disputa, exercícios de checagem de informações e discussões sobre o papel dos diferentes Poderes.

Também é possível trabalhar a diferença entre informação, opinião e desinformação, além de ensinar os estudantes a identificar a origem de conteúdos compartilhados nas redes sociais.

Outra abordagem possível é promover debates sobre problemas concretos da sociedade. Os alunos podem pesquisar dados, identificar diferentes propostas para uma questão, comparar argumentos e construir suas próprias conclusões.

Essa abordagem permite integrar conhecimentos de História, Geografia, Sociologia, Filosofia, Língua Portuguesa e Matemática, especialmente quando envolve análise de dados e informações.

“O jovem precisa entender que democracia não se resume ao dia da votação. O voto é uma das formas de participação, mas acompanhar as decisões dos representantes, cobrar políticas públicas, participar de debates e respeitar os direitos de outras pessoas também fazem parte da cidadania. A escola pode ajudar a construir essa visão mais ampla”, finaliza Piccinin.

SEJA UM CONTRIBUINTE MENSAL

Precisamos de você para continuar nossa missão de ajudar

Saiba mais:

(14) 99613-9638

Av. Domingos Perino, 921, Vila Perino, Ourinhos, SP

SOLIDARIEDADE AMOR DOAÇÃO CARINHO COMPAIXÃO

DOAÇÃO CARINHO COMPAIXÃO AMOR DOAÇÃO

DOE VIA

Você também pode contribuir com a nossa corrente do bem através de doações pontuais via PIX!

CHAVE PIX CNPJ

04078624000182

REDE DE COMBATE AO CÂNCER DE OURINHOS



VIRGÍLIO & OLIVEIRA
contabilidade e consultoria tributária

A CONTABILIDADE DE SUA EMPRESA EM BOAS MÃOS!

ESPECIALIDADES:



Solução de Negócios

Apoio nas implantações, controles financeiros e sistema de gestão;
Demonstrações e Análises Contábeis/Mensais (*Lucro real mensal*).
Análise de lucros com Isenção de Impostos (*Consultoria Eletrônica Especializada*).
Cumprimento das Obrigações Federais, Estaduais e Municipais.
Folha de Pagamento.



Serviços oferecidos

Plataforma de atendimento *Online*;
Sala de Treinamento informatizada e climatizada com projetor.



Trabalho Diário

Abertura de Empresas - Formalização do Negócio;
Escolha da Tributação mais adequada (*Planejamento Tributário Administrativo*);
Acompanhamento periódico da Regularidade fiscal;
Treinamento Contratações *E-Social*.



**LUCRO REAL
PRESUMIDO E
SIMPLES
NACIONAL**

LIGUE E AGENDE SEU HORÁRIO

TEREMOS O MAIOR PRAZER EM ATENDÊ-LOS!



CRC 1SP234550/O-8

 **14.3322-2150**

 www.virgiliocontabilidade.com.br/

Rua Monsenhor Córdova, nº 46
no centro de Ourinhos/SP



LIMINAR NEGADA

Justiça nega liminar para Guilherme Gonçalves que poderia suspender a primeira cassação de mandato

Ex-prefeito questiona procedimento adotado pela Câmara; juiz apontou litispendência parcial e mandado de segurança seguirá para análise de alegação sobre intimações

Marcília Estefani

A Justiça de Ourinhos negou na segunda-feira (14/9) o pedido de liminar apresentado pelo ex-prefeito Guilherme Andrew Gonçalves da Silva para suspender os efeitos de sua cassação e retornar ao comando da Prefeitura.

A decisão foi proferida pelo juiz Cristiano Canezin Barbosa, da 3ª Vara Cível de Ourinhos, no processo nº 1002267-57.2026.8.26.0408.

Guilherme ingressou com mandado de segurança contra o presidente da Câmara Municipal, questionando o Decreto Legislativo nº 05/2026, que formalizou a cassação de seu mandato após a sessão de julgamento realizada entre os dias 2 e 3 de setembro.

Com o indeferimento da medida liminar, a cassação continua produzindo seus efeitos e Guilherme não retorna à Prefeitura neste momento. A decisão, entretanto, não representa o julgamento definitivo do mandado de segurança.

Defesa apontou três supostas irregularidades - No pedido, a defesa do ex-prefeito levantou três questões relacionadas ao procedimento da Comissão Processante e ao julgamento realizado pela Câmara.

Uma delas diz respeito à alegada falta de comprovação da condição de eleitor do autor da denúncia que deu origem ao processo.

A defesa também questionou



Ex-prefeito Guilherme tenta de todas maneiras voltar ao cargo, sendo barrado pela Justiça

a ausência de intimação pessoal de Guilherme para sessões instrutórias e alegou cerceamento de defesa pela não realização do depoimento pessoal do então prefeito.

Ao analisar o pedido, o magistrado reconheceu litispendência parcial em relação a dois desses pontos: a discussão sobre a condição de eleitor do denunciante e a alegação relacionada ao depoimento pessoal de Guilherme.

Isso porque, conforme a decisão, essas questões já são objeto de uma ação anulatória anteriormente ajuizada pelo ex-prefeito.

Em termos práticos, a litispendência ocorre quando uma questão que está sendo apresentada ao Judiciário já é discutida em outro processo, impedindo que haja tramitação paralela da mesma controvérsia entre as mesmas partes nos termos reconhecidos pela Justiça.

Intimações serão discutidas no mandado de segurança - Permaneceu para análise no mandado de segurança o

questionamento relacionado às intimações para as sessões realizadas nos dias 13 de julho e 3 de agosto.

A defesa sustenta que teria ocorrido irregularidade porque Guilherme não foi intimado pessoalmente.

Ao analisar o pedido de urgência, entretanto, o juiz entendeu que, neste momento processual, não estavam presentes elementos suficientes para conceder a liminar.

Segundo as informações da decisão, foram realizadas diversas tentativas de localização e intimação do então prefeito antes da publicação dos editais.

Diante disso, o magistrado não suspendeu os efeitos do Decreto Legislativo que formalizou a cassação.

CÂMARA TERÁ DEZ DIAS PARA PRESTAR INFORMAÇÕES - O processo, porém, continua tramitando. A decisão determina que a autoridade apontada como coatora seja notificada para prestar informações no prazo de dez dias.

Também foi determinada ciência à representação judicial da Câmara Municipal de Ourinhos, para que, caso queira, ingresse no processo.

Após o cumprimento do prazo, os autos deverão ser encaminhados ao Ministério Público.

Somente posteriormente haverá o prosseguimento da análise do mérito da questão que permaneceu no mandado de segurança.

CASSAÇÃO PERMANECE VALENDO - Guilherme Gonçalves teve o mandato cassado pela Câmara Municipal após o julgamento da Comissão Processante que apurou questões relacionadas à gestão da Saúde.

Com a cassação, o então vice-prefeito Alexandre Araújo Dauage, o Alexandre Zóio, que já exercia interinamente o comando do Executivo desde 1º de julho, assumiu definitivamente a Prefeitura e foi empossado prefeito no dia 9.

Esta decisão não altera esse cenário neste momento.

**Evite
que seu
cliente
fique
'farejando',
procurando
você ou
seu produto.
Anuncie aqui.**

EN DIA

o futuro é agora!

seu **Unifio**
lugar, — VESTIBULAR

**MATRÍCULAS
ABERTAS**

2026.1



INSCREVA-SE ➡



(14) 3302-6400



unifio.edu.br

MARMITA ORGANIZADA

Itens que facilitam a rotina de quem leva almoço ao trabalho



Organização e praticidade ajudam a economizar tempo, conservar os alimentos e tornar a rotina mais eficiente

Giovanna Rebelo Alves

Levar a própria refeição para o trabalho tem se tornado um hábito cada vez mais comum entre os brasileiros. Além de representar economia no fim do mês, a marmita permite maior controle da alimentação e ajuda quem busca manter uma rotina mais equilibrada.

No entanto, para que esse hábito seja realmente prático, a organização faz toda a diferença.

Escolher recipientes adequados, manter os alimentos bem armazenados e transportar

tudo de forma segura são cuidados que facilitam o dia a dia e contribuem para a conservação das refeições. Pensando nisso, reunimos algumas dicas e itens que tornam a rotina de quem leva marmita muito mais simples.

1. APOSTE EM POTES HERMÉTICOS - Os recipientes com fechamento hermético evitam vazamentos durante o transporte e ajudam a conservar melhor os alimentos. Além disso, são ideais para armazenar diferentes preparações na geladeira, mantendo sabor e frescor por mais tempo.

2. SEPARE OS ALIMENTOS EM COMPARTIMENTOS - Utilizar potes com divisórias ou recipientes individuais evita que os alimentos se misturem e preserva a textura de cada preparo. Essa organização também facilita o planejamento das refeições ao longo da semana.

3. ORGANIZE LANCHES E PEQUENOS ACOMPANHAMENTOS - Frutas, castanhas, snacks e sobremesas podem ser armazenados em potes menores, tornando o transporte mais prático e evitando o uso de embalagens descartáveis.

4. TENHA UMA BOLSA TÉRMICA PARA O TRANSPORTE - Uma bolsa térmica ajuda a manter a temperatura dos alimentos durante o trajeto até o trabalho, especialmente nos dias mais quentes. O acessório também protege os recipientes e oferece mais segurança durante o transporte.

5. DEIXE OS UTENSÍLIOS SEMPRE À MÃO - Montar um kit com talheres reutilizáveis, guardanapo de tecido e pequenos recipientes para molhos ou temperos facilita a rotina e evita esquecimentos na hora de sair de casa.

6. PLANEJE AS REFEI-

ÇÕES DA SEMANA - Separar um momento para preparar as refeições antecipadamente ajuda a economizar tempo durante os dias úteis. Utilizar etiquetas para identificar o conteúdo e a data de preparo dos potes também facilita a organização da geladeira e do freezer.

Além de tornar a rotina mais prática, investir em recipientes de qualidade e acessórios de organização contribui para reduzir o desperdício de alimentos e diminuir o consumo de embalagens descartáveis, tornando o hábito de levar marmita ainda mais econômico e sustentável.

Empresas oferecem uma variedade de potes herméticos, organizadores, bolsas térmicas, etiquetas e acessórios para cozinha que ajudam consumidores a organizar as refeições, conservar melhor os alimentos e tornar o dia a dia mais prático.





Solicite sua cotação!

 (14)335-1600 | (14) 99652-8971

locação de máquinas

PARA QUALQUER ETAPA DA SUA OBRA!





Projeto
Empresas Parceiras

Basta um **SIM** para mudar
ao menos 2 vidas, a sua e a
de quem mais precisa.



azta
assessoria
ambiental



EN DIA NEGOCIAÇÃO
AQUI VOCÊ TEM MAIS VALOR!

SEJA UM PARCEIRO DA APAE!



APAE
Ourinhos - SP

Ligue
14.3302-8080



CPP promoveu excursão para Poços de Caldas

O Centro do Professorado Paulista – CPP – Regional de Ourinhos realizou, no período de 10 a 14 de setembro, uma excursão para Poços de Caldas, um dos principais destinos turísticos de Minas Gerais, situado na Região Sudeste do País.

A presidente do CPP Ourinhos Mércia Maria Gonçalves Neto capitaneou o animado grupo integrado por associados e convidados.

Durante quatro dias o grupo ourinhense visitou os principais pontos turísticos de Poços de Caldas e mergulhou na história e cultura da cidade, a única do Brasil localizada dentro de um vulcão extinto, que possui uma riqueza mineral que atrai turistas desde o século 19, quando naturalistas descobriram o potencial terapêutico da região.

Foram dias intensos de passeios e bons momentos que encantaram o grupo ourinhense que ficou hospedado na maravilhosa Colônia de Férias do CPP, que oferece excelente infraestrutura, muito conforto e deliciosa gastronomia, além da acolhida carinhosa de toda a equipe de funcionários, liderada pelo gerente Rosemir Cândido.

A próxima excursão a ser realizada pelo CPP será para Mongaguá, programada para o período de 9 a 14 de dezembro de 2026 e as reservas já estão abertas no escritório do CPP.



O grupo no Santuário Mãe Rainha Fonte de Vida Nova de Schoenstatt



No Jardim Japonês



A presidente do CPP Mércia Gonçalves Neto e o esposo José Luiz Neto



Lugares maravilhosos



Na Cascata das Antas



A presidente do CPP Mércia Maria Gonçalves Neto capitaneou o animado grupo



Bons momentos



No Cristo Redentor



Visitando o Cristo Redentor



Um clic especial tendo ao fundo Poços de Caldas

MADER CONSTRUÇÕES
engenharia e arquitetura

OURINHOS E REGIÃO

EXECUÇÃO E GERENCIAMENTO DE OBRAS

REFORMAS E REPAROS DE IMÓVEIS RESIDENCIAIS E COMERCIAIS

PROJETOS ARQUITETÔNICOS E COMPLEMENTARES

DECORAÇÃO E PERSONALIZAÇÃO DE AMBIENTES

LAUDOS TÉCNICOS

MATHEUS PIMENTEL MADER
ENGENHEIRO CIVIL - CREA 50734949/7
(14) 99828-4508

JOSÉ FRANCISCO SCAFOGLIO MADER
ARQUITETO E URBANISTA - CAU A9854-0
(14) 98156-6026

OTTO
CLÍNICA OFTALMOLÓGICA

Há 5 anos, escolhemos cuidar.
Cuidar de olhares,
de histórias,
de pessoas.

Cada confiança depositada,
cada encontro vivido,
fez o Otto crescer.

Nossa gratidão a todos que
caminham conosco. ❤️

5 anos de Otto
Clínica Oftalmológica

5 anos

MÊS DO
Cliente

TODA A LOJA COM ATÉ

55% OFF

Enquanto muitos
**vendem
promessas...**

nós construímos
resultados
ao longo de quase
duas décadas.



18 ANOS
DE HISTÓRIA



MILHARES
DE PESSOAS
ATENDIDAS



EVOLUÇÃO
CONSTRUÍDA COM
SERIEDADE



COMPROMISSO
COM CADA ALUNO
E PACIENTE



CLIQUE E AGENDE SEU HORÁRIO

CUIDAR DE VOCÊ É O NOSSO COMPROMISSO.



ESTRUTURA SE CONSTRÓI.
CREDIBILIDADE SE CONQUISTA.





SANGRAMENTO DE GENGIVA

Gengiva sangrando nunca é normal e pode ser o primeiro alerta de uma doença silenciosa

Especialista alerta que um dos sintomas mais ignorados pelos brasileiros pode indicar inflamações capazes de comprometer não apenas a saúde bucal, mas também a saúde geral

Sandra Santos

Sangrar durante a escovação ou ao passar o fio dental geralmente não é consequência de escovar os dentes com força nem algo comum do dia a dia. Na maioria das vezes, esse é o primeiro sinal clínico de uma inflamação gengival que pode evoluir silenciosamente para doenças periodontais e, quando negligenciada, levar até à perda dos dentes. Apesar disso, milhões de pessoas convivem com o sintoma sem procurar avaliação profissional. Segundo [estimativas da Organização Mundial da Saúde](#) (OMS) e do estudo *Global Burden of Disease*, cerca de 1 bilhão

de pessoas sofrem com doenças periodontais em todo o mundo. No Brasil, levantamentos do [Projeto SB Brasil](#) mostram que as alterações gengivais continuam entre os principais desafios da saúde bucal da população. “O maior problema é que o sangramento costuma aparecer muito antes da dor. Como o paciente normalmente não sente desconforto nas fases iniciais, acaba acreditando que é algo normal e adia a consulta. Quando procura atendimento, muitas vezes a doença já evoluiu”, afirma Dr. Lucas Fontanari, doutor em Periodontia. Na maioria dos casos, o sangramento está associado à gengivite, inflamação provocada pelo acúmulo do biofilme bacteriano, placa que se forma naturalmente sobre dentes e gengivas. Embora reversível, a gengivite não deve ser negligenciada, pois, em indivíduos suscetíveis, a inflamação periodontal pode progredir e levar à periodontite, doença que compromete os tecidos e o osso que são responsáveis pela sustentação dos dentes.

Além da higiene bucal inadequada, fatores como diabetes descompensa-

da, tabagismo, alterações hormonais, estresse e predisposição genética podem aumentar o risco de desenvolvimento ou agravamento das doenças periodontais.

“A gengiva funciona como um importante sinal de alerta do organismo. Sangramento frequente, recessão gengival, mau hálito persistente ou dentes que comecem a apresentar mobilidade nunca devem ser ignorados”, explica o especialista. Nos últimos anos, a ciência também passou a demonstrar de forma mais consistente que a saúde da boca está diretamente relacionada à saúde do organismo. Evidências científicas apontam associação entre doenças periodontais e condições sistêmicas como diabetes, [doenças cardiovasculares](#) e doenças respiratórias.

Entre elas, a relação com o diabetes é considerada uma das mais consolidadas: pessoas com [diabetes descompensada](#) apresentam maior risco de desenvolver e agravar a periodontite, enquanto a própria periodontite pode dificultar o controle da glicemia.

“O objetivo é atuar antes que a doença evolua. Ao tornar o biofilme visível, conseguimos direcionar sua remoção



Para o especialista, a principal mensagem continua sendo a mais simples: sangramento gengival nunca deve ser

encarado como algo normal. “Assim como ninguém ignora uma alteração na pressão arterial ou na glicemia, também não devemos ignorar o sangramento da gengiva. É um sinal clínico que merece investigação e pode fazer toda a diferença para evitar complicações futuras”, conclui.

A vibrant orange and yellow background with a large, glowing "SALDÃO" (Sale) sign at the top. Below the sign is a black banner with "MÊS DO CLIENTE" (Client Month) and the "Eleto Service" logo. The main text reads "A loja toda com PREÇOS ESPECIAIS para você." (The whole store with special prices for you.) Below this, a dark banner says "A hora de economizar é agora." (The time to save is now.) At the bottom, various electronic appliances are displayed, including two fans, a microwave, a small refrigerator, and a portable air conditioner.



Ei, você !!!

ADVOGADO, PRESIDENTE DE ASSOCIAÇÃO OU SINDICATO

Publique seu Edital e outros comunicados da Justiça conosco.

***ESTAMOS APTOS PARA QUE SUA PUBLICAÇÃO SEJA FEITA
DE ACORDO COM A LEI E COM O MENOR VALOR.***

FALE CONOSCO AGORA!

EN DIA

PERIGO DO FONE DE OUVIDO

Fones de ouvido e música alta colocam mais de 1 bilhão de jovens em risco de perda auditiva

A OMS recomenda reduzir o volume, limitar o tempo de exposição e fazer pausas durante períodos prolongados de escuta

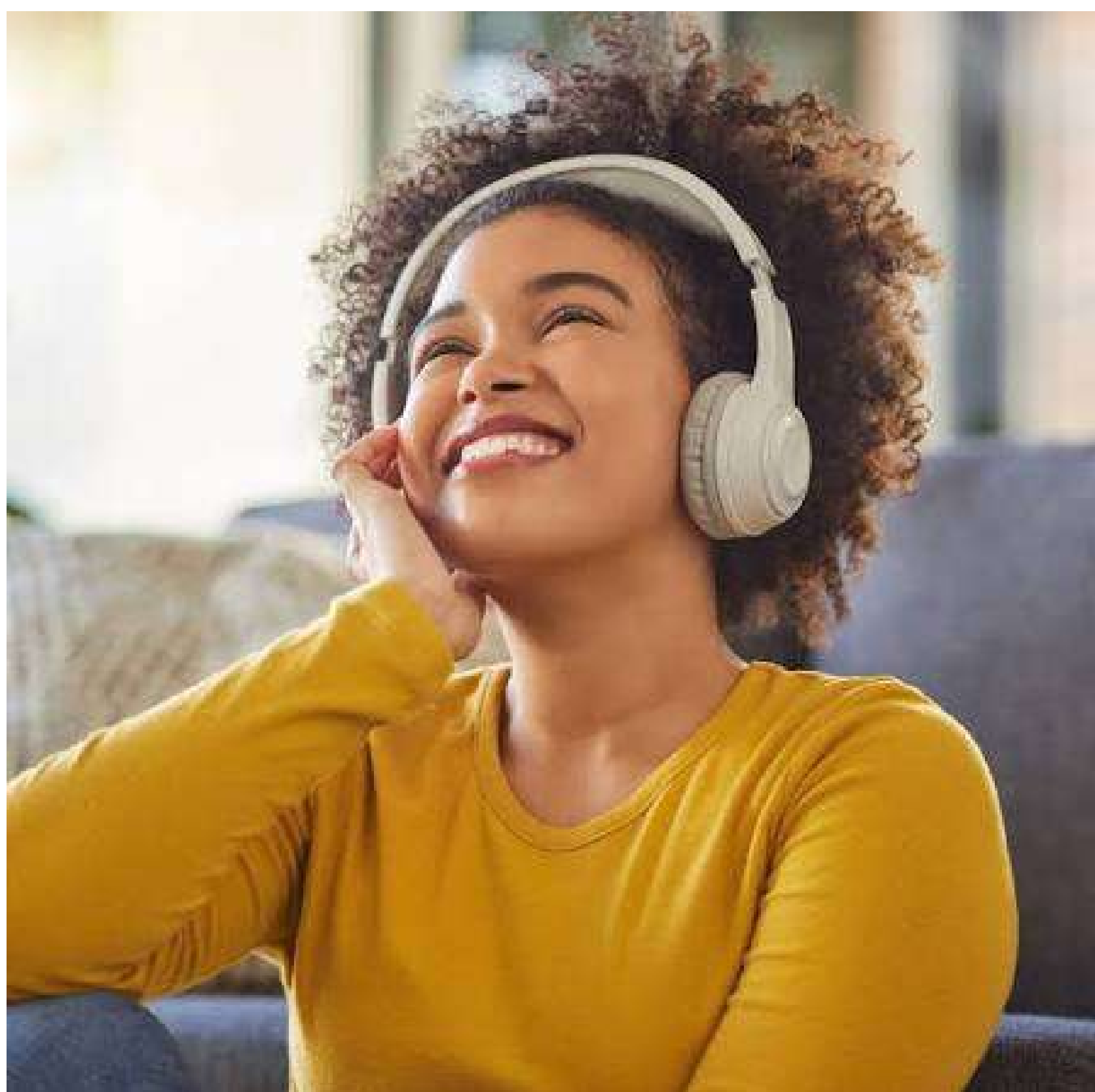
Marco Berringer e Edgard Léda

Ouvir música, assistir a vídeos, jogar ou acompanhar podcasts com fones de ouvido faz parte da rotina de adolescentes e jovens. O problema não está no uso do fone em si, mas na combinação entre volume elevado, tempo prolongado e frequência de exposição ao som.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 1 bilhão de pessoas entre 12 e 35 anos estão em risco de desenvolver perda auditiva permanente devido à exposição recreativa a sons intensos, incluindo o uso inadequado de dispositivos pessoais de áudio e a permanência em ambientes com música amplificada em níveis elevados.

Uma revisão sistemática publicada na revista científica *BMJ Global Health* estimou que 23,81% dos adolescentes e jovens adultos estão expostos a práticas inseguras de escuta por meio de dispositivos pessoais, como smartphones e fones de ouvido.

Em ambientes de entretenimento, como shows, bares e casas noturnas, a estimativa chegou a 48,20%. Os números representam exposição a níveis potencialmente prejudiciais, e não a proporção de jovens que já apresentam perda auditiva.



Zumbido, sensação de ouvido tampado ou abafado e dificuldade temporária para compreender a fala podem ocorrer após exposição intensa ao som

O DANO PODE SER PERMANENTE - No ouvido interno está a cóclea, que possui células sensoriais responsáveis por transformar os sons em sinais enviados ao cérebro. A exposição repetida a sons excessivamente intensos pode danificar essas células. Como elas não se regeneram de forma significativa nos seres humanos, determinadas lesões provocadas pelo ruído podem resultar em perda auditiva permanente.

“Não é simplesmente o uso do fone que representa risco. O que importa é principalmente a intensidade do som, o tempo de exposição e a frequência com que a pessoa se expõe”, explica a fonoaudióloga e conselheira do CREFO-NO2 – Conselho Regional

de Fonoaudiologia 2ª Região, Sheila Rodrigues (CRFa2-7130).

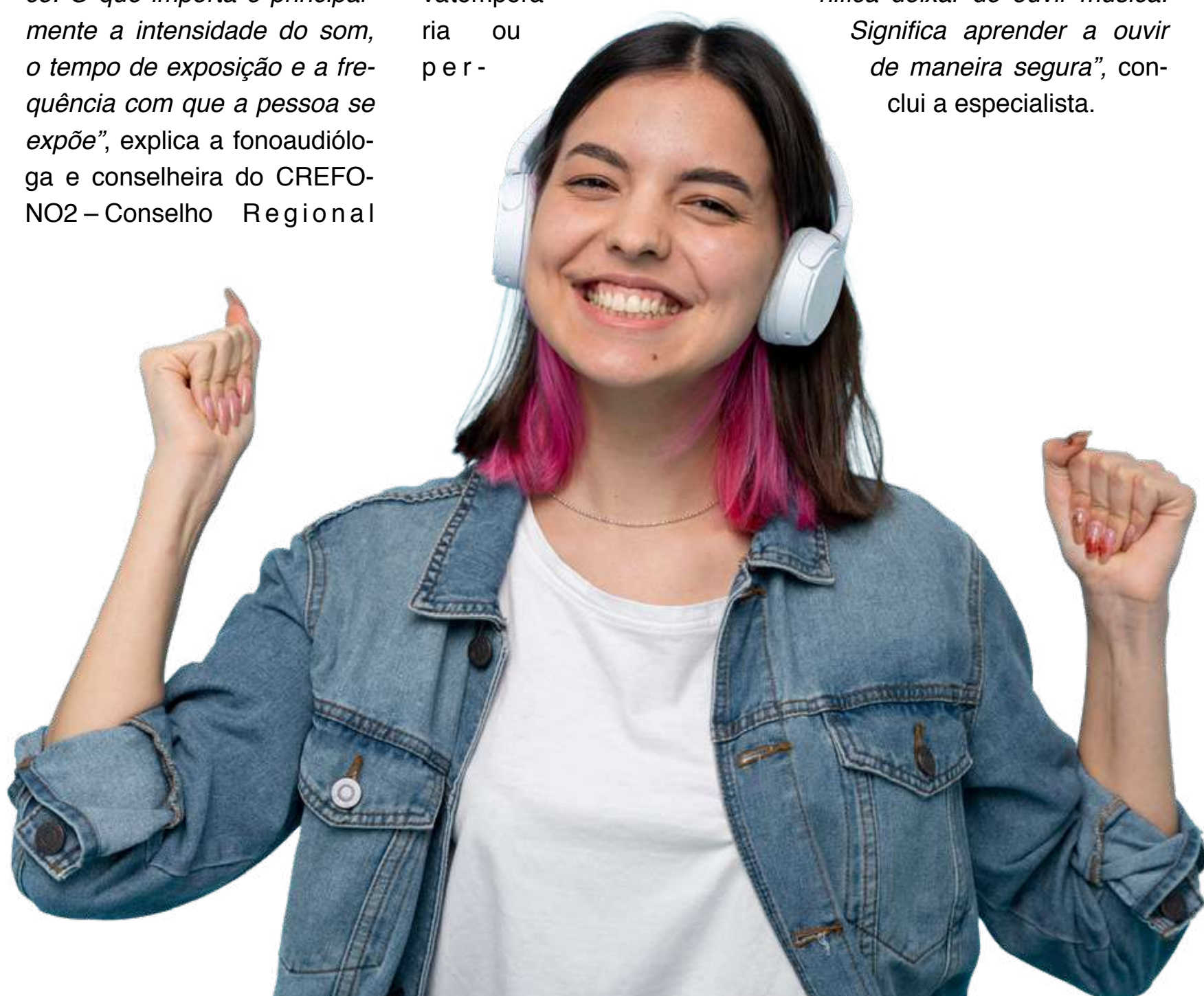
O problema pode começar de forma silenciosa. Zumbido, sensação de ouvido tampado ou abafado e dificuldade temporária para compreender a fala podem ocorrer após exposição intensa ao som. Se esses sintomas forem frequentes ou persistentes, é recomendável procurar avaliação profissional. O Ministério da Saúde alerta que a exposição prolongada a sons intensos pode provocar perda auditiva temporária ou per-

manente e zumbido.

COMO PROTEGER A AUDIÇÃO - A OMS recomenda reduzir o volume, limitar o tempo de exposição e fazer pausas durante períodos prolongados de escuta.

Fones com bom isolamento ou cancelamento de ruído podem ajudar a evitar o aumento excessivo do volume, mas nenhum modelo elimina o risco quando a exposição sonora é intensa e prolongada.

“Preservar a audição não significa deixar de ouvir música. Significa aprender a ouvir de maneira segura”, conclui a especialista.



A exposição repetida a sons excessivamente intensos pode danificar essas células

SAÚDE
HOJE
MAIS
QUALIDADE
AMANHÃ

Ouvir bem também é viver melhor.

CUIDADA
SUA AUDIÇÃO

PRINCIPAIS CUIDADOS

Como proteger a audição no uso de fones de ouvido.

- evitar o volume máximo dos dispositivos;
- manter o som em nível confortável;
- fazer pausas durante o uso prolongado;
- não aumentar o volume para compensar o barulho externo;
- manter distância das caixas de som em shows e eventos;
- utilizar proteção auditiva em ambientes muito ruidosos;
- procurar avaliação profissional diante de alterações auditivas persistentes.

PEQUENOS CUIDADOS, GRANDES SONS PARA O FUTURO.

OMS recomenda: reduza o volume, limite o tempo e faça pausas.

AUDIÇÃO É CONEXÃO COM O QUE IMPORTA.

Sua marca merece mais que ser vista. Merece ser lembrada.

Na **EN DIA**, sua mensagem
chega longe, com **credibilidade**,
conteúdo de qualidade e o **alcance**
que sua empresa precisa.



ALCANCE REAL

Sua marca no radar
de quem decide.



CREDIBILIDADE

Ambiente confiável,
conteúdo respeitado.



RESULTADOS

Mais visibilidade,
mais conexão,
mais negócios.

EN DIA

MAIS QUE NOTÍCIA, SUA MELHOR INFORMAÇÃO

Transforme visibilidade em resultado.

ANUNCIE AGORA



(14) 98109-6000

2ª CASSAÇÃO

Após Justiça negar pedido para suspender julgamento, Guilherme Gonçalves é cassado pela segunda vez



Mesa Diretora

Defesa alegou que novo processo teria perdido o objeto após a primeira cassação; Justiça manteve julgamento e Câmara aprovou nova perda do mandato por 12 votos a 1

Marcília Estefani

O ex-prefeito de Ourinhos Guilherme Gonçalves teve o mandato cassado pela segunda vez pela Câmara Municipal na quarta-feira, 16 de setembro. O novo julgamento ocorreu um dia depois de a Justiça negar um pedido de liminar apresentado pela defesa para tentar suspender a sessão.

Desta vez, a Comissão Processante analisou possíveis infrações político-administrativas relacionadas à gestão fiscal, financeira e orçamentária do município nos exercícios de 2025 e 2026.

A nova cassação foi aprovada por 12 votos a 1. O único voto contrário foi do vereador João Gonçalves, irmão de Guilherme. Os vereadores Furna do Beco da Bola e Santiago de

Lucas Ângelo não participaram da sessão.

DEFESA TENTOU IMPEDIR SEGUNDO JULGAMENTO

Antes da sessão, a defesa de Guilherme Gonçalves recorreu à Justiça para tentar impedir que o segundo processo chegasse a julgamento.

No pedido de liminar, sustentou que, como o prefeito já havia perdido o mandato em outro Processo de Cassação, a nova Comissão Processante teria perdido seu objeto, uma vez que a cassação — finalidade do procedimento — já havia ocorrido.

O pedido foi analisado pela juíza Alessandra Mendes Spalding, da 2ª Vara Cível de Ourinhos, que não acolheu a argumentação em caráter liminar.

Segundo o entendimento apresentado na decisão, a cassação anterior não impediria a continuidade de outro processo envolvendo fatos e possíveis infrações diferentes. Uma eventual nova condenação também poderia produzir efeitos jurídicos próprios.

A magistrada considerou ainda que a primeira cassação está sendo questionada judicialmente. Dessa forma, interromper o segundo processo poderia levar ao encerramento do prazo para sua conclusão



Na tribuna, o advogado Carlos Eduardo Santiago voltou a questionar a realização do julgamento

caso a cassação anterior viesse posteriormente a ser anulada.

Com a negativa da liminar, a sessão marcada para quarta-feira foi mantida.

A decisão, porém, não representa o julgamento definitivo do mandato de segurança. O mérito da ação ainda deverá ser analisado, após o andamento do processo, incluindo a prestação de informações e manifestação do Ministério Público.

SEGUNDA CP TRATOU

DAS FINANÇAS MUNICIPAIS

A nova Comissão Processante foi instaurada a partir de denúncia apresentada pela advogada Jaina Roberta Borges e teve como foco questões diferentes daquelas analisadas no primeiro processo que resultou na perda do mandato de Guilherme.

Segundo a denunciante, as duas comissões eram independentes e analisavam fatos distintos.

Entre os pontos analisados estavam o déficit financeiro registrado ao final de 2025,

o desequilíbrio fiscal e orçamentário apontado em 2026 e possíveis inadimplências e atrasos envolvendo o Instituto de Previdência dos Servidores Públicos de Ourinhos (IPMO), instituições, fornecedores e prestadores de serviços.

“Eu, como advogada, como cidadã, não podia ficar de braços cruzados. Fiz aquilo que era necessário fazer, dar voz àqueles que não conseguiam ter voz”, afirmou.

Ela ressaltou ainda que não considerava o resultado motivo de comemoração diante da situação enfrentada pelo município.

DEFESA VOLTA A QUESTIONAR SEGUNDA CASSAÇÃO - Diferentemente do primeiro julgamento, realizado no início de setembro e que se estendeu por várias horas, a sessão de quarta-feira durou pouco mais de duas horas. Houve dispensa da leitura do relatório da Comissão Processante e das manifestações dos vereadores.

Na tribuna, o advogado Carlos Eduardo Santiago voltou a

questionar a realização do julgamento.

A defesa sustentou que o procedimento seria desnecessário porque Guilherme já havia perdido o mandato na primeira Comissão Processante, julgada entre os dias 2 e 3 de setembro. Também afirmou que o novo procedimento poderia ser objeto de questionamento judicial.

Ao final, os vereadores votaram as conclusões apresentadas pela Comissão Processante. Três das quatro acusações analisadas foram consideradas procedentes por 12 votos a 1; uma delas foi rejeitada pelos 13 vereadores presentes. O resultado levou à aprovação da segunda cassação.

“PODE SOAR ESTRANHO”, DIZ PRESIDENTE DA CÂMARA - O presidente da Câmara, Cícero de Aquino, também comentou o fato de o Legislativo realizar um novo julgamento quando Guilherme já não ocupava mais o cargo em razão da primeira cassação.

Segundo Cícero, a Comissão Processante das Finanças



A nova Comissão Processante foi instaurada a partir de denúncia apresentada pela advogada Jaina Roberta Borges

havia sido instaurada quando Guilherme ainda exercia o mandato e, por isso, deveria ter sua tramitação concluída.

“Pode soar estranho cassar alguém que não está mais na cadeira. Mas tem que entender

que a instalação da CP foi no período em que ele era prefeito. Então, entendo que fizemos o nosso papel, com um trabalho democrático”, afirmou.

O presidente também defendeu o trabalho realizado pela comissão e pela Procuradoria da Câmara e afirmou que, durante a tramitação, foram assegurados o contraditório e a ampla defesa.

SEGUNDA CASSAÇÃO EM DUAS SEMANAS - Guilherme Gonçalves havia perdido o mandato pela primeira vez no início de setembro, em julgamento de outra Comissão Processante. Na ocasião, o resultado foi de 13 votos favoráveis à cassação e dois contrários.

A primeira CP estava relacionada principalmente a questões envolvendo a Saúde e contratos da administração municipal. Já o segundo processo concentrou-se na situação fiscal, financeira e orçamentária da Prefeitura.

Com isso, em um intervalo de aproximadamente duas semanas, duas Comissões Processantes distintas concluíram pela cassação de Guilherme Gonçalves, cada uma relacionada a fatos e acusações próprios.



Vereadores presentes na sessão



Diferente da primeira sessão que cassou o mandato de Guilherme Gonçalves, desta vez, o plenário esteve vazio

Verdade, seriedade e imparcialidade:
jornalismo é isso e ponto.

Poderosas

CMEC da ACE Ourinhos realiza evento inédito com moda, beleza, humor e celebração da autoestima feminina

Um dos destaques será o desfile de moda, com uma passarela criada para valorizar diferentes estilos

Assessoria de Comunicação

Uma noite para reunir as amigas, se divertir, cuidar de si e celebrar tudo aquilo que faz uma mulher se sentir mais confiante. Essa é a proposta do Florescer da Autoestima, evento inédito que o CMEC da ACE Ourinhos realiza no próximo dia 30 de setembro, às 19 horas, no AK Eventos.

Pensado especialmente para o público feminino, o Florescer da Autoestima chega com uma programação que mistura moda, beleza, entretenimento, conexões e muita leveza, transformando a noite em uma experiência para mulheres de diferentes idades.

Um dos destaques será o desfile de moda, com uma passarela criada para valorizar diferentes estilos e mostrar que beleza e autoestima caminham juntas. As modelos receberão uma produção especial, com cabelos assinados por Luana Abad e maquiagem de Denise Reis.

E depois da passarela, é hora de dar boas risadas. A influenciadora e humorista Mari Bernini será uma das grandes atrações da noite, com um show de *stand up* voltado ao universo feminino, trazendo situações, identificação e muito bom humor.

“Queremos que cada mulher saia de lá mais leve, feliz e lembrando da importância de olhar também para si. O

Florescer foi pensado para ser uma noite gostosa, de encontro, diversão, autoestima e conexão entre mulheres”, destaca a coordenadora do CMEC Ourinhos, Andrea Franco.

Além de proporcionar uma experiência especial, o evento também terá um propósito solidário: parte da renda arrecadada com o Florescer da Autoestima será destinada à APAE, fazendo com que a participação do público também contribua com o trabalho desenvolvido pela entidade.

Para o presidente da ACE Ourinhos, Robson Martuchi, a iniciativa amplia a atuação do Conselho e aproxima ainda mais mulheres e empreendedorismo. “A ACE acredita e incentiva iniciativas que valorizem as mulheres, fortaleçam conexões e também contribuam com a nossa comunidade”, afirma.

UMA NOITE PARA VIVER COM AS AMIGAS - Além dos ingressos individuais, o Florescer da Autoestima contará com uma opção para quem quiser reunir as amigas e aproveitar a programação de uma forma

ainda mais especial: o Camarote VIP.

A mesa é destinada a cinco pessoas e inclui um espumante Garibaldi Rosé e cinco taças para o brinde.

Os ingressos individuais e também o camarote são limitados e podem ser adquiridos antecipadamente.

Link para a compra dos ingressos:

<https://www.sympla.com.br/evento/florescer-da-autoestima/3566601>

UM ENCONTRO PARA INSPIRAR,
FORTALECER E TRANSFORMAR
MULHERES QUE FAZEM ACONTECER!

FLORESCER
— DA —
AUTOESTIMA

CUIDAR DE SI É O PRIMEIRO PASSO
PARA IR MAIS LONGE.

30/09
QUARTA-FEIRA

19h
HORÁRIO

AK EVENTOS
RUA COMENDADOR
JOSÉ ZILLO, 641
OURINHOS-SP

Garanta seu convite!

**BIO DO INSTAGRAM DO
CMEC OURINHOS**

INSPIRE • CONECTE • FLORESÇA

REDE DE COMUNICAÇÃO

EN DIA

NEGOCIAÇÃO

MÍDIA KIT

TRADIÇÃO QUE INFORMA,
CONECTA E GERA RESULTADOS!



TRADIÇÃO



CONFIANÇA



ALCANCE



RESULTADOS



AUDIÊNCIA E ALCANCE DIGITAL MULTIPLATAFORMA

Conectamos sua marca
ao que realmente importa:

PESSOAS E RESULTADOS!



SITE • REDES SOCIAIS • WHATSAPP • YOUTUBE

Sua marca em todos os lugares, todos os dias.

PRESENÇA QUE GERA IMPACTO!

- ✓ Conteúdo relevante e de qualidade
- ✓ Alcance em diversas plataformas
- ✓ Credibilidade construída ao longo de décadas
- ✓ Soluções personalizadas para sua marca
- ✓ Resultados que fazem a diferença



CONHEÇA NOSSO
MÍDIA KIT COMPLETO

Descubra como sua marca
pode ir mais longe com a
REDE EN DIA NEGOCIAÇÃO!



36 ANOS
DE HISTÓRIA



AUDIÊNCIA QUALIFICADA
E ENGAJADA



SOLUÇÕES EFICAZES
PARA SUA MARCA

EMPREENDEDORISMO

Sebrae Ourinhos abre inscrições gratuitas para pequenos negócios exporem na **Feira do Empreendedor 2026**



Empreendedores, artesãos e agricultores familiares da região de Ourinhos podem concorrer a vagas subsidiadas no espaço “Shopping Compre do Pequeno”

Assessoria de Comunicação

O Escritório Regional do Sebrae-SP em Ourinhos está com inscrições abertas para a Chamada Pública nº 013/2026, referente ao espaço “Sebrae Comunidades - Shopping Compre do Pequeno”.

A ação vai selecionar pequenos negócios para expor e comercializar seus produtos durante a Feira do Empreendedor 2026 (FE26), um dos

maiores eventos de empreendedorismo do país, que ocorre de 19 a 22 de outubro de 2026, no São Paulo Expo, na capital paulista.

As inscrições são totalmente gratuitas e devem ser realizadas exclusivamente pela internet até o dia 24 de setembro de 2026. O edital contempla oito vagas destinadas ao Escritório Regional de Ourinhos, além de cadastro de reserva.

O edital completo e o formulário de inscrição estão disponíveis no link: <https://feirado-empendedor.sebraesp.com.br/expositores/#editais>

A oportunidade é voltada para negócios sediados ou com atividade principal no Estado de São Paulo, enquadrados como microempreendedores individuais (MEI), agricultores familiares (com CAF), artesãos com registro no SICAB ou associações sociais com foco em

inclusão produtiva.

Serão selecionados expositores dos segmentos de artesanato, moda e acessórios, decoração, papelaria criativa, cultura afro-brasileira, economia criativa, agricultura familiar, alimentação embalada, plantas, produtos sustentáveis, presentes e produtos autorais.

Os empreendedores selecionados terão o espaço físi-

co do estande integralmente subsidiado pelo Sebrae-SP e passarão por uma capacitação obrigatória online sobre vendas, atendimento, precificação e visual merchandising entre os dias 5 e 7 de outubro, das 10h às 12 horas.

Despesas com transporte, hospedagem, alimentação e gestão do próprio meio de pagamento ficam sob responsabilidade de cada participante.



ÁGUA PRODUTOS DE LIMPEZA

TUDO QUE PRECISA EM
PRODUTOS VOCÊ ENCONTRA AQUI

14-3326.6782 14-99787.8978

Rua Isidra Sebastiana Araujo, n 90 - Distrito Industrial Luis Henrique - Ourinhos/SP



DIA DAS CRIANÇAS

Presentes que encantam os pequenos

Brinquedos, jogos educativos, bonecas, carrinhos, patinetes e muito mais para fazer a alegria da criança.

Muita variedade

Aqui tem brinquedos para todas as idades!

Pequenos momentos, grandes histórias.

Seu presente de Dia das Crianças está aqui!

EMPÓRIO DA KIPLÁSTIKO
Aqui tem de tudo!

(14) 3322-1586 (14) 99820-1586
Rua São Paulo, n 513, no centro de Ourinhos/SP

COMPRA PELO WHATSAPP E RECEBA EM CASA



**QUER VENDER
MAIS RAPIDO?**

PARTICIPE DO
Grupo de
Classificados

NEGOCIAÇÃO

CLIQUE E FAÇA BONS NEGÓCIOS 

CORRENTE DE *Solidariedade*

Vaquinha para tratamento de Emily já arrecadou mais de R\$ 120 mil, mas mobilização continua

Campanha busca recursos para custear medicação de alto custo indicada durante tratamento contra o câncer; doações e compartilhamentos seguem sendo importantes

Da redação

Uma grande corrente de solidariedade está se formando em torno de Emily Caroline Barri-nuevo da Silva, 28 anos, que mora em Ourinhos e enfrenta um câncer e precisa de ajuda para dar continuidade ao trata-mento. Criada na quarta-feira, 16 de setembro, a vaquinha já arrecadou **mais de R\$ 120 mil**, mas a mobilização ainda não terminou.

Segundo o relato divulgado na campanha, Emily tem um diagnóstico de linfoma não Hodgkin Difuso de Grandes Células B, primário mediasti-no há um ano, já passou por tratamentos de quimioterapia, mas não obteve a resposta es-perada.

A doença se apresenta como uma massa localizada no mediastino, estaria cres-cendo com rapidez, e afetan-do outros órgãos próximos, como coração e pulmões, causando períodos de dor e internações.

Diante desse quadro, sua equipe médica indicou um novo tratamento com uma me-dicação de alto custo, que, se-gundo ela, neste momento não consegue obter pelo SUS.

A arrecadação foi criada para possibilitar o início e a conti-nuidade desse novo tratamen-



to, onde Emily precisa de seis a sete caixas do medicamento de tem custo aproximado de R\$ 40 mil cada, gerando uma despesa de até R\$ 280 mil.

“Estou enfrentando um cân- cer e, até aqui, venho lutando com todas as minhas forças”, relata Emily na apresentação da campanha.

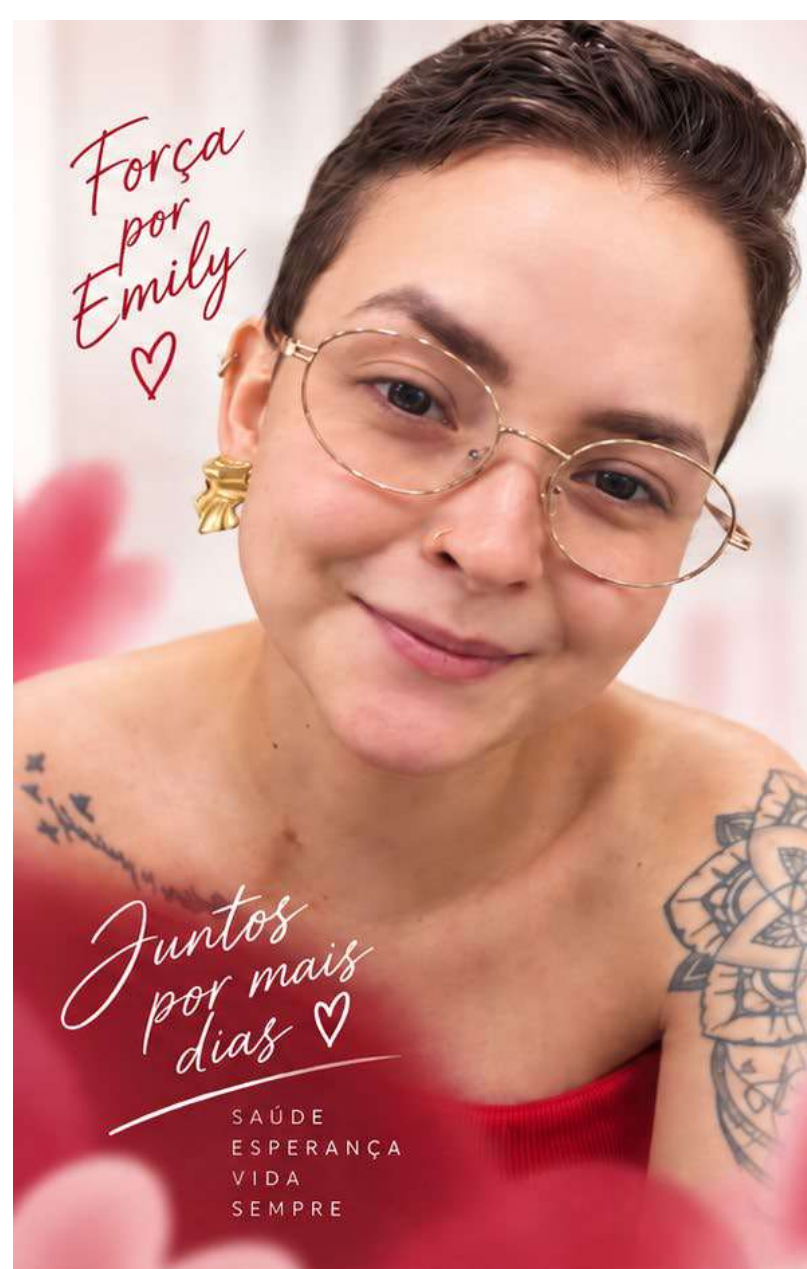
A resposta à mobilização tem sido expressiva. Em poucos

dias, as contribuições ultrapas- saram a marca de **R\$ 120 mil**. Apesar do valor já alcançado, a campanha continua e Emily reforça que qualquer contribui- ção pode ajudar na busca pelo montante necessário para o tratamento.

Além das doações, uma das principais formas de colaborar é compartilhar a vaquinha para que a história alcance mais pessoas.

“Hoje, mais do que nunca, eu preciso de uma corrente de fé, amor e solidariedade. Quero continuar acreditando, lutando e fazendo tudo o que estiver ao meu alcance para vencer essa batalha”, escreveu.

A jovem também agradece aqueles que não podem contri- buir financeiramente, mas aju- dam com compartilhamentos, mensagens de apoio e ora- ções.



Força por Emily

Juntos por mais dias

SAÚDE
ESPERANÇA
VIDA
SEMPRE

CORRENTE DE SOLIDARIEDADE

COMO AJUDAR EMILY

Mais de **R\$ 120 mil** já foram arrecadados, mas a campanha continua.

Emily, de Ourinhos, segue em tratamento contra o câncer e ainda precisa de apoio para custear a medicação de alto custo.

Você pode ajudar de 3 formas:

 Doe pela vaquinha

 Compartilhe a campanha

 Envie apoio, mensagens e orações



Chave Pix
45262516823
Emily Caroline
Caixa Econômica Federal

Link da vaquinha também disponível na **BIO do Instagram**.

 **CLIQUE AQUI E AJUDE** 

Toda ajuda faz diferença. Compartilhar também é ajudar.

Saúde
Esperança
Vida
Sempre

Se você parou para ler esta frase em letras tão pequenas,
imagine o anúncio de sua empresa nesta página inteira.

DE OLHO NO FUTURO

Feira de Profissões do UNIFIO recebeu mais de 3 mil estudantes

Durante a visita, os estudantes mergulharam na vida acadêmica do UNIFIO

Rose Pimentel Mader

Mais de 3 mil estudantes do Ensino Médio de instituições de ensino de dezenas de cidades do Oeste Paulista e Norte do Paraná, participaram da 5ª edição da Feira de Profissões UNIFIO (www.unifio.edu.br) realizada na quarta-feira, 16 de setembro.

Os estudantes foram carinhosamente recepcionados na quadra poliesportiva do Centro Universitário de Ourinhos, nos períodos da manhã e noite, pela equipe UNIFIO, onde receberam um kit de boas-vindas.

Após a recepção, os estudantes e professores foram conduzidos para as Centrais de Aulas onde foram recebidos pelos coordenadores de Cursos e professores da instituição.

Durante a visita, os estudantes mergulharam na vida acadêmica do UNIFIO, conheceram salas de aulas, os mais diversos laboratórios, bibliotecas, Museu, anfiteatro e auditórios; visitaram todos os blocos onde tiveram contato com toda a infraestrutura tecnológica oferecida pelo UNIFIO.

Os estudantes visitaram o bloco da Odontologia, conheceram todas as instalações e recursos disponibilizados pelo Curso, o Hospital Veterinário, a Fazenda Experimental e todas as demais dependências do Campus que abrigam todos os Cursos da instituição.

Durante a visita, os coordenadores de Cursos e professores, explanaram sobre todas as atividades acadêmicas, as possibilidades de atuação profissional nas mais diversas áreas, sobre mercado de trabalho, orientaram os estudantes sobre a escolha das profissões e sanaram dúvidas.

O principal objetivo da Feira é proporcionar aos estudantes a experiência em conhecer, experimentar e vivenciar os cursos de graduação do UNIFIO.

O UNIFIO ofereceu aos estudantes brindes, brigadeiro, sorvete, pipoca e lanche e proporcionou um dia incrível que ajudou a refletir sobre o futuro e decidir sobre a escolha da profissão.



No salão do Juri



Na Fazenda Experimental



Nas clínicas de Odontologia



UNIFIO recebeu mais de 3 mil alunos do Ensino Médio



Experimentando os recursos que os cursos oferecem



Momento de descobertas



Momento de aprendizagem



Estudantes vivenciaram uma experiência incrível



Visitando as clínicas de Odontologia



Explorando o universo acadêmico



Mergulhando no cotidiano da Veterinária

SEU NEGÓCIO MERECE MAIS VISIBILIDADE.

Sua empresa pode
utilizar a **Internet** e
redes sociais para
divulgar seus produtos.



MAS NÃO TEM NOSSAS
DEZENAS DE MILHARES
DE LEITORES E SEGUIDORES.



Pense nisso,
anuncie aqui.

Dupla credibilidade:
nossa e do
seu negócio.

EN DIA

FUTSAL SUB-12

Ourinhos é campeão da Copa UMMES de Futsal na categoria Sub-12

Com uma atuação consistente, os jovens atletas de Ourinhos garantiram o resultado e encerraram a competição com o troféu de campeão

Da redação

Ourinhos conquistou, na noite de quarta-feira, o título da Copa UMMES de Futsal na categoria Sub-12. A equipe venceu Ipaussu por 5 a 1 na grande final, disputada no município de Ipaussu.

Com uma atuação consistente, os jovens atletas de Ourinhos garantiram o resultado e



encerraram a competição com o troféu de campeão.

A conquista destaca o trabalho desenvolvido com as categorias de base e reforça

a presença de Ourinhos nas competições regionais de futsal.

A final reuniu as duas equipes

que chegaram à decisão em busca do título, e Ourinhos levou a melhor ao construir uma vitória por 5 a 1 diante dos donos da casa.



TORNEIO DE JUDÔ

Equipe AOBE/SEMEL Ourinhos participa de torneio de judô em Paraguaçu Paulista

Ourinhos esteve presente com 13 judocas, que competiram em suas respectivas categorias e conquistaram medalhas

Assessoria de Comunicação

A equipe AOBE/SEMEL Ourinhos participou, no último domingo (13), do Torneio de Judô Isaburo Suto, realizado em Paraguaçu Paulista.

A competição reuniu cerca de 450 atletas, representando mais de 20 equipes do interior do Estado de São Paulo, além de participantes do Paraná e Mato Grosso do Sul.

Ourinhos esteve presente

com 13 judocas, que competiram em suas respectivas categorias e conquistaram medalhas, levando o nome da cidade ao pódio em mais uma competição regional.

O torneio proporcionou aos atletas experiência competitiva e a oportunidade de enfrentar judocas de diferentes equipes e regiões, contribuindo para a evolução técnica da equipe.

Agora, os judocas da AOBE/SEMEL já têm um novo desafio pela frente. No próximo dia 19 de setembro, a equipe participa do Campeonato Paulista do Interior, na categoria Aspirante, em Aguiá.

A etapa será classificatória para a fase final da competição, marcada para o dia 26 de setembro, na cidade de Marília.



OCORRÊNCIAS POLICIAIS

TRÊS PRESOS

Homem é sequestrado, colocado em porta-malas e espancado em canavial em Ourinhos; três são presos

Suspeitos alegaram que agressões teriam relação com outro caso ocorrido em Salto Grande, que ainda é investigado; vítima nega acusação e diz não conhecer os envolvidos

Da redação

Um homem foi sequestrado, colocado no porta-malas de um carro e levado até uma área de canavial, onde foi violentamente agredido, na manhã de segunda-feira (14), em Ourinhos. Três homens, de 19, 26 e 37 anos, foram identificados e presos em flagrante pelo Setor de Investigações Gerais (SIG), com apoio da DIG de Ourinhos.

Segundo a apuração policial, a vítima foi abordada por volta das 9h40, na Rua Manoel Vieira Pinto, no Jardim Ouro Verde. Dois homens teriam colocado o homem no porta-malas de um GM/Classic e seguido até uma área próxima à FAPI, nos fundos do bairro Nova Alcântara.

No canavial, ele foi agredido com socos, chutes e golpes, inclusive com objetos. Uma barra metálica com a inscrição “respeito” foi apreendida durante as diligências e passou a integrar a investigação.

População denunciou e imagens ajudaram o SIG

De acordo com o delegado Marcelo de Assis Aliceda Filho, responsável pelo SIG, informações repassadas pela população contribuíram para que a Polícia Civil tomasse conhecimento do caso.

A partir daí, os investigadores analisaram imagens de sistemas de monitoramento e identificaram o GM/Classic utilizado na ação.

O acompanhamento do trajeto e o cruzamento das informações permitiram chegar aos três suspeitos, todos moradores de Salto Grande e trabalhadores em Ourinhos.

Os homens foram encontrados posteriormente, fora do local do crime, enquanto cumpriam seus horários de trabalho. Um deles, de 19 anos, foi detido diretamente no local



Imagem: Reprodução Diário Cidadão

onde trabalhava. Inclusive o veículo utilizado na ação é de propriedade da empresa em que trabalham e já havia sido lavado quando localizado pela polícia.

Segundo o delegado, nenhum dos três possuía antecedentes criminais

Em interrogatório, os três investigados admitiram participação nos fatos, segundo a Polícia Civil, embora tenham apresentado divergências entre suas versões.

O homem de 37 anos afirmou que sua filha teria sido vítima de abuso praticado pelo homem sequestrado alguns meses antes. Conforme seu relato, ao ser informado de que o suposto autor havia sido localizado, orientou que ele fosse levado para as proximidades da FAPI. Ele também admitiu ter participado das agressões com socos e chutes.

Outro investigado, de 26 anos, também confessou participação e relatou que ele e o terceiro envolvido teriam reconhecido o homem e ido atrás dele.

Já o jovem de 19 anos confirmou que ajudou a colocar a vítima no veículo, participou das agressões e avisou o pai da criança sobre a localização do homem.

Suposta motivação ainda é investigada

A Polícia Civil, entretanto,

ressalta que a acusação apresentada pelos investigados não está sendo tratada como fato comprovado, e é objeto de investigação da Polícia Civil.

A vítima, por sua vez, nega envolvimento com a criança e afirmou à polícia não conhecer os três investigados.

Portanto, as circunstâncias do suposto episódio anterior e as divergências existentes entre as versões ainda deverão ser esclarecidas pelas investigações.

Vítima foi ameaçada e abandonada ferida

A vítima foi posteriormente encontrada pela Polícia Militar em uma área de canavial, apresentando diversos ferimentos, hipotermia, queda da pressão arterial, hemorragia no braço direito e suspeita de fratura, além de lesões nas costas e no quadril.

Como o local era de difícil acesso, policiais militares auxiliaram na retirada do homem. O Samu realizou os primeiros socorros e o encaminhou para atendimento médico.

Segundo relato da vítima à polícia, durante as agressões os envolvidos diziam que ela teria “mexido” com uma menina, mas ele nega as acusa-

ções. Ele contou ainda ter sido atingido inclusive com a parte lateral de um facão.

Ele também relatou que foi ameaçado de morte caso contasse o que havia acontecido ou revelasse a identidade dos participantes.

“Um crime não justifica o outro”

O delegado Marcelo Aliceda destacou que a Polícia Civil continuará investigando tanto as circunstâncias do sequestro quanto o episódio anterior apontado pelos investigados como motivação.

Ele ressaltou que, independentemente da apuração do outro caso, não cabe à população fazer justiça com as próprias mãos.

“Um crime não justifica o outro”, afirmou.

Os três homens foram presos em flagrante e o caso foi registrado, em tese, como sequestro qualificado, nos termos do artigo 148, parágrafo 2º, do Código Penal.

As investigações prosseguem para esclarecer completamente a dinâmica do crime, as divergências entre os depoimentos e a possível motivação.

DEU FLAGRANTE

GCM encontra revólver .357 Magnum sob banco de carro e prende caminhoneiro em Ourinhos

Arma estava municiada com seis munições intactas; motorista admitiu na delegacia que o revólver era dele e disse que o mantinha para proteção pessoal

Da redação

Um caminhoneiro de 37 anos foi preso em flagrante após a Guarda Civil Municipal (GCM) de Ourinhos encontrar um revólver calibre .357 Magnum municiado dentro do veículo em que ele estava. A abordagem aconteceu durante patrulhamento preventivo nas proximidades da NEI Benedita Cury, na Rua Orlando de Azevedo.

Segundo as informações da ocorrência, a equipe decidiu abordar o veículo, um VW Tera com placas de Minas Gerais, após perceber que o motorista demonstrou nervosismo com a presença da viatura.

Durante a averiguação, os guardas encontraram, sob o banco do motorista, um revólver calibre .357 Magnum carregado com seis munições intactas.

Uma mulher também estava no veículo. Em consulta aos sistemas policiais, não foram encontrados mandados de prisão contra os ocupantes.



Durante a vistoria, os agentes localizaram ainda uma faca no porta-malas.

Inicialmente, o motorista negou ser o proprietário do revólver e informou aos agentes que o veículo era alugado. A passageira, por sua vez, declarou desconhecer a existência da arma.

Diante da situação, o homem foi detido e encaminhado à Central de Polícia Judiciária (CPJ), juntamente com o armamento e as munições apreendidos.

Na delegacia, motorista

admitiu que arma era dele - Durante suas declarações na delegacia, entretanto, o caminhoneiro admitiu ser o proprietário do revólver.

Ele afirmou que teria adquirido a arma de um terceiro, cujo nome disse não recordar, acrescentando que essa pessoa já teria falecido. O homem também declarou que mantinha o armamento para proteção pessoal e confirmou que não possuía registro da arma nem autorização para porte.

A passageira não foi autuada, considerando a declaração de que desconhecia a presença

do revólver no veículo e os demais elementos apurados na ocorrência.

Diante das circunstâncias, o caminhoneiro foi autuado em flagrante por porte ilegal de arma de fogo de uso restrito, permanecendo preso, sem arbitramento de fiança na esfera policial.

O revólver e as seis munições foram apreendidos e deverão ser encaminhados à perícia para análise das condições de funcionamento e eficiência do armamento. O veículo também foi apreendido e encaminhado ao pátio do permissionário.

Propaganda não é somente para sermos **lembrados...**

Serve também para não sermos **esquecidos.**

EN DIA

FESTA ACABOU

Exame constata embriaguez e motorista fica à disposição da justiça em Ourinhos

GCM foi acionada após informação de que veículo teria se envolvido em colisões; homem recebeu atendimento na UPA e não recolheu a fiança arbitrada

Da redação

A Guarda Civil Municipal (GCM) de Ourinhos atendeu, na noite de quarta-feira (16), uma ocorrência envolvendo um motorista que apresentava sinais de embriaguez. A equipe havia sido acionada para averiguar um veículo que, segundo as informações recebidas, teria se envolvido em colisões.

Durante o atendimento, os agentes localizaram o condutor e constataram sinais de alteração da capacidade psicomotora. No local, entretanto, não foram encontrados outros veículos que teriam sido atingidos.

Durante os procedimentos da ocorrência, o homem sofreu quedas da própria altura e apresentou escoriações.

Ele foi encaminhado à Unidade de Pronto Atendimento



Foto: Guarda Civil Municipal de Ourinhos/Divulgação

(UPA) de Ourinhos, onde recebeu atendimento médico.

O veículo conduzido pelo homem apresentava irregularidade administrativa e foi recolhido.

O motorista também foi submetido a exame clínico pericial, que, segundo as informações da ocorrência, constatou estado de embriaguez.

O caso foi apresentado à au-

toridade policial, que adotou as medidas legais cabíveis.

Foi arbitrada fiança, porém o valor não foi recolhido e o homem permaneceu à disposição da Justiça.

Quem anuncia aqui,
investe na liberdade
da imprensa
ourinhense

EN DIA



BOA VIZINHANÇA

Confusão entre vizinhos termina com mulher ferida e homem abordado com facão no Jd Paris em Ourinhos

Mulher relatou ter sido atingida com uma paulada ao tentar defender o filho; ocorrência no Jardim Paris terminou na CPJ e com registro de TCO

Da redação

A Polícia Militar foi acionada para atendimento de uma ocorrência envolvendo um desentendimento entre vizinhos na Rua Carlos Thomal, Jardim Paris, em Ourinhos, que terminou com uma mulher de 53 anos ferida, e um homem de 39 anos detido, encaminhado à Central de Polícia Judiciária (CPJ).

Segundo o boletim de ocorrência, no local dos fatos os militares tiveram contato com a vítima, que relatou aos agentes que seu filho estaria sendo ameaçado pelo vizinho e que, durante a discussão, ele teria sido atingido com um tapa, momento em que interviu em defesa do filho, sendo atingida pelo vizinho com uma paulada no braço.

Homem foi abordado em sua residência - Após conversarem com a mulher, os policiais foram até a residência do vizinho envolvido na ocorrência. Conforme registrado no boletim, o homem saiu do imóvel e caminhou em direção aos



policiais portando um facão.

Os militares determinaram que ele soltasse a arma branca, ordem que foi obedecida., sendo então realizada a abordagem e suspeito submetido à busca pessoal, sem que outros objetos ilícitos fossem encontrados.

Ainda de acordo com os relatos dos policiais, o homem estava bastante nervoso e foi necessário uso de algemas para preservar a segurança da equi-

pe, do próprio abordado e das demais pessoas presentes. Na sequência, ele foi encaminhado à CPJ de Ourinhos.

A mulher, por sua vez, foi levada por outra equipe policial à UPA, onde recebeu atendimento médico devido à lesão sofrida no braço.

Caso segue em investigação - Já na delegacia, a vítima foi cientificada de todos os fatos e manifestou interesse em representar criminalmente

contra o vizinho.

Após ouvidos todos os envolvidos, a autoridade policial entendeu que os elementos disponíveis indicavam, em tese, a prática de lesão corporal de natureza leve, sendo elaborado um Termo Circunstanciado de Ocorrência (TCO), onde o acusado assumiu o compromisso de comparecer ao Juizado Especial Criminal quando intimado e, por esse motivo, não permaneceu preso e não houve exigência de fiança.

Todo mundo
gosta de ser
bem informado,
até você.



EN DIA
MAIS QUE NOTÍCIA, SUA MELHOR INFORMAÇÃO

ESTOQUE PARALELO

Homem é preso por tráfico após PM encontrar drogas em bar na Vila Brasil, em Ourinhos

Policiais foram ao estabelecimento após denúncias anônimas; drogas, dinheiro e um celular foram apreendidos

Da redação

Um homem foi preso em flagrante por tráfico de drogas na tarde de quinta-feira (17), em um bar localizado na Rua Antônio Segala, na Vila Brasil, em Ourinhos.

Segundo o boletim de ocorrência, policiais militares realizavam patrulhamento pelo bairro e tinham informações, provenientes de denúncias anônimas, de que o proprietário do estabelecimento estaria comercializando entorpecentes no local. A ocorrência foi registrada como tráfico de drogas.

Os policiais foram até o bar e encontraram o suspeito no interior do comércio. Questionado inicialmente sobre a existência de drogas, ele negou possuir ou guardar substâncias ilícitas.

Ainda de acordo com o registro policial, o homem autorizou voluntariamente a realização de buscas no estabelecimento, inclusive na área utilizada para guardar dinheiro. A autorização teria



Imagem ilustrativa gerada por IA

sido registrada em vídeo.

Durante a vistoria, os policiais localizaram em uma gaveta atrás do balcão R\$ 25 em dinheiro e invólucros contendo substâncias suspeitas. Parte do material estava fracionada e embalada individualmente. Também foram encontradas quatro porções de substância semelhante à maconha.

As buscas chegaram ainda a uma edificação desabitada existente nos fundos do estabelecimento. Segundo o BO, foram observados no lixo do

banheiro resquícios de substância semelhante à maconha, que não puderam ser recolhidos.

O homem foi levado ao Plantão Policial de Ourinhos, onde a autoridade policial decretou sua prisão em flagrante por tráfico de drogas, na modalidade “guardar”, prevista no artigo 33 da Lei de Drogas. Não foi arbitrada fiança na delegacia.

O material apreendido foi submetido à perícia. Conforme registrado no boletim, o laudo apontou resultado posi-

tivo para 10,20 gramas de cocaína e 4,32 gramas de maconha. Um aparelho celular e R\$ 25 também foram apreendidos.

A Polícia Civil representou ainda à Justiça pela autorização para destruição das drogas, preservando amostra para eventual contraprova, e pela quebra do sigilo dos dados armazenados no celular apreendido para aprofundamento das investigações.

O preso permaneceu à disposição da Justiça para audiência de custódia.

**Evite
que seu
cliente
fique
‘farejando’,
procurando
você ou
seu produto.
Anuncie aqui.**

EN DIA

Nem toda notícia passa voando. As melhores ficam.

Informação de **qualidade**
que gera **confiança**.



Alcance

Sua mensagem
chega mais longe.



Credibilidade

Conteúdo sério
gera resultados reais.



Performance

Mais visibilidade,
mais impacto,
mais oportunidades.

EN DIA

MAIS QUE NOTÍCIA, SUA MELHOR INFORMAÇÃO

Sua marca merece aparecer
onde as pessoas **realmente**
prestam atenção.

ANUNCIE AGORA



(14) 98109-6000

SEMANA DO CLIENTE

Ourinhos Saneamento realiza mutirão especial de negociação de débitos neste sábado, dia 19

Loja da concessionária estará aberta das 9h às 13h para oferecer condições facilitadas de pagamento e parcelamento aos clientes

Assessoria de Comunicação

Encerrando a programação da Semana do Cliente, a Ourinhos Saneamento promoverá neste sábado, 19 de setembro, um mutirão especial de atendimento voltado à regularização de débitos.

A ação será realizada das 9h às 13h, na loja da concessionária, localizada na Avenida Altino Arantes, 890, no Centro de Ourinhos.

A iniciativa foi pensada especialmente para atender clientes que têm dificuldades em comparecer à unidade durante os dias úteis.

Durante o mutirão, serão oferecidas condições especiais para negociação de débitos, com opções facilitadas de parcelamento.

De acordo com o coordenador comercial da Ourinhos Saneamento, Caio Ferrari, a ação representa uma oportunidade para que os clientes regularizem sua situação junto à concessionária.

“Queremos facilitar o acesso ao atendimento e oferecer alternativas para que os clientes



Colaboradoras da loja participaram de ginástica laboral, com a equipe de fisioterapia do UNIFIO

possam colocar suas contas em dia, mantendo a regularidade do fornecimento de água tratada e evitando transtornos futuros”, destaca Ferrari.

Além do atendimento presencial, a concessionária reforça que os clientes podem obter informações e esclarecer dúvidas por meio dos canais digitais.

O atendimento está disponível pelo telefone 0800 687 4646 e pelo WhatsApp (11) 95020-6424, com funcionamento 24 horas por dia, sete dias por semana.

Para realizar a renegociação, é necessário que a titularidade da ligação esteja atualizada em nome do responsável pelo acordo. No atendimento, basta

apresentar um documento oficial com foto.

SEMANA DO CLIENTE CONTOU COM AÇÕES DE SAÚDE E ATENDIMENTO À COMUNIDADE - Ao longo da semana, a loja da Ourinhos Saneamento recebeu uma série de atividades em comemoração ao Dia do Cliente, celebrado em 15 de setembro.

Em parceria com a Ótica Nacional, foram oferecidos testes gratuitos de acuidade visual. Já a equipe de enfermagem do UNIFIO (Centro Universitário das Faculdades Integradas de Ourinhos) realizou aferições de pressão arterial e testes de glicemia para os clientes.

A equipe de fisioterapia do

UNIFIO também participou da ação, promovendo sessões de ginástica laboral para as colaboradoras da loja e incentivando hábitos voltados à saúde e ao bem-estar.

Todos aqueles que passaram pela unidade durante a semana também foram recepcionados com um café da manhã especial, iniciativa que será repetida neste sábado durante o mutirão de negociação.

Com a programação da Semana do Cliente, a Ourinhos Saneamento reforça seu compromisso com a proximidade, o atendimento de qualidade e a valorização dos seus clientes, oferecendo serviços, orientações e ações voltadas ao bem-estar da população.



Clientes que compareceram a loja durante a semana, assim como os que forem neste sábado, 19, foram recepcionados com um delicioso café da manhã



Equipes do UNIFIO estiveram presentes realizando aferição de glicemia e pressão arterial nos clientes da Ourinhos Saneamento



A Ótica Nacional realizou testes de acuidade visual em clientes que estiveram na loja durante a semana do cliente



0 cliente

EN DIA

O cliente não está fora do nosso produto, mas dentro dele.



Ele é que nos dá a
oportunidade de servi-lo.



SARAMPO: PREVENÇÃO

Saiba como se proteger e quem deve tomar a vacina no estado de São Paulo

Febre alta, manchas vermelhas no corpo e tosse estão entre os principais sintomas; vacinação está disponível gratuitamente nas Unidades Básicas de Saúde de todo o estado

Marcília Estefani

O sarampo é uma doença viral altamente contagiosa e que exige atenção principalmente à prevenção. Transmisso por secreções eliminadas ao tossir, espirrar, falar ou até mesmo respirar, pode provocar febre alta, manchas vermelhas pelo corpo, tosse, coriza, conjuntivite e mal-estar intenso.

A principal forma de prevenção é a vacinação. No estado de São Paulo, o imunizante está disponível gratuitamente nas Unidades Básicas de Saúde (UBSs), seguindo o calendário de vacinação estabelecido para cada faixa etária.

A orientação da Secretaria da Saúde do Governo do Estado de São Paulo é que a população procure a unidade mais próxima para verificar a situação vacinal e, se necessário, atualizar a caderneta. Antes de se dirigir ao posto, é recomendável consultar os horários de atendimento do município e, sempre que possível, levar a caderneta de vacinação e um documento de identificação.

QUEM DEVE TOMAR A VACINA CONTRA O SARAMPO

– Para as crianças, a primeira dose contra o sarampo está prevista aos 12 meses e a segunda aos 15 meses.



Quem tem entre 30 e 59 anos deve possuir pelo menos uma dose registrada

Pessoas entre 15 meses e 29 anos devem ter duas doses registradas, com intervalo mínimo de 30 dias entre elas. Já quem tem entre 30 e 59 anos deve possuir pelo menos uma dose registrada. Para os trabalhadores da saúde, são indicadas duas doses, independentemente da idade.

Para bebês entre seis e 11 meses e 29 dias que vivem nesses três municípios, continua sendo aplicada a chama-

da “dose zero” da tríplice viral. Essa dose, entretanto, não substitui as previstas no calendário infantil: mesmo imunizada antes de completar um ano, a criança deverá receber normalmente as doses dos 12 e dos 15 meses.

► **ATENÇÃO AOS SINTOMAS** – As manchas vermelhas características do sarampo geralmente começam no rosto e depois se espalham pelo corpo. Febre alta, tosse, coriza,

conjuntivite e mal-estar intenso também estão entre os sinais que merecem atenção.

A doença pode ainda provocar complicações, entre elas pneumonia, infecções de ouvido e inflamação no cérebro, com atenção especial para crianças pequenas, gestantes e pessoas com baixa imunidade.

Quem apresentar sintomas compatíveis deve procurar



As manchas vermelhas características do sarampo geralmente começam no rosto e depois se espalham pelo corpo

uma unidade de saúde para avaliação clínica e orientação. A confirmação do diagnóstico depende de avaliação médica e exames laboratoriais.

Enquanto houver suspeita da doença, a recomendação é evitar contato com outras pessoas e informar aos profissionais de saúde sobre viagens recentes, eventual contato com casos suspeitos e a situação vacinal.

► **PARA QUEM NÃO SABE SE JÁ TOMOU A VACINA** – A orientação é simples: quem não possui registro ou não se

lembra de ter recebido a vacina contra o sarampo deve se vacinar. Já pessoas que tiveram diagnóstico da doença devidamente confirmado por avaliação médica ou exame laboratorial não precisam receber uma dose adicional.

Pessoas com 60 anos ou mais não fazem parte do público-alvo da vacinação de rotina ou das campanhas de reforço. Entretanto, idosos que tiveram contato direto com caso suspeito ou confirmado devem passar por avaliação para verificar a indicação da vacina, especialmente quando não hou-

ver registro prévio da doença ou da imunização.

► **ORIENTAÇÕES PARA GESTANTES E PESSOAS IMUNOSSUPRIMIDAS** – Gestantes não devem receber a vacina contra o sarampo, que utiliza vírus vivos atenuados. No pós-parto e durante a amamentação, porém, o imunizante pode ser administrado. Para mulheres que planejam engravidar, a recomendação é atualizar a vacinação com a tríplice viral pelo menos um mês antes da gestação.

Pessoas com imunodepres-

são grave, em quimioterapia ou utilizando medicamentos que reduzem significativamente as defesas do organismo também possuem restrições. Em situações de imunossupressão, a decisão deve considerar a condição clínica, com orientação de um profissional de saúde.

► **INFORMAÇÃO TAMBÉM É PREVENÇÃO** – Além de manter a vacinação em dia, buscar informações em fontes confiáveis é uma medida importante de prevenção, já que calendários e recomendações podem sofrer alterações de acordo com novas evidências e com a situação epidemiológica.

Para esclarecer dúvidas, o Governo do Estado de São Paulo disponibiliza a plataforma Vacina 100 Dúvidas, que reúne informações oficiais sobre imunização, segurança das vacinas, calendários e prevenção de doenças.

Acesse o Vacina 100 Dúvidas: www.vacina100duvidas.sp.gov.br



A principal forma de prevenção é a vacinação

Anunciamos nossas empresas somente aqui. O que você está esperando?

