



ACOLHIMENTO E DESPEDIDA

Buffet em velórios ganha espaço como gesto de acolhimento às famílias

Pág. 07

ALERTA

Quando uma tontura pode indicar algo de errado?

Pág. 10

PRATICIDADE

5 legumes para congelar e adiantar o cardápio com menos perda de textura

Pág. 14



Sumaré recebe carreta do Ministério da Saúde para acelerar exames pelo SUS

Página 03

BELEZA



Unhas: cores elegantes que vão transformar suas unhas nesta temporada

Página 11

DECOR

Adeus ao banheiro sem graça: 5 ideias para tirar o ambiente do básico

Página 12



GASTRONOMIA

Vamos de Bolinho? receitas práticas e deliciosas para atualizar os petiscos

Página 15



POLITICANDO

O filho é meu! Espalha tudo
Quando o excesso de candidatos faz com que os votos de uma determinada região fiquem espalhados, isso abre espaço para que a região perca sua representação. A realidade é que quando o fulaninho de não sei lá o que sai candidato sem chances de vencer, mesmo assim ele receberá alguns votos, que irão ajudar a eleger um ciclano lá de São Paulo. Pela eleição proporcional, quem não se elege contribui com seus próprios votos para a coligação da qual faz parte, e isso acaba ajudando apenas os mais votados. Mesmo o sumareense tendo votado naquele conhecido querido, se ele não receber votos o suficiente para se eleger, vai acabar ajudando a eleger um desconhecido. Esse desconhecido não vai querer saber quantos votos vieram de Sumaré, ele vai é trabalhar por sua cidade e região.

Disputa acirrada
Quem vê as propagandas eleitorais pode ter a percepção de que a disputa para o deputado está bem acirrada, mas é só visitar as cidades vizinhas para perceber quem realmente está lutando por uma vaga na Alesp e quem está fazendo do pleito um trampolim político para 2028. Ninguém irá vencer sendo votado apenas na sua cidade, a campanha precisa ser regional. Então se a esposa do fulano só tem material em uma cidade e nas outras não, significa que seu foco não é vencer, mas sim se promover para 2028. Esses casos ficam cada vez mais claros, porque tem candidatos que estão aparecendo em todos os lugares. Esses sim querem vencer. **pág 2**

SUMARÉ
Linha 652 acumula atrasos, superlotação e ônibus quebrado em Sumaré
Os problemas no transporte metropolitano voltaram a atingir passageiros de Sumaré. Desta vez, as reclamações se concentram na linha 652, que liga o município à Unicamp, em Campinas, e que há semanas é alvo de queixas por atrasos, falta de veículos e superlotação. A situação voltou a ganhar repercussão após reportagem da EPTV mostrar as dificuldades enfrentadas pelos usuários. Nesta semana, a quebra de um dos ônibus agravou um problema que, segundo os passageiros, já fazia parte da rotina da linha.... **pág 3**

MONTE MOR
Polícia encontra corpos em área de mata e investiga possível cemitério clandestino em Monte Mor
Uma denúncia de sequestro em Campinas levou a Polícia Militar até uma área de mata na divisa com Monte Mor, onde dois homens foram encontrados mortos, um deles enterrado e em avançado estado de decomposição. A descoberta de covas rasas no local levantou a suspeita de que a região possa ter sido utilizada como cemitério clandestino ligado a criminosos. **pág 5**

NOVA ODESSA
Prefeitura de Nova Odessa prepara visita às escolas para abordar prevenção ao Super 'El Niño'
Ação será feita pela Secretaria de Meio Ambiente, Defesa Civil e Bombeiros Voluntários. A Prefeitura de Nova Odessa está preparando uma visita às escolas do município para abordar a prevenção ao Super 'El Niño'. A ação será feita por servidores da Secretaria de Meio Ambiente e da Defesa Civil, com o apoio dos Bombeiros Voluntários, que se reuniram nesta quarta-feira para traçar as estratégias do calendário. As instituições de ensino receberão os representantes a partir desta semana. **pág 5**

HORTOLÂNDIA
Há vagas disponíveis em dois cursos profissionalizantes gratuitos de Hortolândia
Formações presenciais do Fundo Social serão ministradas em parceria com o Senai
Ainda há vagas disponíveis para dois cursos presenciais gratuitos disponibilizados pelo FunSol (Fundo Social de Solidariedade) de Hortolândia: o de Analista de Recursos Humanos e o de Técnicas de Instalação de Sistemas para Microgeração Fotovoltaica On-Grid. **pág 5**

PAULÍNIA
CEMEP e ETEP abrem inscrições para o Vestibulinho 2027
A Prefeitura de Paulínia, por meio da Secretaria de Educação, abriu as inscrições para o Processo Seletivo 2027 (Vestibulinho), que oferece 209 vagas gratuitas para cursos técnicos de nível médio nas unidades CEMEP e ETEP. As inscrições acontecem de 14 de setembro a 2 de outubro, de forma presencial. Pelo CEMEP, os candidatos poderão concorrer às 83 vagas para o curso Técnico em Informática, junto com o Ensino Médio em período integral... **pág 6**

MARKETING

POLÍTICO

GRUPO SPASSO CIDADES

19 97407-9091

NUNCA É CEDO DEMAIS PARA COMEÇAR A INVESTIR EM MARKETING POLÍTICO

- Redes sociais

- Planejamento

- Identidade visual

- Assessoria de imprensa

ESTÁ VENDENDO ESTE ANÚNCIO?

19 9.7407-9091

O SEU CLIENTE TAMBÉM ESTÁ ANUNCIE AQUI E SEJA VISTO

PARA REFLETIR

"Tinha poucas peças de roupas. A minha avó ficava me esperando chegar a noite da escola, lavava a roupa e já colocava as meias para secar atrás da geladeira. Com um sorriso me acenava todo o seu amor, e dizia: "Fio, pode ir dormir. Amanhã é outro dia de vitória". Quem não lembra de onde veio, nunca vai saber para onde vai."

Jesus acolheu a prostituta e expulsou os religiosos do templo!

CONEXÃO COM O LEITOR

Instituições precisam ser maiores que seus integrantes



Elaine Amaral

Os últimos dias trouxeram acontecimentos graves em diferentes esferas do poder público brasileiro. Em Sumaré, o presidente da Câmara Municipal, Hélio Silva, foi preso temporariamente em uma operação que investiga um esquema relacionado ao tráfico de drogas. Em Brasília, o Supremo Tribunal Federal atravessa uma de suas crises internas mais delicadas, enquanto decisões envolvendo a própria cúpula da Polícia Federal transformaram uma investigação sensível em um conflito institucional. São casos completamente diferentes em dimensão, origem e circunstâncias. Existe, porém, algo que os aproxima: todos colocam à prova a capacidade das instituições de funcionar quando as suspeitas alcançam pessoas que ocupam posições de poder dentro delas. Hélio Silva não é apenas um cidadão investigado. É presidente da Câmara Municipal de Sumaré. A investigação da Operação Archimagus aponta suspeitas extremamente graves e chegou inclusive ao gabinete do vereador. Há ainda a apuração sobre sacolas

que aparentavam conter dinheiro e que, segundo a investigação, teriam sido colocadas em um veículo oficial do Legislativo. Nada disso transforma suspeita em condenação. Prisão temporária não é sentença. Da mesma maneira, ocupar a presidência da Câmara não pode representar qualquer espécie de proteção contra uma investigação. A Câmara Municipal de Sumaré não será protegida se tentar diminuir a gravidade das suspeitas, assim como não será protegida se seus integrantes decidirem antecipar uma condenação que cabe à Justiça. Será protegida se colaborar com as investigações, preservar documentos e informações, esclarecer o eventual uso de sua estrutura e permitir que os fatos sejam apurados até o fim. As revelações envolvendo o Banco Master e Daniel Vorcaro colocaram integrantes do Supremo Tribunal Federal sob intenso escrutínio. Informações encontradas pela Polícia Federal levantaram questionamentos sobre a relação entre Vorcaro e o ministro Alexandre de Moraes. Ao mesmo tempo, procedimentos adotados pelo ministro André Mendonça na condução das investigações também passaram a ser questionados, já que seu nome também apareceu nas investigações. André Mendonça determinou o afastamento do diretor-geral da PF, Andrei Rodrigues, e do diretor de Inteligência, Leandro Almada. Flávio Dino posteriormente adotou decisão em sentido contrário. Diante da sobreposição de determinações, o presidente do STF, Edson

Fachin, suspendeu as decisões e levou a questão para apreciação do plenário. É exatamente esse tipo de situação que exige serenidade. Quando uma investigação envolve autoridades poderosas, surgem imediatamente as torcidas. Uns querem condenação antes mesmo do encerramento das investigações. Outros querem desacreditar a investigação porque ela alcançou alguém com quem possuem afinidade política ou institucional. Se existem elementos que levantam dúvidas sobre a atuação de Alexandre de Moraes, eles precisam ser investigados. Se existem questionamentos sobre a atuação de André Mendonça, também precisam ser apurados. Se integrantes da Polícia Federal cometeram irregularidades, isso deve ser demonstrado. Se não cometeram, precisam ter sua atuação institucional preservada. Não deveria importar quem indicou determinado ministro ao Supremo, qual presidente nomeou determinado diretor da Polícia Federal ou a qual grupo político pertence determinada autoridade investigada. A Polícia Federal precisa possuir condições para investigar sem escolher previamente quem pode ou não ser alcançado. O Ministério Público precisa exercer suas atribuições. O Judiciário precisa garantir a legalidade dos procedimentos e, quando chegar o momento adequado, julgar com base nas provas produzidas. Defender uma investigação não significa defender a condenação de alguém. Esse talvez seja um

dos conceitos que mais precisamos recuperar no debate público brasileiro. Investigar é procurar respostas. Quando substituímos esse caminho pela condenação pública antecipada, enfraquecemos o Estado de Direito. Quando fazemos o contrário e tentamos impedir uma investigação porque ela alcançou alguém poderoso, enfraquecemos o Estado de Direito da mesma maneira. A Polícia Federal não pode ser instrumento de disputa entre grupos políticos ou entre integrantes do Judiciário. Também não pode estar acima de qualquer controle. Independência investigativa e fiscalização institucional não são conceitos incompatíveis. Pelo contrário, precisam existir simultaneamente. O mesmo vale para o Supremo Tribunal Federal. Defender o STF não significa defender individualmente cada ministro que ocupa uma de suas cadeiras. Questionar a conduta de um ministro também não significa atacar o Supremo. Uma instituição sólida precisa ser capaz de investigar dúvidas relacionadas aos seus próprios integrantes sem que isso seja interpretado automaticamente como uma tentativa de destruí-la. Hélio Silva tem direito à defesa e à presunção de inocência. Alexandre de Moraes tem direito ao devido processo. André Mendonça também. Integrantes da Polícia Federal igualmente. Nenhum deles, entretanto, deve estar acima da investigação quando existirem fundamentos legais para que ela aconteça.

Politicand! POLITICA LOCAL SEM CENSURA

A Casa Caiu
O presidente da Câmara Municipal de Sumaré, o vereador Hélio Silva, vulgo “Mister M”, foi preso pela polícia federal. Os pormenores é possível acompanhar pelas matérias que abundam na imprensa livre. O que mais assusta é que o mais alto cargo do legislativo municipal possa estar suscetível a situações como essa. Até que o juiz lavre sua decisão final, todos são inocentes até que se prove ao contrário, mas certos achados nessa busca e apreensão ficam difíceis de justificar. A questão é que isso mostra como a política sumareense é frágil e a qualquer momento, até mesmo o mais nobre dos edis, pode acabar atrás das grades. É uma cena triste de se ver, mesmo que provada a inocência, quais caminhos um tem de trilhar para acabar numa situação dessa? O desejo geral é de que tudo seja esclarecido, mas a realidade é que acabamos nos acostumando com situações como essa...

Não é novidade
A cena que todos viram, do vereador Hélio Silva saindo algemado pela polícia não é novidade na nossa região. Não faz muito tempo, o vice-prefeito de Hortolândia saiu assim, e sua imagem estampada em todos os jornais da região e do estado. É triste que dois nomes de tamanha importância em nossa região, Hélio Silva e Cafu César, tenham passado por isso. Independente da culpa de cada um, independente da decisão judicial final, é triste para nossa política que cenas como essa resumam nossa região. Uma grande diferença há, entretanto. As imagens de Cafu o mostram com o rosto descoberto, cabeça erguida. Já Hélio Silva saiu de cabeça baixa e rosto tapado. Seria porque apenas um deles teve a oportunidade de escolher se cobria ou não a cabeça? Ou foi uma escolha de Cafu sair de cabeça erguida? A questão é que ambas imagens estarão para sempre na história de nossa região.

Momento sombrio
Não é apenas nossa região que passa por um momento sombrio, mas também o STF. A briga entre Alexandre de Moraes e Mendonça toma novas proporções, com outros ministros tendo de intervir. Enquanto Mendonça tenta promover suas mudanças na diretoria da Polícia Federal, logo quando ela se aproxima dos grandes envolvidos no caso do Banco Master, Alexandre de Moraes tenta tirar de si o holofote. A realidade é que se Alexandre ou Mendonça são inocentes, a melhor maneira de se provar é garantindo a independência e isonomia da Polícia Federal. Vale lembrar que durante o governo de Jair Bolsonaro, a liderança da Polícia Federal foi trocada quatro vezes. Já Lula fez a troca apenas uma vez, quando o então Diretor Geral da PF assumiu a direção da ABIN em 2007. Quem é que tem medo da Polícia Federal?

Escalada na Violência
Enquanto Hortolândia gosta de fazer propaganda das obras entregues, a cidade tenta esconder uma escalada nos casos de violência, em especial na violência contra a mulher. Incapaz de resolver o problema, a cidade assiste paralisada os números subirem. Estupro, estupro de incapaz, violência doméstica e até feminicídio são cada vez mais comuns na cidade. Obviamente que o cenário do machismo generalizado, movimento red pill e fins ajudam o número a crescer, mas é inegável que em Hortolândia a situação acontece de forma mais acentuada. Por que será que a cidade sofre tanto para reverter a situação?

Disputa acirrada
Quem vê as propagandas eleitorais pode ter a percepção de que a disputa para deputado está bem acirrada, mas é só visitar as cidades vizinhas para perceber quem realmente está lutando por uma vaga na Alesp e quem está fazendo do pleito um trampolim político para 2028. Ninguém irá vencer sendo votado apenas na sua cidade, a campanha precisa ser regional. Então se a esposa do fulano só tem material em uma cidade e nas outras não, significa que seu foco não é vencer, mas sim se promover para 2028. Esses casos ficam cada vez mais claros, porque tem candidatos que estão aparecendo em todos os lugares. Esses sim querem vencer. Mas para ganhar, não basta querer. Muitos sabem que suas chances são irrisórias, e por isso se aproveitam do fundo eleitoral e do espaço para se promoverem com o intuito de chegarem em 2028 mais fortes e conhecidos. Acontece que atitudes assim podem gerar um grande problema: pulverizar os votos da região.

Espalha tudo
Quando o excesso de candidatos faz com que os votos de uma determinada região fiquem espalhados, isso abre espaço para que a região perca sua representação. A realidade é que quando o fulaninho de não sei lá o que sai candidato sem chances de vencer, mesmo assim ele receberá alguns votos, que irão ajudar a eleger um ciclano lá de São Paulo. Pela eleição proporcional, quem não se elege contribui com seus próprios votos para a coligação da qual faz parte, e isso acaba ajudando apenas os mais votados. Mesmo o sumareense tendo votado naquele conhecido querido, se ele não receber votos o suficiente para se eleger, vai acabar ajudando a eleger um desconhecido. Esse desconhecido não vai querer saber quantos votos vieram de Sumaré, ele vai é trabalhar por sua cidade e região. Por isso é importante não apenas votar nos candidatos de sua região, mas escolher bem quem vai receber esses votos, em especial aqueles que têm maiores chances de serem eleitos. Somente assim a representação pode ser garantida.

SPASSO REFLEXÃO

Precisamos fazer para frutificar

Não seja como as pessoas que são levadas pelos próprios prazeres da vida, e não sabem dizer não. Não seja como as pes-

soas que são levadas pelos próprios desejos e não tem disciplina. Não seja como as pessoas que só querem con-

forto, dopamina, mas não pagam o preço para ter resultados, sucesso. Mas ficam invejando o sucesso dos outros na internet.

Temos que começar a fazer alguma coisa para ter os furtos na mão, quem não plantar não vai colher.

PALAVRAS DE VIDA - Não se esqueça de quem fez você vencer

Como seria a sua família hoje se Deus não estivesse lá? Como é que estaria seu emprego se Deus não estivesse lá? Como é que estaria sua cabeça hoje madura se

Deus não estivesse com você? Existe um perigo maior do que perder uma batalha, é esquecer quem me fez vencer as batalhas anteriores. É esquecer quem me trouxe até aqui, e essa

é uma das maiores estratégias do diabo para a sua vida, preste atenção. O satanás não quer apagar Deus da sua mente, ele só quer apagar a memória do que Deus fez. Porque quem esquece o

que Deus fez ontem, começa a duvidar do que Ele pode fazer amanhã. Quem esquece a graça que me trouxe até aqui hoje, vai duvidar da graça que vai me sustentar amanhã

SAÚDE

Carreta do Ministério da Saúde realiza até 60 exames por dia em Sumaré

Pacientes de Sumaré e de outros 18 municípios da região que aguardam por exames especializados no SUS estão sendo atendidos por uma unidade móvel do Ministério da Saúde instalada na cidade. A carreta oferece tomografias e ultrassonografias e tem capacidade para realizar até 60 procedimentos por dia.

A estrutura faz parte do programa Agora Tem Especialistas, criado pelo Governo Federal para ampliar o acesso a consultas, exames e outros procedimentos especializados pelo Sistema Único de Saúde. A proposta é utilizar unidades móveis para aumentar temporariamente a capacidade de atendimento em regiões onde existem pacientes aguardando pelos serviços.

Em Sumaré, a carreta funciona de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h, equipada com

aparelhos, insumos e equipe multiprofissional. Além dos moradores da cidade, a estrutura atende pacientes encaminhados por Americana, Artur Nogueira, Campinas, Holambra, Cosmópolis, Indaiatuba, Monte Mor, Itatiba, Jaguariúna, Morungaba, Paulínia, Hortolândia, Pedreira, Nova Odessa, Santa Bárbara d'Oeste, Santo Antônio de Posse, Valinhos e Vinhedo.

O atendimento não ocorre por demanda espontânea. Isso significa que o paciente não deve procurar diretamente a carreta na expectativa de realizar um exame no mesmo dia. Os procedimentos são destinados exclusivamente a pessoas previamente agendadas e encaminhadas pelas secretarias municipais de Saúde.

Quem já necessita de tomografia ou ultrassonografia e aguarda atendimento pelo SUS deve procurar uma



A presença da unidade móvel com capacidade de até 60 procedimentos diários em Sumaré pode ajudar a absorver parte da demanda reprimida da cidade

Unidade Básica de Saúde para verificar sua situação e a possibilidade de encaminhamento. O agendamento e a definição dos pacientes atendidos permanecem sob responsabilidade da rede pública de saúde.

A presença da unidade em

Sumaré ganha importância diante de um dos principais gargalos do SUS: o intervalo entre a solicitação de um exame especializado e sua realização. Tomografias e ultrassonografias são utilizadas tanto para diagnóstico quanto para acompanhamento de diferentes

doenças e, em muitos casos, são necessárias antes da definição do tratamento.

Segundo o Ministério da Saúde, 35 municípios paulistas já receberam carretas do programa, com serviços nas áreas de exames de imagem, oftalmologia e saúde da mulher. No Estado de

São Paulo, as unidades móveis atenderam 22,2 mil pessoas e realizaram mais de 47,6 mil procedimentos.

A capacidade de até 60 procedimentos diários em Sumaré pode ajudar a absorver parte da demanda reprimida da cidade e dos municípios vizinhos. O impacto efetivo sobre as filas, entretanto, dependerá do período de permanência da unidade, do número de dias de atendimento e da quantidade de pacientes encaminhados por cada município.

Para a população, a principal orientação é não se dirigir diretamente à carreta sem agendamento. O acesso ocorre pela própria rede do SUS, e pacientes que aguardam pelos exames devem buscar informações na UBS de referência sobre o encaminhamento para a unidade móvel.

SECOM

EDUCAÇÃO

Alunos de Sumaré conquistam cinco premiações em etapa estadual do MPT na Escola

Estudantes das redes municipal e estadual de Sumaré conquistaram cinco premiações na etapa estadual do Prêmio MPT na Escola 2026, iniciativa promovida pelo Ministério Público do Trabalho para estimular a discussão de direitos de crianças e adolescentes dentro do ambiente escolar.

Os alunos da cidade foram premiados nas categorias Desenho, Música, Conto e Poesia. Ao todo, seis trabalhos haviam sido selecionados na etapa municipal para representar Sumaré na disputa estadual.

Na rede municipal, Cleiton Benicio de Souza Junior, da EMEF Antonio Palioto, conquistou o segundo lugar na categoria Desenho, no Grupo 2, destinado a estudantes dos 6º e 7º anos. Na mesma escola, Gusta-

vo Santos Cardoso, Sophia Lima de Almeida Santos e Lucas Doimo de Oliveira ficaram com o segundo lugar na categoria Música.

A rede estadual também garantiu três colocações. Isadora Pinheiro Martins Dias, Laura Bugatti Orosco, Laura Gonçalves Teixeira, Manuella Sancho e Sophia Alves Silva, estudantes da EE Professor Rubens Oscar Guelli, conquistaram o terceiro lugar na categoria Música.

Na EE Jardim Aline, Raphaela Xavier dos Santos de Sousa alcançou a primeira colocação estadual na categoria Conto. Miguel Antonio Rocha Silva completou a relação de premiados de Sumaré ao conquistar o terceiro lugar em Poesia.

O resultado coloca estudantes de diferentes

unidades e das duas redes públicas de ensino entre os destaques estaduais da edição de 2026. Além das colocações conquistadas, a participação permite trabalhar dentro das escolas temas relacionados à proteção da infância e da adolescência por meio da produção artística e cultural.

O projeto MPT na Escola utiliza atividades pedagógicas para aproximar os estudantes de discussões sobre direitos de crianças e adolescentes, incluindo o combate ao trabalho infantil e a proteção do adolescente trabalhador. Música, desenho, poesia e produção textual funcionam como instrumentos para que os próprios alunos interpretem e expressem esses temas.

Para o secretário municipal de Educação, Lucas



O resultado coloca estudantes de diferentes unidades e das duas redes públicas de ensino entre os destaques estaduais da edição de 2026

Gomes, o desempenho demonstra a importância de proporcionar aos estudantes espaços para discutir seus direitos utilizando diferentes linguagens e, ao mesmo tem-

po, valorizar a criatividade. Com cinco colocações na etapa estadual, Sumaré encerra sua participação entre os municípios premiados e transforma trabalhos desen-

volvidos dentro das escolas públicas em reconhecimento para alunos das redes municipal e estadual.

SECOM

TRANSPORTE

Linha 652 acumula atrasos, superlotação e ônibus quebrado em Sumaré

Os problemas no transporte metropolitano voltaram a atingir passageiros de Sumaré. Desta vez, as reclamações se concentram na linha 652, que liga o município à Unicamp, em Campinas, e que há semanas é alvo de queixas por atrasos, falta de veículos e superlotação.

A situação voltou a ganhar repercussão após reportagem da EPTV mostrar as dificuldades enfrentadas pelos usuários. Nesta semana, a quebra de um dos ônibus agravou um problema que, segundo os passageiros, já fazia parte da rotina da linha.

Imagens feitas pelos próprios usuários mostram o veículo parado por problemas mecânicos a poucos metros de um ponto onde deveria embarcar passageiros para prosseguir viagem. Segundo os relatos, o ônibus já estava atrasado antes da quebra, aumentando ainda mais o tempo de espera.

A falha mecânica, entretanto, aparece como apenas mais um episódio dentro de uma sequência de reclama-

ções. Passageiros afirmam que os horários previstos não são cumpridos e que, quando o ônibus finalmente chega, frequentemente já está superlotado. Há usuários que relatam que sequer conseguem embarcar e precisam aguardar o próximo veículo.

A situação é especialmente problemática por se tratar de uma ligação com a Unicamp, utilizada por estudantes, trabalhadores e pessoas que dependem do transporte coletivo para cumprir compromissos em Campinas. Um atraso no início do trajeto pode representar perda de aulas, horários de trabalho, consultas e outros compromissos.

A tarifa da linha custa R\$7,25. O pagamento, entretanto, não tem sido acompanhado da regularidade esperada pelos passageiros. As reclamações indicam que o usuário paga pelo serviço sem ter garantia de pontualidade, espaço para embarcar ou mesmo de que o ônibus previsto passará no horário

estabelecido.

O problema da linha 652 também não pode ser tratado como um episódio isolado provocado simplesmente pela quebra de um veículo. Passageiros afirmam que atrasos e superlotação já vinham ocorrendo havia semanas. A pane desta semana apenas intensificou uma situação considerada crônica pelos usuários.

O Consórcio Bus+, responsável pela operação, não se pronunciou sobre as reclamações apresentadas na reportagem. A ausência de explicações volta a chamar atenção diante da recorrência dos problemas registrados no transporte metropolitano que atende Sumaré.

Já a Artesp (Agência de Transporte do Estado de São Paulo) informou ter conhecimento das reclamações relacionadas à linha 652. Segundo a agência, as fiscalizações sobre a operação foram intensificadas e um processo administrativo foi instaurado contra o Consórcio Bus+ por descumprimento contratual.



Passageiros afirmam que atrasos e superlotação já vinham ocorrendo havia semanas e que o problema da linha 652 também não pode ser tratado como um episódio isolado provocado simplesmente pela quebra de um veículo

A abertura do procedimento demonstra que as reclamações chegaram ao órgão responsável pela fiscalização, mas também aumenta a cobrança por resultados concretos. Para quem depende diariamente da linha, a questão não é apenas saber se a empresa está sendo fiscalizada, mas quando o serviço voltará a funcionar de maneira regular.

O caso da linha 652 se soma

a outros episódios recentes envolvendo o transporte metropolitano de Sumaré, marcado por reclamações sobre atrasos, intervalos, lotação e quantidade de veículos. A própria Câmara Municipal já havia aprovado uma moção de repúdio à Artesp diante dos problemas enfrentados pelos passageiros.

Com um processo administrativo instaurado e a fiscalização intensificada, a

responsabilidade agora está também sobre o Estado para fazer com que as obrigações contratuais sejam efetivamente cumpridas. Enquanto isso não acontece, quem absorve as consequências diariamente é o passageiro, que paga R\$7,25 e continua sem saber se o ônibus chegará no horário ou se haverá espaço para embarcar.

Da redação

CIDADES

CONTAS PÚBLICAS

Câmara adia decisão sobre contas de Leitinho rejeitadas pelo TCE em Nova Odessa

A Câmara de Nova Odessa adiou a decisão sobre as contas de 2022 da Prefeitura após pedido de vista apresentado pelo vereador André Faganello (Podemos). O julgamento coloca os vereadores diante de uma decisão relevante: acompanhar o parecer desfavorável do Tribunal de Contas do Estado de São Paulo (TCE-SP) ou reunir votos suficientes para contrariar o órgão técnico e aprovar as contas da administração do prefeito Cláudio José Schooder, o Leitinho (PSD).

O parecer contrário às contas não decorre de um único apontamento. O TCE-SP identificou déficit orçamentário de R\$23,154 milhões, equivalente a 7,89% das receitas, além de queda de 56% no resultado financeiro. Também foram apontadas alterações orçamentárias que chegaram a R\$164,248 milhões, problemas contábeis, atrasos no pagamento de encargos e inconsistências relacionadas ao Fundeb.

As áreas de Educação e Saúde também aparecem entre as ressalvas. A fiscalização registrou falta de vagas na rede pública, problemas relacionados ao pagamento do piso do magistério e filas por atendimento na Saúde, além de irregularidades na gestão de pessoal.

Outro indicador destacado na análise das contas é o comprometimento das receitas municipais. Nova Odessa arrecadou aproximadamente R\$342 milhões no período e contabilizou

cerca de R\$335 milhões em despesas correntes, comprometendo 98,07% da receita. O percentual superou o patamar de 95% previsto constitucionalmente como sinal de alerta para adoção de mecanismos de ajuste fiscal.

O parecer desfavorável foi emitido pelo TCE-SP em 2024. A Prefeitura tentou modificar a decisão por meio de pedido de reexame, mas o Tribunal Pleno manteve o entendimento em janeiro deste ano. Em abril, embargos de declaração apresentados pelo prefeito também foram rejeitados, mantendo a decisão.

Apesar desse histórico, a Comissão de Finanças e Orçamento da Câmara apresentou proposta pela aprovação das contas. O posicionamento foi assinado pelos vereadores Paulo Porto (PSD) e Márcia Rebeschini (União Brasil).

A comissão argumenta que os problemas identificados não possuem gravidade ou materialidade suficientes para justificar a rejeição de todo o exercício financeiro. Entre os argumentos apresentados está o fato de o déficit de R\$23,1 milhões ter sido absorvido pelo superávit financeiro de aproximadamente R\$35,3 milhões acumulado no ano anterior.

A comissão também destaca que a Prefeitura aplicou em Saúde e Educação valores superiores aos mínimos constitucionais e sustenta que algumas das irregularidades foram corrigidas posteriormente ou



Com o pedido de vista, os vereadores ganharam mais tempo para analisar um julgamento que exigirá posicionamento individual

poderiam ser classificadas como falhas formais.

No caso do Fundeb, por exemplo, o valor residual questionado seria de aproximadamente R\$166,5 mil, equivalente a 0,45%, montante considerado pela comissão de pequeno impacto diante do total aplicado na Educação.

Márcia Rebeschini ressaltou durante a discussão que cabe à Câmara o julgamento das contas do prefeito e que o parecer emitido pelo Tribunal de Contas possui caráter prévio. A Constituição estabelece justamente essa divisão: o TCE realiza a análise técnica e emite parecer, enquanto a decisão política sobre as contas do chefe do Executivo municipal cabe

ao Legislativo.

Isso não significa, entretanto, que o parecer possa ser afastado por maioria simples. Para contrariar o entendimento do Tribunal e aprovar as contas de 2022, será necessário o voto de dois terços dos vereadores.

Faganello apresentou voto separado pela rejeição das contas e pediu vista do projeto durante a sessão desta terça-feira (8), impedindo que a decisão fosse tomada naquele momento. Para o parlamentar, as irregularidades precisam ser consideradas em conjunto e não individualmente.

O vereador também chamou atenção para o fato de as justificativas da administração já terem passado

pelo próprio TCE-SP sem conseguir modificar a decisão. “Eu não quero fazer parte da primeira Câmara que irá reverter o parecer do Tribunal de Contas do Estado. Isso é muito grave”, declarou.

O debate, portanto, vai além da existência de investimentos mínimos em Saúde ou Educação. O ponto central será determinar se o conjunto das irregularidades apontadas pelo órgão responsável pela fiscalização das contas públicas é suficientemente grave para justificar a rejeição ou se os argumentos apresentados pela Comissão de Finanças são capazes de sustentar uma decisão contrária.

Há ainda outra consequência importante. Diante

dos apontamentos encontrados durante a fiscalização, o TCE-SP determinou o encaminhamento do caso ao Ministério Público.

Com o pedido de vista, os vereadores ganharam mais tempo para analisar um julgamento que exigirá posicionamento individual. Na próxima votação, não estarão apenas decidindo se aprovam ou rejeitam números de quatro anos atrás. Terão de decidir se acompanham uma análise técnica desfavorável que resistiu às tentativas de revisão no próprio Tribunal ou se consideram que existem fundamentos suficientes para afastá-la e aprovar as contas de 2022.

Da redação

SEGURANÇA PÚBLICA

Polícia encontra corpos em área de mata e investiga possível cemitério clandestino em Monte Mor

Uma denúncia de sequestro em Campinas levou a Polícia Militar até uma área de mata na divisa com Monte Mor, onde dois homens foram encontrados mortos, um deles enterrado e em avançado estado de decomposição. A descoberta de covas rasas no local levantou a suspeita de que a região possa ter sido utilizada como cemitério clandestino ligado a criminosos.

A ocorrência começou por volta da 1h da madrugada de sábado (5), quando equipes do Baep (Batalhão de Ações Especiais de Polícia) receberam informações de que quatro homens armados haviam colocado uma pessoa no porta-malas de um carro vermelho no bairro Vila Vitória, em Campinas.

Os policiais iniciaram buscas e localizaram um veículo com as características informadas em uma área de mata próxima à Estrada Rio Acima, já na região de Monte Mor. Segundo o Baep, quando as

equipes se aproximaram, uma luz que vinha do local foi apagada, chamando a atenção dos agentes.

Ainda conforme a versão policial, os ocupantes receberam as equipes a tiros e houve revide. Dois disparos atingiram a viatura. Um deles acertou a região abdominal de um tenente, mas foi contido pelo colete à prova de balas e não provocou ferimentos graves.

Após a chegada de reforço, os policiais realizaram buscas pela área e encontraram um homem baleado. Com ele, segundo a PM, havia um fuzil e um revólver. O resgate foi acionado, mas o suspeito não resistiu aos ferimentos. De acordo com as informações policiais, ele possuía antecedentes por extorsão, associação criminosa e tráfico de drogas.

A poucos metros estava outro homem já sem vida, com mãos e pés amarrados. A principal hipótese investigada é de que seja a vítima do seque-



Polícia investiga possível cemitério clandestino em Monte Mor. Segundo a PM, havia um fuzil e um revólver

tro que havia dado início à operação. Documentos da possível vítima foram encontrados dentro do veículo procurado pelos policiais, mas a identificação do corpo ainda dependia de confirmação.

Foi durante a continuidade das buscas que a ocorrência ganhou uma dimensão ainda mais grave. Os agentes localizaram outra cova e, dentro dela, um corpo em avançado estado de decomposição. Uma pistola e outro revól-

ver também foram encontrados na área.

A presença de covas rasas fez a Polícia Militar levantar a possibilidade de que o terreno estivesse sendo utilizado para ocultação de cadáveres. O Baep trabalha, inclusive, com a hipótese de que o local possa estar relacionado ao chamado “tribunal do crime”, expressão utilizada para execuções determinadas por organizações criminosas.

Essa hipótese, entretan-

to, ainda está sob investigação. A existência de um cemitério clandestino e sua eventual relação com alguma facção criminosa não estavam confirmadas até a divulgação das primeiras informações sobre o caso.

A área deverá passar por novas buscas para verificar se existem outros corpos enterrados. O trabalho pericial também será fundamental para determinar há quanto tempo o cadáver em decomposição estava

no local, estabelecer sua identidade e esclarecer as circunstâncias da morte.

O Instituto Médico Legal trabalha ainda na identificação dos corpos encontrados. A investigação deverá buscar estabelecer se existe relação entre a vítima sequestrada em Campinas, o homem morto durante o confronto e o cadáver localizado na cova.

Os demais suspeitos que estariam envolvidos no sequestro conseguiram fugir e, até a divulgação das informações iniciais, ninguém havia sido preso.

O que começou como uma ocorrência de sequestro em Campinas, portanto, revelou em Monte Mor uma área que pode ter sido utilizada para execuções e ocultação de cadáveres. A confirmação dessa suspeita dependerá agora das perícias, da identificação das vítimas e das buscas por outras possíveis covas no terreno.

Da redação

CIDADES

VIOLÊNCIA

Professor é agredido em desfile em Sumaré por possível motivação política

Um professor da rede municipal de Sumaré, Arthur Miranda, registrou um boletim de ocorrência após ser agredido com um soco no rosto durante o desfile de 7 de Setembro. O suspeito é o bombeiro militar Ricardo Freire, casado com Thabata Silvério, diretora assistente de uma escola cívico-militar onde Arthur já lecionou.

Arthur buscou atendimento médico em uma UPA — onde relatou extravio momentâneo de sua ficha — e suspeita de motivação política, por ser militante de esquerda e contrário ao modelo cívico-militar.

Em vídeo nas redes sociais, Ricardo acusou o professor de perseguir

sua esposa e justificou ter reagido a uma provocação verbal “como homem”. Ele mencionou a filiação partidária de Arthur, mas não detalhou as supostas perseguições anteriores nem confirmou explicitamente o soco. Ricardo também desvinculou a atitude da esposa, da escola e da Prefeitura.

O caso gerou manifestações de solidariedade de parlamentares e lideranças religiosas locais. A Prefeitura de Sumaré informou que aguardará o avanço das investigações policiais, que deverão apurar a autoria, o contexto e se houve motivação política no episódio.

Da redação



O bombeiro Ricardo Freire



FOTOS: DIVULGAÇÃO

OPORTUNIDADE

Hortolândia abre vagas para dois cursos profissionalizantes gratuitos

Ainda há vagas disponíveis para dois cursos presenciais gratuitos disponibilizados pelo FunSol (Fundo Social de Solidariedade) de Hortolândia: o de Analista de Recursos Humanos e o de Técnicas de Instalação de Sistemas para Microgeração Fotovoltaica On-Grid. As formações profissionalizantes serão realizadas, a partir do próximo dia 14 deste mês, por meio de parceria com o Senai (Serviço Nacional de Aprendizagem Industrial).

Datas, horários, locais, perfis do(a) aluno(a), objetivos e links para inscrições podem ser conferidos abaixo:

Curso de Analista de Recursos Humanos (160h) - em parceria com o Senai
Perfil do aluno: ter 16 anos ou mais e Ensino Fundamental

completo
Inscrição pelo link: <https://forms.gle/su5M8zph1kow-grht9>
Total de vagas: 25
Início: 14/09
Término: 08/12
Dias de aula: de segunda a quinta-feira
Horário: das 13h às 16h30
Local: CRAS Maria Humilde Antunes “Zuma” – Jardim Brasil
Rua Estados Unidos, 217, Jd. Santa Clara do Lago II

Objetivo: objetivo desenvolver conhecimentos e competências essenciais para a atuação na área de Recursos Humanos, preparando profissionais para lidar com processos, pessoas e desafios do ambiente organizacional. Destinado a profissionais que desejam ingressar ou se aper-

feiçoar na área de Recursos Humanos, o curso contribui para o fortalecimento do perfil profissional, ampliando conhecimentos e oportunidades no mercado de trabalho.

Curso de Técnicas de Instalação de Sistemas para Microgeração Fotovoltaica On-Grid (160h) - em parceria com o Senai
Perfil do aluno: ter 18 anos ou mais e Ensino Fundamental completo
Inscrição pelo link: <https://forms.gle/QpudEv7i8TCgAMih7>
Total de vagas: 25
Início: 14/09
Término: 08/12
Dias de aula: de terças e quintas-feiras
Horário: das 14h às 17h
Local: A Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias



Os ursos presenciais gratuitos disponibilizados pelo FunSol (Fundo Social de Solidariedade) de Hortolândia: são de Analista de Recursos Humanos e o de Técnicas de Instalação de Sistemas para Microgeração Fotovoltaica On-Grid



DIVULGAÇÃO

R. Euclides Pires de Assis, 102 – Remanso Campineiro
Objetivo: O Curso de Qualificação Profissional - Instalador de Sistemas Fotovoltaicos - tem por objetivo o desenvolvimento de competências

relacionadas à instalação e manutenção de sistemas de energia solar fotovoltaica conectados e não conectados à rede, utilizando instrumentos, ferramentas, procedimentos e métodos que permitam o

planejamento, execução e avaliação das instalações e suas proteções de acordo com normas técnicas, de segurança, qualidade e ambientais.

Prefeitura de Hortolândia

PREVENÇÃO

Prefeitura de Nova Odessa prepara visita às escolas para abordar prevenção ao Super ‘El Niño’

A Prefeitura de Nova Odessa está preparando uma visita às escolas do município para abordar a prevenção ao Super ‘El Niño’. A ação será feita por servidores da Secretaria de Meio Ambiente e da Defesa Civil, com o apoio dos Bombeiros Voluntários, que se reuniram nesta quarta-feira para traçar as estratégias do calendário. As instituições de ensino receberão os representantes a partir desta semana.

Os órgãos trabalharão em conjunto com base no protocolo de ações a partir das informações sobre o evento climático, previsto para acontecer de outubro de 2026 a janeiro de 2027.

“Nossa meta é visitar as escolas das redes municipal, estadual e particular de nossa cidade para abordar os efeitos do Super ‘El Nino’ e preparar o corpo docente para casos de calor intenso e chuvas fortes, previstos para os próximos meses. Iniciaremos pelas escolas, mas outros pontos pú-

blicos estão sendo estudados para receber a mesma orientação”, explicou o secretário municipal de Meio Ambiente, Rafael Brocchi.

Desde o início de junho, Nova Odessa vem discutindo estratégias para enfrentar os impactos previstos do ‘El Niño’. Em reunião técnica entre as secretarias, o município debateu ações voltadas à prevenção de enchentes, queimadas e outros efeitos que poderão ser provocados pela intensificação do fenômeno.

“A Prefeitura já havia realizado uma reunião intersecretorial para discutir medidas voltadas ao enfrentamento dos eventos climáticos extremos que estão sendo previstos por especialistas, caso se confirme a persistência das condições de ‘El Niño’. Na ocasião, foram discutidas estratégias a serem adotadas pelo município diante de situações como chuvas intensas, estiagens prolongadas, ondas de calor e queimadas.

Com a proximidade de outubro e diante das condições climáticas que temos vivido, já daremos início ao protocolo pelas escolas, orientando professores, coordenadores e diretores”, finalizou Brocchi.

O ‘El Niño’ caracteriza-se pelo aquecimento anômalo das águas superficiais do Oceano Pacífico Equatorial, o que influencia as condições climáticas em diferentes partes do planeta. Especialistas indicam mais de 95% de chance de ocorrência e persistência do fenômeno ao longo dos próximos meses.

PROTOCOLO

Os órgãos criaram um protocolo, manual de situação de risco, de ações a partir de informações sobre o efeito climático ‘El Niño’:

* Em caso de temporal ou vendaval, encaminhar os alunos para o local mais seguro da escola, definido pela direção da escola (exemplo: longe de árvores ou de estruturas de



DIVULGAÇÃO

grande porte que tenham risco de queda).

* Havendo queda de árvore, energia, destelhamento ou qualquer outra ocorrência que ofereça risco, acione imediatamente a Defesa Civil ou os demais órgãos.

* Em caso de queda de cabo ou curto-circuito, evite contato

com equipamentos elétricos.

* Nos dias quentes, procure deixar o ambiente mais arejado, bem como evite atividades físicas entre 10h e 16h, e estimule a hidratação constante dos alunos.

Em caso de emergência, a escola deve acionar um dos seguintes telefones:

Defesa Civil: 3476.4219 ou Whatsapp 9.9416.2124

Meio Ambiente: 3476.5728
Guarda Municipal: 3466.1900

Corpo de Bombeiros: 193
Bombeiros Voluntários: 2216.0193

Prefeitura de Nova Odessa

CIDADES

CULTURA E PATRIOTISMO



FOTOS: DIVULGAÇÃO

O desfile de 7 de Setembro de 2026 de Paulínia reuniu cerca de 12 mil pessoas no Parque Brasil 500. Mesmo com as temperaturas baixas, o público paulinense prestigiou o ato cívico, que este ano teve como tema “Um Povo, Uma História, Um Propósito – Valores que atravessam gerações”

Desfile de 7 de Setembro reúne 12 mil pessoas em ato cívico

A programação começou com a emocionante apresentação da Fanfarra da Escola Estadual Prof. Padre José Narciso. Após sua passagem,

as escolas municipais da cidade desfilaram, cada uma expondo seu tema em destaque. Depois, tivemos a presença dos alunos da Divisão de Dança, que também deixaram

sua marca com apresentações que arrancaram aplausos do público. Além deles, estudantes de diversas modalidades esportivas e culturais, atletas da Bolsa Esportiva e alunos

das escolas técnicas também marcaram presença.

Encerrando o desfile, as viaturas de diversas forças policiais representaram suas respectivas entidades

em uma passagem que uniu tecnologia, com o drone da Guarda Civil Municipal, ao registro histórico das viaturas antigas da Polícia Civil.

O desfile é organizado

pela Secretaria de Cultura, Turismo e Eventos, com o apoio de todas as pastas da administração pública.

Prefeitura de Paulínia

EDUCAÇÃO PROFISSIONAL

CEMEP e ETEP abrem inscrições para o Vestibulinho 2027

A Prefeitura de Paulínia, por meio da Secretaria de Educação, abriu as inscrições para o Processo Seletivo 2027 (Vestibulinho), que oferece 209 vagas gratuitas para cursos técnicos de nível médio nas unidades CEMEP e ETEP. As inscrições acontecem de 14 de setembro a 2 de outubro, de forma presencial.

Pelo CEMEP, os candidatos poderão concorrer às 83 vagas para o curso Técnico em Informática, junto com o Ensino Médio em período integral. Já pelo ETEP, há duas op-

ções de cursos, o Técnico em Química, junto com o Ensino Médio, período integral, com 63 vagas e o Técnico em Química (ETEP) que pode ser feito subsequente ao Ensino Médio, no período noturno, também com 63 vagas.

Os cursos que unem o Ensino Técnico ao Ensino Médio são destinados aos estudantes que estejam cursando o 9º ano do Ensino Fundamental em 2026. Enquanto o curso técnico subsequente é voltado para quem está cursando a 3ª série do Ensino Médio ou

já concluiu essa etapa de ensino.

As inscrições são gratuitas e devem ser realizadas presencialmente em uma das unidades:

CEMEP - Centro Municipal de Ensino Profissionalizante Osmar Passarelli Silveira Av. Brasil, 330 – Vila Bressani De segunda a sexta-feira, das 8h às 17h (19) 3874-9457 / 3833-2643 **ETEP** - Escola Técnica de Paulínia Rua Constante Pavan, 1.001 – Betel De segunda a sexta-feira,



DIVULGAÇÃO

A oportunidade é voltada a estudantes que buscam qualificação profissional aliada à formação escolar

das 8h às 20h (19) 3884-7708 - Secretaria (19) 3884-7742 - Gestão Escolar No ato da inscrição, o candidato deverá apresentar

documento de identidade (RG, CNH ou passaporte), CPF, comprovante de residência e comprovante de escolaridade, declaração de escolaridade pública,

autodeclaração étnico-racial, fotografia 3x4 colorida, laudo médico e demais documentos exigidos para preenchimento das vagas reservadas às pessoas com deficiência.

A prova será aplicada no domingo, 18 de outubro, às 8h30, com duração de 3h30.

Os locais de aplicação serão divulgados posteriormente pelos canais oficiais da Prefeitura e o Edital completo do Vestibulinho você pode acessar aqui.

Prefeitura de Paulínia

TRANSPORTE

Motoristas paralisam ônibus em Paulínia após atraso de salários e cobram melhores condições de trabalho

O transporte público de Paulínia amanheceu parcialmente paralisado nesta quarta-feira (9) após motoristas interromperem as atividades para cobrar o pagamento de salários atrasados e melhores condições de trabalho. A mobilização atingiu 18 linhas municipais, deixou pontos lotados e prejudicou passageiros que dependiam dos ônibus para chegar ao trabalho e às escolas.

A paralisação começou durante a madrugada e terminou por volta das 8h, depois que os salários foram creditados aos trabalhadores. De acordo com os motoristas, os pagamentos estavam atrasados desde a semana passada.

Além da questão salarial, os funcionários afirmam que existem problemas relacionados às condições de trabalho e aguardam uma reunião com a MoV Paulínia, concessionária responsável pela operação do transporte municipal. Trabalhadores

também relataram que teriam recebido ameaças de demissão caso participassem da paralisação.

A MoV afirmou que o atraso dos salários ocorreu devido a uma falha no processamento do sistema bancário. Segundo a concessionária, os funcionários haviam sido comunicados sobre o problema no dia anterior e os valores foram creditados por volta das 7h desta quarta-feira. A empresa afirmou ainda que, por esse motivo, não esperava que os trabalhadores interrompessem as atividades.

Com o pagamento realizado, os motoristas retornaram ao trabalho e a frota voltou às ruas. A normalização, entretanto, não elimina as demais reivindicações apresentadas pelos funcionários, que afirmam esperar uma manifestação da empresa sobre as condições enfrentadas no trabalho.

Durante as primeiras horas da manhã, o impacto da

paralisação recaiu diretamente sobre a população. Passageiros encontraram pontos cheios e tiveram dificuldades para realizar os deslocamentos justamente em um dos períodos de maior demanda do transporte coletivo.

A Prefeitura de Paulínia informou que acompanhou a situação, mas classificou a paralisação como irregular. A administração também destacou que mantém em dia os pagamentos feitos às empresas responsáveis pelos serviços de transporte urbano e escolar.

A manifestação da Prefeitura procura afastar a possibilidade de que o atraso salarial tenha sido provocado por falta de repasses do município. A responsabilidade pelo atraso, conforme a explicação apresentada pela concessionária, estaria relacionada ao processamento bancário dos pagamentos aos funcionários.

O episódio, porém, evi-



DIVULGAÇÃO

A paralisação durou poucas horas, mas foi suficiente para atingir 18 linhas e comprometer o início do dia de centenas de passageiros

dência uma situação em que o problema entre trabalhadores e concessionária rapidamente se transforma em problema público. Embora a operação seja realizada por uma empresa contratada, é a população que depende diariamente do serviço municipal e sofre imediatamente quando a estrutura deixa de funcionar.

Da mesma forma, as reivindicações dos motoristas não se encerram com a regularização dos salários. As re-

clamações sobre condições de trabalho e as alegações de ameaças de demissão ainda precisam ser esclarecidas pela concessionária.

Paulínia possui elevada capacidade financeira e mantém o transporte coletivo por meio de contratação pública. Cabe ao município, portanto, não apenas manter seus próprios pagamentos em dia, mas fiscalizar se a empresa responsável pelo serviço cumpre adequadamente suas obrigações e ofe-

rece condições para que a operação seja mantida com regularidade.

A paralisação durou poucas horas, mas foi suficiente para atingir 18 linhas e comprometer o início do dia de centenas de passageiros. O salário acabou pago e os ônibus voltaram às ruas. As demais questões levantadas pelos trabalhadores, entretanto, continuam à espera de respostas.

Da redação

VARIEDADES

ACOLHIMENTO E DESPEDIDA

Buffet em velórios ganha espaço como gesto de acolhimento às famílias

Em um momento marcado pela dor e por inúmeras decisões, oferecer alimentação aos familiares e amigos que permanecem durante horas em um velório pode representar cuidado, acolhimento e respeito. Com essa proposta, o serviço de buffet para velórios começa a ganhar espaço no Brasil, acompanhando um movimento de humanização e personalização das cerimônias de despedida. A alimentação nesses encontros tradicionalmente era organizada de maneira improvisada pelos próprios familiares. Agora, o serviço profissional permite que a família se concentre na despedida e no apoio mútuo, sem precisar se preocupar com compras, montagem, utensílios, organização da mesa e reposição dos alimentos. “Buffet em velório não tem caráter de festa. Trata-se de oferecer con-

forto em um momento delicado. Muitas pessoas permanecem horas no local, chegam de outras cidades ou passam o dia sem conseguir fazer uma refeição. Um café, uma água ou um alimento leve representam uma forma silenciosa de cuidado”, explica Danielle Jacob, da FGS. A tendência faz parte de uma transformação mais ampla do setor funerário. Além do coffee break, diferentes regiões do país já registram cerimônias com música, transmissão pela internet, vídeos, flores e homenagens que procuram representar a história e a personalidade de quem partiu.

Cardápio leve e apresentação discreta

O buffet para velórios deve respeitar as características do ambiente. A recomendação é priorizar uma apresentação sóbria, atendimento cuidadoso e

alimentos práticos, que possam ser consumidos durante diferentes momentos da cerimônia. Entre as opções que podem compor o cardápio estão café, chá, água, sucos, bolos, frutas, pães, pequenos sanduíches e salgados. A seleção pode ser adaptada conforme o horário, a duração do velório, a estimativa de pessoas e eventuais restrições alimentares. “Cada atendimento precisa ser conduzido com sensibilidade. A montagem deve ser discreta, o cardápio precisa funcionar bem durante todo o período e a equipe deve compreender que está entrando em um ambiente de recolhimento e emoção”, ressalta Danielle. Além de cuidar dos alimentos, o serviço profissional pode contemplar organização da mesa, louças e utensílios, bebidas, reposição e retirada da estrutura. A quantidade é planejada de acordo com o público estimado,



A iniciativa acompanha a transformação do setor funerário, que também incorpora novas formas de homenagens e personalização das cerimônias

evitando tanto a falta quanto o desperdício.

Alimentação também favorece o encontro e a memória

O momento do café pode criar um espaço de proximidade entre familiares e amigos. É quando surgem conversas, lembranças e histórias vividas ao lado da pessoa homenageada. Por

isso, a alimentação pode cumprir uma função que vai além da necessidade física. Em algumas cerimônias, o cardápio também pode receber elementos afetivos, como um bolo, um doce ou uma receita que faça parte da memória familiar. A personalização, porém, deve ser planejada com equilíbrio e sempre respeitar o desejo, a cultura e as crenças da família.

lia. “Há despedidas em que as pessoas sentem necessidade de recordar momentos felizes e compartilhar histórias. A mesa pode ajudar a criar esse espaço de convivência, sem retirar a solenidade da ocasião”, afirma Danielle. Para a FGS, o principal objetivo do serviço é assumir uma preocupação prática em um momento no qual a família já enfrenta uma grande carga emocional. “Nosso trabalho é estar presente com organização, respeito e delicadeza. Às vezes, cuidar significa simplesmente garantir que ninguém precise se preocupar com o café, a água ou a alimentação naquele momento”, conclui.

Serviço: FGS
contato@fgs.com.br
Anita Shopping
Av Anita Garibaldi, 2840 loja 39.

Toda Comunicação

NOVAS REGRAS FISCAIS

Impactos da Reforma Tributária nas operações de consumo

As transformações que a Reforma Tributária está provocando no cenário econômico brasileiro e as mudanças na forma como as empresas deverão operar seus negócios, estão no foco do workshop gratuito Impactos da Reforma Tributária nas Operações de Consumo – do chão de fábrica até a emissão da nota, que será realizado em 23 de setembro (quarta) – das 8 às 13 horas, pela Regional Campinas do Centro das Indústrias do Estado de São Paulo (Ciesp), no teatro do Sesi Campinas Amoreiras.

O workshop reúne especialistas, que irão apresentar o funcionamento e a arquitetura da Plataforma da Reforma Brasileira de Consumo, solução integrada para cálculo, arrecadação e toda a governança de controle tributário, num único ambiente tecnológico, que tem como objetivo processar o Imposto sobre Bens e Serviços (IBS) e o Contribuição sobre Bens e Serviços (CBS), para os governos federal, estaduais e municipais.

Essa plataforma desenvolvida pelo Serpro (Serviço Federal de Processamento de Dados), em parceria com a Receita Federal, será o principal ponto de

contato entre os contribuintes e o Fisco para o novo tributo federal: a CBS, que unifica PIS, Cofins e IPI. Além do CBS, a reforma institui o Imposto sobre Bens e Serviços (IBS), que unifica ICMS e ISS. A gestão do IBS ficará a cargo de um comitê gestor com estrutura tecnológica própria.

O diretor do departamento Jurídico do Ciesp e da Fiesp, Helcio Honda, participa do segundo painel e comenta sobre os gargalos operacionais da indústria, as regras de validação, o impacto na velocidade de faturamento, treinamento das equipes fiscais e de TI e o suporte técnico fornecido ao ecossistema regional.

A abertura do evento será feita pelo diretor do Ciesp-Campinas, José Henrique Toledo Corrêa. O primeiro painel será mediado pelo primeiro vice-diretor do Ciesp-Campinas, Valmir Caldana, e o segundo painel pelo diretor do departamento de Gente e Gestão da entidade, Fabiano Grespi.

O primeiro painel aborda a regulamentação, a visão dos entes fazendários e o planejamento de gestão das empresas, as

diretrizes normativas, impacto local e nacional e como o ERP – sistema de software que integra todos os processos e dados de uma empresa em uma única plataforma central, precisa se reorganizar desde a estratégia até a execução.

O modelo do IVA Dual (CBS), diretrizes federais e a transição tributária serão abordados pelo auditor fiscal da Receita Federal, André Osmir Fiorelli.

O Secretário Municipal de Finanças de Campinas, Aurílio Caiado, fala sobre a migração do ISS para o IBS, os impactos na arrecadação do município e a segurança jurídica no ambiente de negócios da Região Metropolitana de Campinas.

A estratégia de sistemas e a preparação empresarial serão apresentadas pelo gerente executivo de Desenvolvimento de Softwares e Aplicativos da TOTVS, Mauro Sérgio Testoni. Como o software de gestão conecta o planejamento estratégico às novas regras tributárias, impactos na precificação, governança do fluxo de caixa com o Split Payment e o cronograma de atualização das empresas.

O segundo painel tem como

tema a infraestrutura tecnológica e a interoperacionalidade dos sistemas. Foca a engenharia por trás do processo fiscal – arquitetura de TI como suporte para o IVA Dual e Split Payment em tempo real. Como o Fisco (Serpro) vem ultrapassando a barreira para a criação.

Robson Dias Lima, gerente nacional do Projeto Estratégico da Reforma Tributária do Serpro, comenta sobre a Infraestrutura do Fisco e do Split Payment. A arquitetura de sistemas do Governo – plataforma ROC, validação em massa e recepção do IBS/ CBS. Como a infraestrutura pública processará as notas fiscais e a operacionalização bancária/ financeira do Split Payment.

Tax Tech e Compliance serão apresentados por Silas Pereira, engenheiro de soluções e Meire Rustiguer, gerente tributária, ambos da Avalara Brasil. Abordam como agentes

inteligentes, automação do compliance e conciliação de créditos em tempo real, podem garantir rastreabilidade, conciliação e controle na nova rotina fiscal.

O professor e auditor fiscal da Receita Estadual da Secretaria



A partir da esquerda, de cima para baixo – Robson, Helcio, André, Aurílio, Jefferson, Meire, Silas e Mauro

ria da Fazenda do Estado de São Paulo, Jefferson Valentin, comenta sobre a transição ao novo regime tributário, as conquistas obtidas e desafios esperados. A Integração de dados, processos e sistemas para a virada de chave na visão Fazendária.

Fechando o workshop, o diretor Jurídico do Ciesp e da Fiesp, Helcio Honda, mostra a prática industrial e os desafios

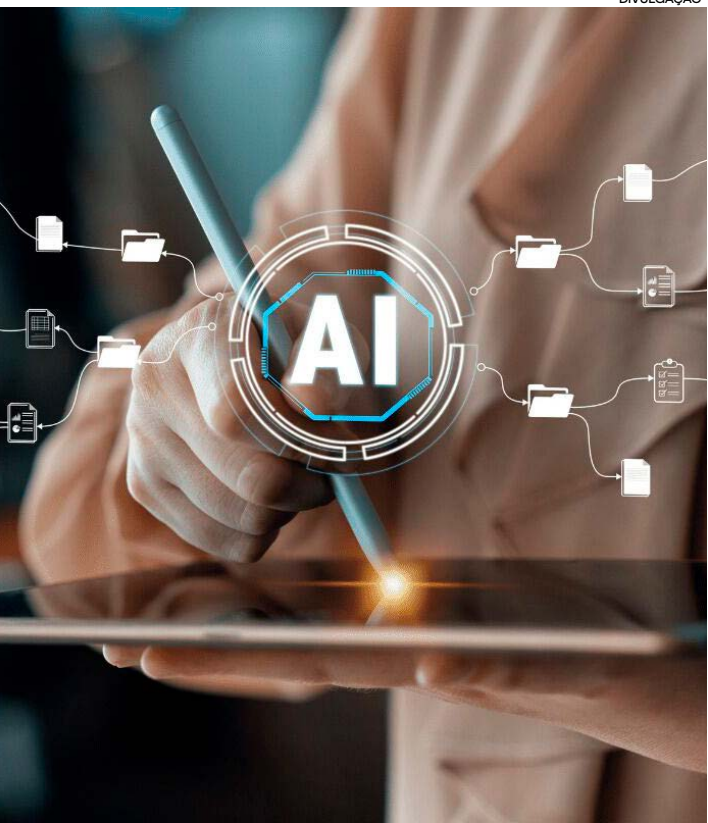
da Tecnologia de Informação do setor produtivo e os principais gargalos operacionais da indústria, diante da Reforma Tributária,

O teatro Sesi Campinas Amoreiras está localizado na Rua Francisco de Assis Iglesias, s/nº - Parque Itália. Credenciamento e café de boas-vindas no local.

Roncon & Graça Comunicações

TECNOLOGIA E MERCADO DE TRABALHO

IA cresce nas empresas, mas falta de treino limita a produtividade



A inteligência artificial generativa entrou no ambiente corporativo em velocidade acelerada, mas muitas empresas ainda não descobriram como transformar a tecnologia em resultados concretos. O problema, segundo especialistas em gestão, já não está apenas no acesso às ferramentas, mas na capacidade das organizações de preparar seus profissionais para utilizá-las de forma estratégica.

Em um cenário no qual ferramentas como o ChatGPT estão cada vez mais presentes na rotina profissional, capacitar pessoas passa a ser tão importante quanto investir na própria tecnologia. Dados divulgados pelo Cetic.br em junho de 2026 mostram que o uso de inteligência artificial nas empresas brasileiras com 10 ou mais pessoas ocupadas passou de 13%, em

2024, para 17%, em 2025. Entre as grandes empresas, com 250 ou mais funcionários, a adoção avançou de 38% para 50%. O levantamento ouviu mais de 4 mil empresas em todo o país.

Na avaliação de Bruno Castro, consultor em Processos e IA aplicada à Gestão, responsável pela B.Castro Consultoria, o risco está em acreditar que a simples disponibilização da ferramenta será suficiente para gerar produtividade. “A empresa pode ter a melhor ferramenta disponível e continuar trabalhando da mesma maneira. O resultado não está na ferramenta, mas na forma como as pessoas passam a trabalhar depois que aprendem a utilizá-la”, afirma.

Embora a adoção da inteligência artificial generativa cresça nas empresas brasileiras — com uso de 50% nas

de grande porte (Cetic.br) —, muitas organizações não obtêm resultados concretos por faltar capacitação profissional. Dados da IDC apontam a escassez de talentos como um dos maiores entraves, levando 71% das empresas a treinarem equipes de negócios e 86% as de tecnologia.

Além do domínio técnico, pesquisas como o Work Trend Index 2026 mostram que cultura corporativa e apoio da liderança têm peso duas vezes maior nos resultados com IA do que hábitos individuais. Na visão de Bruno Castro, consultor na B.Castro Consultoria, o foco deve ser conectar a IA aos processos para eliminar etapas burocráticas e expandir a capacidade estratégica das pessoas, em vez de apenas terceirizar o pensamento.

Para uma adoção eficiente, o especialista reforça a necessidade de regras claras de segurança da informação e a instrução sobre a checagem crítica dos dados gerados. Com a democratização das ferramentas, o verdadeiro diferencial competitivo não está no acesso à tecnologia, mas na preparação das pessoas para tomar decisões melhores por meio dela. Serviço: B.Castro Consultoria

Bruno Castro
Consultor em Processos, Tecnologia e Mentalidade
(41) 99952 8310
@bcastro.consultoria
comercial@bcastroconsultoria.com
https://www.bcastroconsultoria.com

Toda Comunicação

REGIÃO

GASTRONOMIA E EXPERIÊNCIA

E se você pudesse jogar o dado antes de pagar o almoço? Benedito Restaurante lança ação inusitada em setembro

Já imaginou terminar o almoço jogando um dado e descobrir que não precisa pagar a conta? É essa a proposta do Benedito Restaurante, de Campinas, para celebrar o Dia do Cliente, em 15 de setembro. Durante todo o mês de setembro, os clientes que participarem da ação na hora do almoço poderão testar a sorte na hora de pagar a conta: quem tirar seis no dado ganha o consumo por conta da casa.

A brincadeira acontece no almoço executivo, de quarta a sexta-feira, ao longo de todo o mês de setembro. E não importa o que o cliente consumiu: comida, bebida e demais itens

da conta entram na ação. Matheus Mason, sócio do Benedito Restaurante, diz que a iniciativa foi criada especialmente para marcar o período de celebração do cliente e tem como principal ingrediente a surpresa. “Depois de aproveitar o almoço, o cliente ainda pode ter uma última experiência antes de ir embora: lançar o dado e descobrir se a conta será paga ou não”, explica.

“Essa ação é uma forma leve e divertida de comemorar o Dia do cliente ao longo de todo o mês. Queremos transformar um momento cotidiano, que é a hora de pagar a conta, em uma experiência inesperada”, afirma o empresário. “Pode ser que

a pessoa almoce com a gente e ainda saia sem pagar”, destaca.

Como funciona
É simples: o cliente participa normalmente do almoço executivo do Benedito Restaurante, de quarta a sexta-feira, durante o mês de setembro. Na hora de pagar a conta, faz o lançamento do dado.

O cliente vencedor deve registrar o momento e compartilhar nos Stories, marcando o perfil do Benedito.

Serviço
Ação: Mês do Cliente — Benedito Restaurante
Período: Durante todo o mês de setembro



A iniciativa transforma o tradicional momento de pagar em uma experiência divertida e inesperada para os clientes

Dias: Quartas, quintas e sextas-feiras
Horário: Almoço executivo
Mecânica: Na hora do pagamento, o cliente lança o dado. Se tirar seis, não paga o consumo.

O que está incluso: Todo o consumo do cliente, incluindo comida, bebida e demais itens da conta.

Redes sociais: Clientes que ganharem devem filmar o lançamento, publicar nos Stories e marcar o Benedito.

Comunicação Estratégica Campinas

FORMAÇÃO

Curso online sobre credenciamento de imprensa oferece aula individual e certificado

Profissionais, estudantes e influenciadores que desejam entender melhor o processo de credenciamento de imprensa para eventos podem participar de um curso online promovido pela Estrategic Assessoria e Comunicação, por meio do projeto Estrategic The Power Music, comandado pelo jornalista Diego Vivan, responsável por assessorar mais de 50 eventos e credenciar pelo menos cinco mil profissionais para a cobertura de festas em diferentes estados.

A formação é voltada ao tema “Credenciamento de Imprensa” e será realizada em formato online, individual, permitindo um atendimento direcionado durante a aula. Ao final do curso o participante receberá um certificado de conclusão. O investimento para participar é de R\$149,90. A proposta do curso, que irá iniciar a partir do mês de novembro, é apresentar orientações relacionadas a esse processo dentro de uma formação específica sobre o assunto.

O credenciamento de imprensa faz parte da rotina de

profissionais que trabalham com comunicação, cobertura de eventos, entretenimento e produção de conteúdo, especialmente em situações em que é necessário solicitar acesso para realização de entrevistas, registros fotográficos ou produção de matérias.

“Todos os anos podem repetir os mesmos eventos, que repetem os mesmos problemas. Quem pode solicitar o credenciamento? O influenciador também pode solicitar? Profissionais com dificuldades em preencher um simples formulário de solicitação de credenciamento, com dificuldades em entender sobre atendimento de camarim - e muitos despreparados quando tem a oportunidade – sobre os acessos aos eventos, regras de cada festa e muitas outras situações que ao longo de 15 anos tenho vivenciado. Foi então que resolvi reunir tudo isso em um curso”, comenta Diego Vivan.

As inscrições e informações sobre o curso podem ser solicitadas diretamente com Diego Vivan pelo WhatsApp (19) 9 9218 8645.

DIEGO VIVAN
Diego Vivan é jornalista, formado pela Faculdade Hoyer, escritor, autor do livro “Sobrevivendo à Lei Pelé: Um olhar sobre a trajetória do Guarani Futebol Clube”. É proprietário da Estrategic Assessoria e Comunicação e atua como assessor de imprensa e comunicação há 15 anos. Trabalhou na assessoria de imprensa e divulgação de grandes eventos como a Festa do Peão de Hortolândia, Serra Negra Rodeo Festival, Artur Nogueira Rodeo Festival, Sumaré Arena Music, Festa do Peão de Boiadeiro de Cajamar, EAPIC (Exposição Agropecuária, Industrial e Comercial de São João da Boa Vista), FAICI, Festa do Peão de Boiadeiro de Itaquaquecetuba, Festa do Peão de Boiadeiro de Piracicaba, Festa do Peão de Boiadeiro de Bragança Paulista, Festa do Peão de Boiadeiro de Itapeceira da Serra, Vidotti Eventos, Oceania Eventos, além de diversos outros shows e eventos.

Já trabalhou com artistas como Trio Bravara, Villa Baggage, Frank Aguiar, Maurício & Mauri, Otávio

& Raphael, Mariana & Mateus e Guilherme & Benuto. Atualmente assessora as duplas Dany & Diego e AnieRafa, as cantoras Rafaela Carrer, Sofia Brasil e Elis Justí, além dos cantores Vini Drumond e Felipe Nogueira, da RedFox e do escritório Viola Brasil Produções Artísticas. Foi revisor e redator da Revista Sertanejo Vip, além do blog Bola & Viola, do Globo Esporte. É proprietário do Almanaque Sertanejo (www.almanaguesertanejo.com.br), considerado um dos principais blogs do gênero, e escreve semanalmente uma coluna que leva o mesmo nome do seu blog no jornal Tribuna Liberal, da cidade de Sumaré/SP, do Comunicação Jornal, da cidade de Monte Mor, e da Folha de Americana, da cidade de Americana/SP. Também é editor e CEO da Revista Digital Almanaque Sertanejo, uma das maiores publicações do gênero no país.

ESTRATEGIC ASSESSORIA E COMUNICAÇÃO

CURSO ONLINE ESTRATEGIC
• THE POWER MUSIC •
DIEGO VIVAN



Credenciamento de Imprensa
Aula Online e Individual
Certificado de Conclusão
INVESTIMENTO R\$ 149,90

Estrategic
Assessoria e comunicação
Inscrições | WhatsApp
(19) 9 9218 8645

ECONOMIA E NEGÓCIOS NA REGIÃO - Por Marcelo Oliveira



Sinal de alerta: RMC tem rombo de US\$ 12,75 bi na balança comercial
O déficit da Balança Comercial da Região Metropolitana de Campinas (RMC) acumulado nos últimos 12 meses atingiu a marca de US\$12,75 bilhões, superior ao saldo negativo de todo o estado de São Paulo, que fechou o período em US\$10,77 bilhões. Os dados são do Informativo da Balança Comercial, referente a julho, do Observatório PUC-Campinas. O resultado indica que a RMC é, isoladamente, responsável por um rombo maior que o do estado inteiro, cabendo às demais regiões paulistas gerar saldos positivos que compensem parcialmente as perdas da região de Campinas.

Exportações disparam em

julho, mas ficam abaixo das importações
No recorte mensal de julho, as exportações da RMC totalizaram US\$551,42 milhões, um avanço de 14,89% em comparação com julho de 2025. O ritmo das vendas externas foi quatro vezes superior ao das importações, que cresceram 3,37% e somaram US\$1,86 bilhão no mesmo período. Apesar desse dinamismo, o saldo do mês permaneceu negativo em US\$1,31 bilhões, uma queda de 0,83% frente ao ano anterior, o que reforça o caráter estrutural e persistente do déficit da região.

Vendas do Estado para os EUA recuam
As exportações do Estado de São Paulo para os Estados Unidos recuaram 9,7% no acumulado de janeiro a julho de 2026, na comparação com o mesmo período de 2025, segundo levantamento da Câmara Americana de Comércio (Amcham). A retração atingiu tanto produtos sujeitos às sobretaxas aplicadas pelos Estados Unidos quanto itens isentos das medidas. A maioria das indústrias exportadoras do Estado estão localizadas no interior e muitas

delas na Região de Campinas. No acumulado do ano, as vendas de produtos paulistas sobretaxados entre 25% e 37,5% caíram de forma mais significativa (-31,5%). Ao mesmo tempo, itens não submetidos às tarifas adicionais também registraram redução (-11,6%) nas exportações, entre eles aviões, suco de laranja e preparações alimentícias de bovinos.

Depois de dois anos no vermelho, RMC registra alta nas contratações em julho
Após dois anos com as demissões superando as demissões no mês de julho, em 2026 o mercado de trabalho na Região Metropolitana de Campinas (RMC) voltou a registrar saldo positivo. Segundo o “Boletim do Emprego na RMC”, elaborado pelo Observatório PUC-Campinas. Em julho, o mercado contratou mais do que demitiu, com um saldo de 1.249 novos empregos na região.

Mulheres e jovens puxam as novas vagas criadas
Segundo o Boletim, mulheres e jovens em início de carreira foram os principais responsáveis pelas novas contratações.

O destaque do boletim é a profunda disparidade de gênero e idade nas contratações. O resultado positivo de junho foi integralmente sustentado pelas mulheres, que registraram saldo de +1.408 vagas, compensando a perda de postos masculinos (-159). No acumulado de 12 meses, essa diferença é ainda mais drástica: enquanto as mulheres conquistaram 12.462 novas vagas, os homens perderam 4.442.

Mas homens seguem ganhando mais
Apesar de impulsionarem o mercado, a desigualdade salarial persiste: a remuneração média de admissão feminina foi de R\$2.335,47 frente aos R\$2.619,55 pagos aos homens. A retração do emprego masculino está diretamente ligada ao encolhimento de setores que tradicionalmente empregam mais homens, como a Construção Civil e a Indústria de Transformação. Em relação à idade, o mercado de trabalho na RMC fechou as portas para os mais velhos em junho. Todas as faixas etárias acima dos 24 anos fecharam o mês no vermelho. A faixa etária de 25 a 39 anos foi a mais atingida (-142

vagas). O saldo positivo da RMC depende inteiramente da entrada de jovens de até 17 anos e de 18 a 24 anos no mercado formal.

Geração de emprego em bares e restaurantes cai em julho
O setor de alimentação fora do lar - bares, restaurantes, lanchonetes, café, dentre outros - da Região Metropolitana de Campinas (RMC) criou 66 empregos formais em julho, segundo o Cadastro Geral de Empregados e Desempregados (Caged). O resultado representa uma forte desaceleração em relação a junho, quando o segmento criou 430 postos de trabalho. Apesar da redução no ritmo de geração de vagas, o setor mantém uma sequência positiva no mercado de trabalho regional. Julho foi o sexto mês consecutivo em que o número de admissões superou o de demissões na RMC. No mês, foram registradas 3.429 admissões e 3.363 desligamentos.

Hortolândia lidera geração de vagas em julho
Entre as cidades da RMC, Hortolândia apresentou o maior saldo positivo de empregos no setor

em julho, com 37 novas vagas. Na sequência aparecem Itatiba, com 22, e Holambra e Indaiatuba, com 15 vagas cada. Também registraram desempenho positivo Artur Nogueira e Valinhos, ambos com saldo de 14 empregos no mês. Campinas registrou o maior saldo negativo, com -43 postos. Também tiveram saldo negativo Americana (-6), Nova Odessa (-6), Pedreira (-6), Monte Mor (-4), Santa Bárbara d'Oeste (-4), Sumaré (-3) e Vinhedo (-3).

Covabra prepara aumento do CD em Sumaré
Com 25 lojas distribuídas em 14 municípios, o Covabra Supermercados vai dobrar a capacidade logística a partir de outubro, quando está prevista a conclusão da ampliação do centro de distribuição instalado em Sumaré, na Região Metropolitana de Campinas (RMC). A expansão também elevará o quadro para aproximadamente 212 colaboradores diretos. O projeto tem como objetivo dar suporte ao plano de crescimento da rede nos próximos anos. A rede varejista prevê a inauguração de duas unidades em 2027.

OPINIÃO

ARTIGO

STF, Caso Master e a Crise das Instituições



Regiane Freire

Mais uma vez o STF ocupa o centro do noticiário. Dessa vez, após o ministro André Mendonça remover o sigilo sobre um relatório da Polícia Federal, vieram a público mensagens e contatos entre o fundador do Banco Master, Daniel Vorcaro, relacionados ao ministro Alexandre de Moraes. As mensagens, por enquan-

to, partem apenas de Vorcaro e foram encaminhadas para um número identificado em seu aparelho como “Alexandre de Moraes Brasília”. Ou seja, as informações são apenas do lado de quem mandou, e não de quem recebeu, mas não permitem, por si só, concluir qual teria sido a resposta ou a conduta daquele que supostamente recebeu, sobre conversas relacionadas à possibilidade de uma operação da PF envolvendo o banqueiro. Se o envolvimento for confirmado, tais informações levantam questionamentos extremamente relevantes sobre a relação entre agentes públicos, instituições financeiras e integrantes da mais alta Corte do país. E é justamente aí que reside a gravidade da situação. Cabe ao Poder Judiciário interpretar e aplicar a Consti-

tuição, controlar os atos dos demais poderes e assegurar que a lei seja observada. Ao surgir suspeitas envolvendo seus integrantes, a questão ultrapassa a esfera pessoal do ministro, alcançando diretamente a credibilidade da própria instituição, pois falta esclarecer o envolvimento do escritório da esposa do ministro Alexandre no caso dos contratos milionários com Vorcaro. Da mesma forma, também ganharam repercussão, informações envolvendo o ministro Dias Toffoli e a aquisição de um resort que teria relação com o banqueiro. Em um Estado de Direito, ninguém pode ser condenado pela opinião pública antes da conclusão das apurações. Mas o mesmo princípio vale para todos: ninguém que ocupe posição de poder pode estar acima da

necessidade de esclarecimento e transparência. Por isso, surge uma questão: qual será a postura do Supremo Tribunal Federal diante desse episódio? Afastar cautelarmente o ministro até o esclarecimento dos fatos seria uma medida de preservação institucional. Afinal, se as investigações envolvem circunstâncias capazes de atingir a imparcialidade ou a credibilidade de decisões, preservar a independência do julgador também é uma forma de proteger a própria Corte, observando rigorosamente o devido processo legal, o contraditório e a ampla defesa, pois a investigação deve alcançar a verdade dos fatos, e não servir como instrumento de perseguição política. Outra questão que merece reflexão é o momento em que estas informações foram tor-

nadas públicas. Em um cenário de eleição política, as investigações podem atingir em-presários, políticos e agentes públicos; a divulgação seletiva de informações pode produzir consequências políticas significativas. Se existem outros sigilos relacionados à investigação do Banco Master, é legítimo questionar quais são os critérios utilizados para determinar o que deve permanecer sob sigilo e o que pode ser divulgado. A transparência precisa ser aplicada de maneira uniforme, sob pena de ocorrer abusos de autoridade, causando a nulidade das investigações, e o Brasil ter que testemunhar novamente outra Lava-Jato. O STF terá agora a oportunidade de demonstrar, na prática, se os mesmos prin-

cípios que aplica aos demais cidadãos também serão aplicados quando as suspeitas alcançam um de seus próprios integrantes. A discussão reacende a existência do Código de Ética aos ministros, com regras claras e efetivas, capazes de estabelecer limites objetivos para relações pessoais, profissionais e financeiras que possam gerar conflitos de interesses e comprometer a confiança pública. Há muito a ser esclarecido nesse caso. As investigações ainda poderão alcançar diferentes setores públicos e produzir consequências que vão além do Poder Judiciário. Por enquanto, restam perguntas. E, diante de tantas dúvidas, a sociedade espera respostas – não versões. *Regiane Freire - advogada*

O QUE PODE SER PATENTEÁVEL

As estratégias jurídicas que enchem os carrinhos de supermercado



Clara Toledo Corrêa

A Propriedade Intelectual - da qual a Propriedade Industrial é um dos principais ramos - constitui um ativo de extrema importância para os negócios e está presente na vida cotidiana das pessoas, embora muitas vezes elas nem imaginem. Ela aparece nos produtos colocados no carrinho de supermercado, no nome da escolinha de esportes dos filhos, na música ouvida no carro, nos aplicativos utilizados diariamente e até na forma de uma garrafa

reconhecida à distância. Mas nem tudo nesse universo é patenteável. Dependendo do que se pretende proteger, podem estar envolvidos patentes, marcas, desenhos industriais, direitos autorais, segredos de negócio, indicações geográficas e normas de repressão à concorrência desleal. Assim, quando alguém afirma que uma empresa “patenteou uma receita”, é preciso cautela. Uma receita culinária, por si só, facilmente se transforma em monopólio jurídico, pois costuma ser considerada parte do conhecimento comum, ainda que tenha aquele “tempero secreto”. O que pode ser patenteado, desde que cumpra os três requisitos legais - novidade, atividade inventiva e aplicação industrial - é uma solução técnica, o que pode incluir uma nova composição alimentícia, um proces-

so de fabricação inovador, uma técnica de conservação ou uma tecnologia capaz de alterar a textura, a estabilidade ou a vida útil do produto, mas não a receita em si. Nesse caso, a empresa deverá descrever detalhadamente a invenção no pedido de patente em troca de uma exclusividade temporária de exploração. Muitas companhias, porém, escolhem outro caminho: o segredo de negócio. Como a fórmula da Coca-Cola. Receitas, processos, temperaturas, processos de fermentação, aromas e métodos internos podem ser mantidos em sigilo, desde que existam medidas efetivas de proteção, como controle de acesso restrito, senhas e a assinatura de contratos de confidencialidade por funcionários e parceiros. Diferentemente da patente, o segredo não possui prazo de validade, mas

sua proteção desaparece se a informação se tornar pública ou for legitimamente descoberta por um concorrente, por meio da engenharia reversa. Assim, nas prateleiras dos mercados podemos encontrar diversas formas de estratégias jurídicas de proteção. O nome do produto, o logotipo e outros sinais visuais, pertencem ao campo das marcas. Já a configuração ornamental de uma garrafa, de uma embalagem ou da apresentação de um produto pode ser protegida por registro de desenho industrial, que protege a aparência e o design, sem se preocupar com a função técnica ou até mesmo uma marca tridimensional. Menciono o caso da garrafa da Coca-Cola e do tablete de chocolate Toblerone. Há ainda o conjunto-imagem, conhecido como trade dress: a combinação

de cores, formatos, rótulos e elementos visuais que faz o consumidor reconhecer imediatamente um produto ou mesmo uma loja. No Brasil, não temos uma legislação específica sobre o tema, mas a imitação desse conjunto é combatida com base nas regras de repressão à concorrência desleal. Finalmente, queijos, cafés, vinhos e doces podem sugerir indicações geográficas, sendo ela a Indicação de Procedência ou a Denominação de Origem, que atrelam a reputação ou determinadas qualidades do produto ao seu território de origem a uma “identidade coletiva”, como respectivamente “Café Mineiro,” ou “Queijo da Canastra” e os vinhos do “Vale dos Vinhedos”. Assim, as estratégias jurídicas que enchem o carrinho de supermercado não se baseiam apenas em “patentes”. Elas envol-

vem uma combinação sofisticada de proteção da tecnologia (patentes), de conhecimento confidencial (segredos), de identidade visual (marcas, desenhos industriais e trade dress), da reputação e da origem (indicações geográficas), agregando um valor de extrema importância para cada empreendedor e indústria por de trás desses ativos intelectuais, bem como fomenta a economia de um país e contribui para a sociedade. Clara Toledo Corrêa é especialista em Propriedade Intelectual e Industrial, advogada da Toledo Corrêa Marcas e Patentes e vice-presidente de Propriedade Intelectual da AN Startups Brasil-Associação Nacional de Startups. clara@toledo-correa.com.br *Roncon & Graça Comunicações*

DESAFIOS DA ECONOMIA

A imprudência de não ser competitivo



Rafael Cervone

Por ocasião da vigência provisória do acordo entre o Mercosul e a União Europeia (UE), há dois dados fundamentais para evidenciar as oportunidades, os riscos e o protagonismo do Brasil. O primeiro é que, no conjunto das 32 nações signatárias (cinco do nosso bloco, já considerando a incorpora-

ção da Bolívia, e 27 do Velho Continente), a economia brasileira é a quarta maior, atrás apenas da Alemanha, da Itália e da França. O segundo é que nossa população, de 213 milhões de habitantes, é a mais numerosa, representando cerca de 30,5% das 700 milhões de pessoas que constituem o mercado abrangido pelo tratado. Cabe acentuar que, nessa primeira etapa, passa a valer a esfera comercial do acordo, que estabelece a redução de tarifas, compras governamentais e facilitação do comércio. É uma oportunidade histórica e estratégica para a economia nacional, mas é preciso avaliar de modo isento se estamos preparados para

aproveitá-la em todo o seu potencial. Um dos aspectos a serem entendidos é que os europeus podem comprar nossos produtos com alíquotas zero ou reduzidas, mas não são obrigados a fazê-lo. Assim, se mesmo com as isenções e diferimentos, as nossas mercadorias e bens, carregados de todos os conhecidos pesos do “Custo Brasil”, continuarem mais caros do que os asiáticos e de outras regiões, seguiremos com nossa competitividade limitada. Outra questão a ser avaliada é a reciprocidade. Ou seja, a UE também terá tarifas zero e alíquotas reduzidas para exportar ao nosso país. Assim, os produtos nacionais precisam de um rápido e significativo ganho

de competitividade, pois é óbvio que todos os signatários estarão de olho muito grande no mercado que representa 30,5% do total abrangido pelo acordo. E na concorrência dentro de nosso próprio território, assim como nas vendas externas, saímos com a desvantagem representada pelo “Custo Brasil”, que, em relação à média da OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico), agrega um fardo de R\$ 1,7 trilhão por ano às empresas que operam aqui. Precisamos, portanto, avançar na solução dos obstáculos que, há décadas, oneram nossa produção, como burocracia excessiva, altos impostos, infraestrutura deficiente, logística cara e

insuficiente, baixa produtividade, encargos trabalhistas maiores do que na maioria dos países, insegurança jurídica e pública e alto custo de capital. Além desses gargalos estruturais, há entraves conjunturais graves, como os juros exagerados, instabilidade cambial e rombo fiscal do setor público. Apesar de todos esses fatores, o acordo em início de vigência, que provavelmente sequer interessaria aos europeus se não fosse o mercado brasileiro, é positivo para o nosso país. No entanto, acelerar a solução dos problemas internos que aponte aqui é crucial para aproveitarmos de modo mais pleno todas as oportunidades que o tratado nos proporciona em termos de

investimentos, crescimento, geração de empregos e inclusão socioeconômica. Tais avanços, aliás, também se tornaram prementes no âmbito de toda a economia global, considerando o acirramento das disputas comerciais e o quadro geopolítico muito complexo. Sem dúvida, é cada vez mais imprudente não ser competitivo. **Rafael Cervone, engenheiro têxtil, é o presidente do Centro das Indústrias do Estado de São Paulo (Ciesp) e primeiro vice-presidente da Federação das Indústrias do Estado de São Paulo (Fiesp).* *Roncon & Graça Comunicações*

SAÚDE | BEM ESTAR

ALERTA

Quando uma tontura pode indicar algo de errado?

Não é raro encontrar quem já viveu um episódio de tontura, mas a causa disso pode ter origens muito diferentes. Desidratação, queda de pressão, hipoglicemia e cinetose (aquela sensação ruim durante viagens de carro ou barco) são algumas das causas mais simples e passageiras.

Mas há situações em que a tontura persiste, se intensifica ou vem acompanhada de outros sintomas. Nesses casos, ela pode ser sinal de algo que merece investigação: a labirintite.

O que é labirintite?

A labirintite é uma inflamação do labirinto, estrutura localizada no ouvido interno que ajuda a controlar o equilíbrio e a audição.

Quando inflamado, o labirinto passa a enviar sinais incorretos ao cérebro sobre a posição do corpo no espaço. É esse conflito de informações que provoca a sensação intensa de que tudo está girando: a chamada vertigem.

Vale destacar que o termo “labirintite” é frequentemente

usado de forma ampla no dia a dia. Do ponto de vista médico, ele descreve especificamente a inflamação do labirinto. Quadros que afetam estruturas vizinhas, como o nervo vestibular, recebem denominações diferentes, como neurite vestibular.

Ainda assim, o acompanhamento médico é necessário em qualquer um dos casos.

As causas da labirintite

A labirintite pode ser desencadeada por diferentes fatores, e identificá-los é importante para o tratamento adequado.

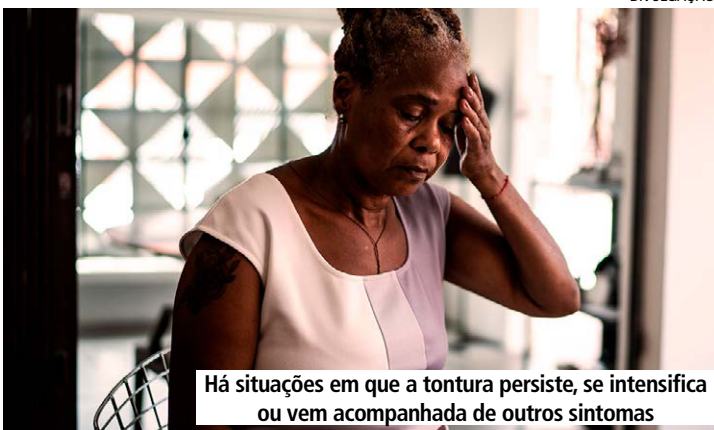
Entre as causas mais comuns estão alterações metabólicas e outras condições de saúde, como:

- Hipertensão e aumento dos níveis de colesterol ou triglicerídeos;
- Alterações da tireoide;
- Deficiência de vitaminas, principalmente da vitamina B12;
- Doenças degenerativas da coluna cervical.

Existem também causas mais raras, como tumores e aneurismas cerebrais.

Os principais sintomas de labirintite

A vertigem – aquela sensação



Há situações em que a tontura persiste, se intensifica ou vem acompanhada de outros sintomas

de que o ambiente está girando mesmo com o corpo parado – é o sintoma mais característico da labirintite. Mas ela raramente aparece sozinha. Os sintomas mais frequentes incluem:

- Náuseas e vômitos;
- Dificuldade para manter o equilíbrio ao caminhar;
- Zumbido no ouvido (tinnitus);
- Perda parcial ou temporária da audição;
- Sensação de pressão dentro do ouvido.

Os sintomas podem variar de intensidade e duração de pessoa para pessoa. Em alguns casos, a crise passa em minutos. Em outros, pode persistir por dias e interferir significativamente na rotina.

Toda tontura é labirintite?

Não. Essa é uma confusão muito comum, e importante de ser desfeita.

A tontura é um sintoma, não um diagnóstico. E ela pode ser causada por muitas condições diferentes da labirintite. A desidratação é uma delas, isso porque a falta de líquido pode diminuir a pressão arterial e levar ao mal-estar.

Outra possibilidade é a hipoglicemia, quando os níveis de glicose no sangue ficam muito baixos (algo possível entre quem passa muitas horas sem comer).

A hipotensão postural, que é a tontura devida a uma queda de pressão momentânea ao

levantar rápido da cama ou cadeira, é outra possibilidade. Assim como a cinetose, que é a sensação de enjoo e desorientação durante viagens de carro ou barco.

Labirintite tem cura?

A labirintite tem tratamento e, na maior parte dos casos, é possível controlar e melhorar os sintomas com os cuidados adequados.

O tratamento é definido pelo médico de acordo com a causa da inflamação e pode incluir medicamentos ou reabilitação vestibular, que é um conjunto de exercícios supervisionados por fisioterapeuta ou fonoaudiólogo para ajudar a “reorganizar” o sistema de equilíbrio.

Como aliviar uma crise de labirintite

Durante uma crise, algumas atitudes podem ajudar a reduzir o desconforto enquanto o tratamento é seguido:

- Deitar em um ambiente silencioso e com pouca luz, evitando movimentos bruscos de cabeça;
- Manter os olhos abertos e focados em um ponto fixo;
- Evitar telas;

- Ingerir líquidos, mas com cuidado para não provocar vômitos.

Se a crise for muito intensa, com vômitos frequentes, dificuldade para caminhar ou durar mais de algumas horas, é importante buscar atendimento médico.

Dicas para prevenir crises de labirintite

Embora nem sempre seja possível evitar completamente, alguns hábitos ajudam a reduzir a frequência e a intensidade das crises, como controlar o estresse (e, para isso, práticas de meditação e atividade física podem ajudar).

Outras estratégias que funcionam bem são manter-se hidratado, tratar infecções com rapidez e seguir o tratamento médico, caso já tenha recebido o diagnóstico de labirintite.

E lembre-se: cuidar da saúde do equilíbrio começa por prestar atenção ao que o corpo comunica. Se a tontura se tornar frequente e intensa, é sempre melhor investigar do que ignorar.

Unimed

CUIDADOS ESPECÍFICOS

Segurar xixi faz mal?

Adiar uma ida ao banheiro por causa de uma reunião, um trecho longo de estrada ou uma fila que não anda é algo que acontece com muita gente. Na maioria das vezes, parece inofensivo, mas o que ocorre dentro do corpo quando o sinal do organismo é ignorado com frequência?

Conhecer esse processo ajuda a entender por que segurar o xixi de forma habitual pode trazer consequências negativas para a saúde.

Como a bexiga funciona?

A bexiga é um órgão muscular oco cuja função é armazenar a urina produzida pelos rins até o momento de ser eliminada.

Quando está vazio, esse órgão ocupa um espaço pequeno na pelve. À medida que se enche, suas paredes se expandem, acomodando o líquido.

Em adultos, a capacidade média da bexiga varia entre 400 e 600 ml. A vontade de urinar costuma aparecer quando ela atinge cerca de metade desse

volume, e se intensifica conforme o enchimento avança.

Como o corpo consegue segurar o xixi

Quando o sinal de bexiga cheia é ignorado, o músculo responsável pela contenção (chamado esfíncter uretral) precisa se manter contraído para impedir a saída involuntária da urina.

Enquanto isso, o órgão continua se expandindo para acomodar o volume crescente.

Quais são os riscos de segurar o xixi com frequência

Segurar a vontade de vez em quando, por necessidade, não costuma causar problemas. O risco surge quando o hábito de adiar a micção se torna frequente ou prolongado.

- Infecção urinária

A urina retida por mais tempo na bexiga cria um ambiente favorável à multiplicação de bactérias, o que pode aumentar o risco de infecção do trato urinário, uma das condições urológicas mais comuns, especialmente entre mulheres.



A bexiga é um órgão muscular cuja função é armazenar a urina produzida pelos rins até o momento de ser eliminada

Os sintomas incluem ardor ao urinar, vontade frequente de ir ao banheiro mesmo com pouca urina e, em alguns casos, febre e dor lombar. Quando identificada, a infecção urinária requer avaliação e acompanhamento médico.

- Pedras nos rins

Segurar a vontade de fazer xixi por longos períodos tam-

bém pode contribuir para a formação de cálculos renais. Isso porque quando a urina fica presa, minerais presentes no líquido têm mais tempo para se cristalizar e formar depósitos.

Quando isso acontece, algumas pessoas podem sentir dores intensas na região lombar e de um lado só das costas, náuseas e febre.

- Impacto no funcionamento do cérebro

Ignorar repetidamente os sinais da bexiga pode, com o tempo, enfraquecer a comunicação entre esse órgão e o cérebro.

O organismo começa a “aprender” a ignorar os avisos, o que pode reduzir a percepção da vontade de urinar e dificultar o reconhecimento de quando a bexiga realmente precisa ser esvaziada.

O que é a bexiga hiperativa e como isso pode levar a segurar o xixi?

Adiar a ida ao banheiro já é um comportamento que muitos adotam no dia a dia, mas para quem possui a bexiga hiperativa a tendência de querer fazer isso pode ser maior.

É que, nesse caso, a pessoa passa a sentir vontade de fazer xixi com mais frequência do que o comum.

A condição pode afetar a qualidade de vida de forma importante porque a urgência de urinar acontece mesmo quando a bexiga não está cheia, inclusi-

ve à noite. Isso pode levar justamente ao hábito oposto: adiar a micção para tentar “treinar” a bexiga a aguentar mais.

No entanto, fazer isso sem orientação médica pode piorar o quadro, e não melhorá-lo. A bexiga hiperativa tem tratamento e o acompanhamento especializado faz diferença.

Com que frequência é normal sentir vontade de fazer xixi?

Para a maioria dos adultos, urinar entre 4 e 8 vezes ao dia é considerado dentro do esperado. Mas fatores como ingestão de líquidos, temperatura e consumo de cafeína podem alterar esse número.

O importante é respeitar as vontades quando elas surgem e ficar atento aos sinais que demandam avaliação médica. Essas pequenas escolhas do dia a dia podem contribuir para manter a saúde urinária ao longo da vida.

Unimed

ESTÉTICA

Estética facial para o futuro: características mais reais



Dra. Renata Salazar

Se há alguns anos a harmonização facial era associada a mudanças marcantes e rostos padronizados, hoje a estética caminha em uma direção diferente. O excesso deu lugar à naturalidade, e o foco passou a ser a preservação da individualidade e a prevenção do envelhecimento.

Segundo a Dra. Renata Salazar, o conceito de harmonização facial evoluiu significativamente. “No início, as pessoas preferiam preenchimentos volumosos e mudanças nas

características do rosto. Hoje, tanto os profissionais quanto os pacientes procuram resultados mais naturais”, explica.

O ácido hialurônico passou a ter um papel mais pontual, sendo utilizado principalmente para corrigir perdas estruturais e devolver equilíbrio à face. Em vez de preencher excessivamente, a tendência atual é cuidar da pele e estimular sua qualidade ao longo do tempo.

Entre os procedimentos mais procurados estão os tratamentos de pele: pe-

lings, microagulhamento e técnicas de drug delivery, que potencializam a absorção de ativos capazes de melhorar a textura, a firmeza e a luminosidade. Os bioestimuladores de colágeno e alguns tipos de laser também ganharam espaço por estimularem a produção natural de colágeno e promover o rejuvenescimento gradual.

Até a aplicação de toxina botulínica mudou de perfil, com as pessoas preferindo suavizar as linhas e rugas mantendo a expressão e a naturalida-

de. Para a Dra. Renata, essa transformação representa um avanço importante. “Vivemos uma era de mais aceitação da própria imagem. Cada pessoa tem características únicas e merece um tratamento individualizado”, avalia.

Rua Joaquim Pedro Soares, 1240, sala 6, térreo, Guarani/Novo Hamburgo (51) 99327-8056 @drarenatasalazardentista

Like Magazine

BELEZA

Unhas: cores elegantes que vão transformar suas unhas nesta temporada

O outono foi embora mas não levou junto com ele as cores da estação. Elas conquistaram seu espaço e prometem virar tradição. A beleza acompanhou o mood da estação, mais elegante, sofisticada e com aquele toque moderno que faz toda diferença. Com uma proposta de tons mais refinados, equilibrados e cheios de personalidade. E o mais interessante? A paleta do momento mistura cores suaves, clássicas e até algumas inesperadas que elevam qualquer produção. A seguir, você confere as cores de esmalte que prometem deixar suas unhas com aquele efeito chic imediato:

1. Branco perolado “Cloud Dancer”: o neutro nada óbvio

O branco segue firme, mas agora com uma leitura mais sofisticada. O tom “Cloud Dancer”, eleito pela Pantone para 2026, aparece com acabamento cremoso e levemente perolado, criando um efeito delicado e elegante. Perfeito para noivas, eventos ou para quem ama um visual clean com impacto.

2. Rosa antigo: o clássico que nunca falha

Romântico, versátil e extremamente elegante. O rosa antigo, também chamado de rosa empoeirado, é aquele tom que combina com tudo e ainda



Amarelo manteiga



Azul bebê



Azul jeans



Pêssego suave

tem efeito rejuvenescedor nas mãos. Ideal para quem quer segurança sem abrir mão de estilo.

3. Azul bebê: leve, moderno e luminoso

O baby blue continua em alta e ganhou ainda mais força no outono. Ele traz leveza e personalidade ao mesmo tempo, sendo perfeito para quem quer sair do óbvio sem apostar em tons muito intensos.

4. Verde bambu: frescor com elegância

Uma das apostas mais interessantes da estação. O verde bambu é vibrante na medida certa e traz frescor para o look, sem perder a sofisticação. Funciona tanto nas mãos quanto nos pés e levanta qualquer produção.

5. Rosa com fundo lilás: delicadeza atualizada

Se você ama tons suaves, essa é a evolução perfeita. O rosa com fundo lilás traz um toque



Rosa antigo



Verde bambu



Vermelho clássico

mais moderno e diferenciado, mantendo a delicadeza e o romantismo das candy colors.

6. Pêssego suave: efeito glow nas unhas

Esse tom funciona quase como uma maquiagem para as unhas. O pêssego ilumina, suaviza e deixa as mãos com aparência mais saudável e sofisticada.

7. Amarelo manteiga: discreto, mas fashion

Sim, o amarelo continua. Mas agora em versão mais suave e sofisticada. O tom manteiga é

delicado, moderno e perfeito para quem quer uma cor diferente sem exagerar.

8. Vermelho melancia: energia com frescor

Uma releitura do vermelho tradicional. Mais leve, com fundo rosado e vibe mais fresca, o vermelho melancia traz energia e feminilidade para as unhas.

9. Azul jeans: moderno e fashionista

Inspirado no denim, esse azul mais profundo aparece com

acabamentos cromados e sofisticados. É moderno, urbano e perfeito para quem gosta de tendências com informação de moda.

10. Vermelho clássico: o eterno chic

Não tem erro. O vermelho clássico continua sendo aquela escolha segura e poderosa, que funciona em qualquer ocasião e em todos os tons de pele!

O mood das unhas 2026

Se tem uma palavra para definir a temporada é equilíbrio.

As tendências caminham entre o minimalismo elegante e toques sutis de cor, sem exageros. Tons suaves, cremosos e sofisticados dominam, mas sempre com espaço para personalidade.

As estações provam que elegância não precisa ser óbvia. Seja com um branco perolado super clean ou com um azul jeans cheio de atitude, a ideia é escolher cores que traduzam seu estilo de forma sofisticada e atual.

Divulgação

MODA

Dominando os tons neutros: como usar e combinar em todas as ocasiões

As cores neutras são a base de qualquer guarda-roupa elegante, oferecendo versatilidade e sofisticação em todos os momentos. Nesta matéria, vamos explorar em detalhes como usar e combinar cores neutras de maneira eficaz, além de oferecer dicas sobre quais tons neutros são mais adequados para diferentes tipos de pele e ocasiões. Veja as dicas!

Escolhendo os tons neutros certos:

- Identificando os tons neutros: Bege, cinza, nude, branco e preto são os principais tons neutros. No entanto, é importante considerar a tonalidade específica de cada um e como ela interage com o seu tom de pele.

- Adequação ao tom de pele: Experimente diferentes tons para descobrir quais realçam sua tez e destacam sua beleza natural. Por exemplo, enquanto tons mais quentes de bege podem ficar melhores em peles com subtom amarelado, tons mais frios de cinza podem favorecer peles com subtom rosado.

Combinações versáteis:

- Preto e branco: Uma combinação clássica que nunca falha, ideal para todas as ocasiões, desde o trabalho até eventos formais.

- Cinza e nude: Tons suaves que criam looks elegantes e discretos, perfeitos para o ambiente profissional ou para um passeio descontraído.

- Bege e branco: Uma opção leve e fresca, perfeita para os dias mais quentes da primavera e do verão.

Adicionando toques de cor:

- Trabalho: Para um ambiente profissional, opte por tons neutros mais sóbrios, como cinza e preto, para transmitir uma imagem polida e profissional.

- Lazer: Durante o tempo livre, tons neutros mais claros, como bege e nude, são perfeitos para criar looks casuais e descontraídos.

- Eventos formais: Em eventos especiais, como casamentos ou jantares formais, opte por tons neutros clássicos, como branco e preto, para um visual elegante e atemporal.

A importância da qualidade:

- Investimento inteligente: Ao comprar peças neutras, é importante investir em qualidade. Peças de alta qualidade não apenas duram mais tempo, mas também mantêm sua aparência impecável mesmo após várias lavagens e usos.

- Tecidos de qualidade: Opte por tecidos de alta qualidade que ofereçam conforto e durabilidade, como algodão, lã e seda. Esses materiais não só são luxuosos ao toque, mas também resistem ao desgaste do tempo.

Dominar o uso e combinação de cores neutras é essencial para criar looks elegantes e atemporais. Ao escolher os tons certos para sua pele e ocasião, você pode criar uma variedade



Dominar o uso e combinação de cores neutras é essencial

de looks versáteis que refletem seu estilo pessoal e sofisticação. Experimente diferentes combinações e descubra o poder das cores neutras em seu guarda-roupa.

Com essas dicas em mente, você estará pronto para arrasar em qualquer ocasião com seu estilo neutro impecável!

Patio Hype

CABELO

5 características dos cortes de cabelo que podem envelhecer ou rejuvenescer o visual

Existe uma crença de que basta cortar o cabelo mais curto, apostar em uma franja ou seguir a tendência do momento para conquistar uma aparência mais jovem. Porém, sob a ótica do visagismo, a relação entre corte de cabelo e rejuvenescimento é muito mais complexa. Mais do que o comprimento dos fios, o que influencia a percepção visual é a harmonia entre o corte, os traços do rosto, a textura do cabelo e a imagem que cada pessoa deseja transmitir.

Cortes excessivamente rígidos podem transmitir uma aparência mais séria

Linhas muito retas e cortes sem movimento costumam comunicar firmeza, racionalidade e controle. Ao contrário, cortes que incorporam camadas,

desconexões suaves e movimentos tendem a transmitir leveza, dinamismo e naturalidade. Além disso, em rostos com mandíbula marcada ou traços fortes, esse equilíbrio costuma suavizar a imagem.

O comprimento dos fios não determina a idade que você aparenta

Um dos maiores mitos da beleza é acreditar que cabelos curtos rejuvenescem automaticamente ou que fios longos envelhecem. Segundo Robison, a sensação de juventude está muito mais relacionada ao movimento, à saúde dos cabelos e às proporções do corte do que ao comprimento em si. “Cabelos longos podem transmitir vitalidade quando apresentam leveza e brilho. Da mesma forma, cortes curtos

também rejuvenescem quando respeitam a estrutura facial e valorizam os traços da pessoa”, explica. Nesse sentido, entre as opções mais versáteis, os cortes médios costumam oferecer um equilíbrio entre sofisticação e praticidade.

Franjas podem criar um efeito rejuvenescedor

Embora usadas para suavizar a imagem, nem todas as franjas funcionam para todos os rostos. Quando bem planejadas, ajudam a criar uma moldura para o olhar, equilibram proporções faciais, suavizam a região da testa e acrescentam movimento ao visual. Entre os modelos mais indicados estão a franja cortina, as versões laterais longas e as franjas desfiadas, sempre respeitando o formato

do rosto e a textura dos fios.

Respeitar a textura natural dos cabelos faz toda a diferença

Cada tipo de curvatura possui comportamento próprio e exige técnicas específicas de corte. Quando o desenho do corte acompanha a textura natural dos fios, o resultado transmite espontaneidade, autenticidade e leveza, além de reduzir a necessidade de finalizações excessivas, que podem gerar um aspecto artificial.

Permanecer décadas com o mesmo corte pode transmitir uma imagem estagnada

Por fim, encontrar um corte que funciona não significa que ele deve permanecer inalterado por toda a vida. Pequenas atualizações podem manter



O corte de cabelo pode transformar a percepção do visual

a imagem atual sem perder a identidade. Segundo Robison, renovar o corte não significa seguir tendências passageiras, mas adaptar a imagem ao momento atual da vida. “O cabelo é uma das principais ferramentas de comunicação da imagem

pessoal. Quando o corte conversa com os traços do rosto, com a personalidade e com a fase que a pessoa está vivendo, o resultado transmite equilíbrio e confiança”, afirma.

Divulgação

CASA

OBRA SEM SUJEIRA

Escada sem reforma: renove o visual sem quebrar nada

Acostumados a vê-las apenas como um elemento de circulação e conexão entre pavimentos, as escadas também podem receber um olhar mais atento e contribuir para a identidade da casa. Muitas vezes, a sensação de que ela está antiquada não tem relação com sua estrutura, e sim com a iluminação inadequada, a falta de composição ou o excesso de informações ao redor.

A boa notícia é que não é preciso enfrentar uma reforma para mudar essa percepção. Segundo as arquitetas Danielle Dantas e Paula Passos, à frente da Dantas & Passos Arquitetura, pequenas intervenções já são capazes de criar um efeito completamente diferente. Acompanhe!

Entendendo o que realmente incomoda

Em vez de começar escolhendo uma tinta ou comprando objetos de décor, o primeiro passo, segundo as arquitetas, é observar a escada com atenção porque muitas vezes o problema não está na estrutura, mas na forma como ela conversa com o restante do ambiente.

“Antes de tudo, vale analisar a escada e identificar o que está incomodando ali. Ela parece vazia? Tem informação demais? Está escura? Falta cor, textura ou decoração ao redor? Esse tipo de leitura ajuda a direcionar escolhas mais coerentes e com maior impacto visual”, explicam Da-



FOTOS: DIVULGAÇÃO

Antes de pensar em mudanças, observe a relação entre a escada, os ambientes ao redor e os elementos já existentes para identificar onde pequenas intervenções podem fazer maior diferença

nelle Dantas e Paula Passos.

Essa análise também ajuda a evitar intervenções desnecessárias e a entender onde realmente vale investir. Afinal, uma escada muito vazia pede soluções diferentes daquela que já concentra quadros, objetos e outros elementos.

Iluminação, pintura e corrimão

Entre as mudanças que mais alteram a percepção da escada está a iluminação. A luz influencia os volumes, destaca materiais e cria uma atmosfera diferente sem exigir qualquer quebra de parede. Por isso, as arquitetas sugerem apostar em iluminação indireta, como arandelas, fitas de LED discretamente incorporadas ao corrimão ou um pendente decorativo quando há pé-di-

reito alto.

“A escolha da temperatura da luz também merece atenção. Uma iluminação branca, fria e muito direta pode deixar o espaço pouco acolhedor e tirar o charme da composição. Já uma luz mais bem posicionada pode valorizar a arquitetura e criar pontos de destaque ao longo do percurso”, completa Danielle.

A pintura também pode renovar completamente o espaço e uma das soluções mais atuais é investir em um acabamento monocromático, aplicando a mesma cor nas paredes, rodapés e até no corrimão, criando um conjunto mais uniforme e sofisticado.

O próprio corrimão, aliás, pode ser um elemento importante nessa transformação.

Quando é possível substituí-lo sem alterar a estrutura da escada, a mudança ajuda a atualizar a linguagem do ambiente sem a necessidade de uma obra maior.

Menos é mais

Um erro bastante comum é tentar preencher toda a parede da escada com objetos decorativos. Se a própria escada já possui um desenho marcante, o excesso acaba pesando no ambiente.

“As escadas já possuem movimento próprio, então misturar muitos estilos, cores ou objetos pode gerar uma sensação de poluição visual”, observa Paula. O mesmo vale para gallery walls, que continuam sendo uma boa solução, mas desde que respeitando a proporção do espaço.

Em vez de várias peças pequenas, as arquitetas recomendam optar por menos quadros e formatos maiores, organizados em uma composição vertical que acompanhe a inclinação da escada. Paula também lembra que não é necessário ocupar toda a parede, deixar áreas livres, criar equilíbrio e valorizar ainda mais as obras.

“Quando existe um patamar ou uma parede de destaque, uma escultura ou uma única obra de arte de maior dimensão pode funcionar como ponto focal e transformar completamente a composição”, diz.

Plantas e espelhos

Apostar num verde para dentro de casa sempre ajuda a renovar o ambiente, principal-

mente os elementos naturais, como as plantas que podem aparecer, mas devem permanecer fora da circulação, preferencialmente na base de escadas abertas ou em áreas com espaço suficiente para acomodar vasos sem comprometer a passagem.

Entre as espécies indicadas pela dupla de arquitetas, a costela-de-adão se destaca pelo porte escultural e pelas folhas amplas, que dialogam bem com a arquitetura.

Já os espelhos exigem um pouco mais de cuidado. “Eles são interessantes para ampliar ambientes estreitos, refletir a luz natural ou destacar uma vista agradável, como um jardim ou um hall de entrada. Por outro lado, refletir diretamente os degraus ou utilizar espelhos pequenos e sem proporção costuma gerar um efeito visual confuso e pouco elegante”, enfatizam as profissionais.

No fim, para Danielle e Paula, o segredo está menos em adicionar elementos e mais em fazer escolhas equilibradas. Quando iluminação, proporção, materiais e decoração trabalham juntos, a escada deixa de ser apenas um caminho entre os andares e passa a integrar a narrativa estética da casa.

Dantas & Passos Arquitetura
@dantaspastos.arquitetura
Tel. e WhatsApp: (11) 99366-9690 (Danielle Dantas)
Tel. e WhatsApp: (11) 98339-9096 (Paula Passos)

dc33 Comunicação

SALA

Como escolher a mesa de centro ideal em 4 passos

A mesa de centro pode ser o detalhe que completa a decoração da sala, mas escolher o modelo certo vai muito além de gostar do design. Tamanho, formato, altura e funcionalidade precisam estar em sintonia com o ambiente para garantir beleza e, principalmente, conforto no dia a dia.

Por isso, é fundamental prestar muita atenção a alguns detalhes antes de sair comprando apenas pela estética.

1 - Respeite a circulação

Antes de se apaixonar por um modelo de mesa de centro,

meça o espaço disponível. A peça não deve atrapalhar a passagem nem deixar a sala apertada. Dessa forma, o ideal é manter uma distância confortável entre ela e o sofá e os demais móveis, permitindo que as pessoas circulem com facilidade.

Em salas amplas é comum combinar duas mesas do mesmo formato, mas cores e alturas distintas.

2 - Considere o formato do sofá

O desenho da mesa pode acompanhar ou contrastar com o sofá. Modelos retangu-



DIVULGAÇÃO

A mesa de centro certa faz toda a diferença na sala, mais do que um item decorativo, ela precisa combinar com o tamanho do ambiente, a circulação, a altura do sofá e as necessidades da rotina. Afinal, beleza e funcionalidade devem caminhar juntas

lares funcionam bem em sofás maiores e lineares, enquanto mesas redondas ou ovais são ótimas para quebrar a predominância de linhas retas e facilitar a circulação, especialmente em ambientes menores.

Já as mesas com design em linhas curvas também se adaptam facilmente às salas e sofás variados, porém, cuidando da proporção do modelo de acordo com o espaço disponível.

3 - Escolha a altura correta

Uma mesa muito alta ou muito baixa pode comprometer o conforto no uso da sala. Como referência, a altura deve ficar

próxima à do assento do sofá ou ligeiramente abaixo dele. Assim, objetos ficam ao alcance das mãos sem interferir na composição visual.

4 - Pense na funcionalidade

A mesa também pode ajudar na organização. Modelos com gavetas, prateleiras ou nichos são interessantes para guardar controles, livros e outros objetos. Já as versões mais leves e abertas funcionam bem quando a prioridade é ter uma superfície de apoio para bebidas, livros ou itens decorativos, por exemplo.

DECOR

Adeus ao banheiro sem graça: 5 ideias para tirar o ambiente do básico

Entre as reformas do lar, a do banheiro talvez seja aquela que mais traga o sentimento de receio, afinal normalmente se pensa em quebrar paredes, piso, gesso. Mas, nem sempre é preciso encarar uma grande reforma para mudar a aparência do cômodo.

Há soluções estratégicas que podem transformar o espaço, trazendo personalidade, aconchego e até um toque de sofisticação. O segredo está em fugir do óbvio e valorizar detalhes que muitas vezes passam despercebidos.

1 - Aposte em cores

Paredes e revestimentos não precisam ficar restritos aos tons neutros. Uma cor marcante pode aparecer em uma parede, na marcenaria ou até em pequenos acessórios. Para quem prefere mudanças mais fáceis de reverter, toalhas, tapetes e objetos decorativos são boas alternativas, assim como um papel de parede adequado para áreas úmidas.

2 - Dê atenção ao espelho

Além da função prática, o espelho pode se transformar no protagonista da bancada. Modelos com formatos orgânicos, molduras diferenciadas ou iluminação integrada

ajudam a criar um visual mais contemporâneo e personalizado.

3 - Iluminação faz diferença

Uma iluminação bem planejada muda completamente a percepção do ambiente. Nesse sentido, luzes próximas ao espelho facilitam a rotina e, combinadas a uma iluminação mais indireta, ajudam a criar uma atmosfera acolhedora.

4 - Acessórios fora do óbvio

Bandejas, vasos, quadros, objetos decorativos e até pe-

quenas plantas podem trazer o mesmo cuidado dado aos demais cômodos da casa. A ideia é selecionar peças que conversem entre si e com o estilo do ambiente.

5 - Valorize a bancada

Trocar metais, cuba ou mesmo investir em uma marcenaria planejada pode renovar a composição sem alterar toda a estrutura. Quando bem escolhidos, esses elementos funcionam como pontos de destaque e ajudam a deixar o banheiro menos previsível.

Like Magazine



DIVULGAÇÃO

Com escolhas estratégicas de decoração, cores, iluminação, revestimentos e detalhes, o ambiente pode ganhar muito mais personalidade, aconchego e sofisticação

DO LAR

PRATICIDADE

5 legumes para congelar e adiantar o cardápio com menos perda de textura

Quando a gaveta da geladeira começa a juntar brócolis amarelado, cenoura murchando e vagem sem destino, congelar parte da compra pode evitar correria — e desperdício. Só que colocar os legumes crus em um saco, fechar e esquecer no freezer costuma cobrar seu preço: eles podem ficar aguados, escurecer ou perder o sabor mais depressa.

Para adiantar o cardápio sem transformar tudo em um bloco mole depois, escolha legumes firmes, congele em porções pequenas e use o branqueamento nos casos indicados. Brócolis, cenoura, vagem, ervilha e pimentão são opções versáteis para arroz, sopas, massas, refogados, omeletes e recheios.

O preparo antes do freezer faz diferença no prato

O banho de gelo interrompe o cozimento depois da passagem rápida pela água fervente.

O congelamento conserva o alimento, mas não recupera a qualidade de um legume que já está murchado, machucado ou com começo de deterioração. Por isso, separe a parte que ainda está bonita logo depois da compra ou do preparo e deixe para usar logo o que estiver mais delicado.

Para os quatro primeiros legumes desta lista, o passo que ajuda a preservar cor, sabor e textura é o branqueamento: uma passagem rápida por água fervente, seguida de resfriamento em água bem gelada. O calor reduz a ação de enzimas que continuam alterando o vegetal mesmo sob congelamento; o choque térmico interrompe o cozimento antes que ele avance demais.

1. Higienize e corte. Lave os legumes em água corrente, retire partes danificadas e corte do tamanho em que pretende cozinhar. Não use detergente ou sabão nos alimentos.

2. Ferva água em quantidade generosa. Coloque pequenas porções por vez na panela tampada. O tempo começa a contar quando a água voltar a ferver.

3. Resfrie pelo mesmo tempo. Transfira imediatamente para uma tigela com água e gelo. Depois, escorra muito bem e seque o excesso de água com papel-toalha ou pano de cozinha limpo.

4. Embale sem demora. Leve ao freezer já frio, em porções compatíveis com uma refeição. Quanto menos água solta e ar dentro da embalagem,

menor a chance de os pedaços grudarem e ressecarem.

O branqueamento não transforma o legume em alimento pronto para salada. A proposta é congelá-lo para preparos quentes, nos quais uma textura mais macia faz sentido. Alface, rúcula, pepino e outros vegetais que costumam ser consumidos crus não entram bem nessa estratégia.

Brócolis e cenoura rendem bases rápidas para refeições quentes

Brócolis: floretes secos e cozimento curto

Separe o brócolis em floretes de tamanho parecido e aproveite o talo descascado em cubinhos ou fatias. Faça o branqueamento por 2 minutos, resfrie em água com gelo pelo mesmo período e seque antes de embalar. Floretes muito grandes cozinham de forma desigual; os menores ficam mais fáceis de usar direto da embalagem.

Depois de congelado, o brócolis funciona melhor quando vai direto para a panela: refogado com alho, misturado a arroz, sopa, molho, macarrão ou omelete. Para assar, espalhe ainda congelado em assadeira bem quente e evite amontoar, porque o vapor liberado pode deixá-lo mais mole.

Cenoura: cortes um pouco maiores seguram melhor a mordida

Cenoura em cubos, meias-luas ou palitos é uma das escolhas mais estáveis para congelar. O tempo indicado para a cenoura picada é de 2 minutos em água fervente, seguido de banho gelado. Prefira pedaços médios em vez de fatias muito finas: eles aguentam melhor um segundo cozimento na sopa, no arroz de forno ou na panela de pressão.

Use a cenoura ainda congelada em ensopados, refogados e legumes salteados. Se a ideia for uma salada de maionese ou um acompanhamento em que ela precisa ficar mais firme, cozinhe só até o ponto e prove antes de servir; o congelamento naturalmente reduz parte da crocância original.

Vagem e ervilha facilitam o acompanhamento de última hora

Vagem: corte e congele soltinha. Retire as pontas da vagem, elimine fios mais duros quando houver e corte em pedaços de cerca de três dedos. O branqueamento leva 2 minutos. Depois de resfriar e secar, uma forma útil de evitar um bloco congelado é distribuir os pe-

daços em uma assadeira ou prato raso, sem sobrepor, até firmarem. Só então transfira para a embalagem.

Essa etapa extra ajuda quando você quer tirar apenas uma porção para o jantar. A vagem congelada vai bem em arroz com legumes, frango ensopado, carne moída, sopas e salteados. Coloque perto do fim do preparo para que ela aqueça sem cozinhar além da conta.

Ervilha: porções pequenas evitam desperdício

Para ervilha fresca debulhada, o tempo de branqueamento varia de 1 minuto e meio a 2 minutos e meio, conforme o tamanho dos grãos. Resfrie, escorra e seque antes de congelar. Embalar em pequenas quantidades é especialmente prático, porque a ervilha costuma entrar como complemento, e não como o ingrediente principal da receita.

Ela pode ir do freezer direto para o arroz, o molho branco, o risoto, a sopa ou o refogado. Evite descongelá-la sobre a pia: além de perder líquido, o alimento fica mais tempo em uma faixa de temperatura que favorece a multiplicação de microrganismos.

Pimentão pede outro uso depois de congelado

Pimentão não mantém a firmeza de uma salada depois de descongelado, mas continua excelente para receitas cozidas. Corte em tiras ou cubos, retire sementes e partes brancas e escolha entre duas opções: congele cru, já bem seco, ou faça um branqueamento breve de 2 minutos antes do banho gelado.

Congelar cru economiza uma etapa e atende bem quem usa pimentão em molho, carne de panela, arroz, refogado de legumes ou recheio. O branqueamento tende a ajudar na conservação da cor, mas não elimina a mudança de textura. Para reduzir a frustração, trate o pimentão congelado como ingrediente para ir ao fogo, não como substituto de pimentão fresco em preparos crus.

Se quiser facilitar ainda mais a rotina, misture tiras de pimentão de cores diferentes em um mesmo pacote, mas mantenha-o separado de legumes com tempos de cozimento muito distintos. Assim, você controla melhor o ponto de cada item na panela.

Embalagem, data e porção definem se o congelado será prático

Porções finas, bem fechadas e



Legumes cortados e bem secos ficam mais fáceis de porcionar para as refeições da semana



O banho de gelo interrompe o cozimento depois da passagem rápida pela água fervente

identificadas ocupam menos espaço e saem do freezer com mais facilidade. Use sacos ou potes próprios para freezer, limpos e secos. Retire o máximo possível de ar dos sacos, feche bem e achate as porções para formar pacotes finos. Eles congelam de maneira mais uniforme, ocupam menos espaço e descongelam com mais facilidade quando entram em um preparo quente.

Faça porções de uso único. Separe a quantidade para uma sopa, uma travessa ou o acompanhamento de uma refeição. Abra, retire um pouco e devolver o pacote ao freezer aumenta a formação de gelo e compromete a qualidade.

Identifique com clareza. Anote o nome do legume, o corte e a data de congelamento. Um pacote de cenoura em cubos pode parecer com abóbora depois de algumas semanas.

Organize por antiguidade. Deixe os pacotes mais velhos na frente. A referência da Embrapa para hortaliças congeladas em freezer doméstico é de 8 a 12 meses; para preservar melhor a textura, vale priorizá-las antes do fim dessa faixa.

Mantenha o equipamento regulado. Siga a orientação do

fabricante e evite lotar o freezer de uma vez. A Anvisa orienta que o freezer não fique acima de 15 °C negativos.

Para a maioria desses legumes, não é preciso descongelar antes. Coloque a porção ainda congelada na panela e ajuste o tempo de cozimento. Se for necessário descongelar, faça isso na geladeira, abaixo de 5 °C, ou no micro-ondas apenas quando o alimento for para o fogo imediatamente.

Quando usar, reaproveitar ou descartar o que está no freezer

Depois de descongelado, o legume deve ser consumido em até 2 dias. Se ele já foi descongelado na geladeira, use em uma receita cozida e não deixe o pote parado sobre a bancada enquanto decide o cardápio. Cristais de gelo na embalagem, manchas esbranquiçadas de ressecamento e pedaços grudados costumam apontar perda de qualidade, sobretudo por ar na embalagem ou armazenamento longo. Se o legume permaneceu congelado o tempo todo, esses sinais não significam automaticamente que ele está impróprio: pode ser aproveitado em sopa, caldo, purê ou molho,

onde a textura pesa menos. O descarte é a decisão mais segura quando houver suspeita de descongelamento prolongado ou deterioração. Jogue fora se o pacote ficou acima de 4 °C por mais de 6 horas durante a queda de energia, se descongelou e ficou morno sem que você saiba por quanto tempo, ou se, ao abrir, apresentar mofo, viscosidade ou cheiro fermentado. Não prove para decidir se está seguro: aparência e cheiro normais, sozinhos, não confirmam a segurança do alimento.

Se faltou energia, mas os legumes ainda têm cristais de gelo e estão frios como alimento refrigerado, eles podem voltar ao freezer. A textura, porém, tende a piorar; nesse caso, marque o pacote e planeje usá-lo primeiro em uma receita cozida.

Na próxima compra, escolha um dos cinco legumes que você mais usa, congele duas ou três porções e coloque a data na embalagem. Esse começo pequeno já cria uma reserva útil para os dias em que o jantar precisa sair sem depender de uma ida extra ao mercado.

Divulgação

ORGANIZAÇÃO

Como organizar e aproveitar melhor cada espaço de uma despensa pequena

Ter uma despensa compacta não significa abrir mão da organização. As escolhas bem pensadas facilitam no melhor aproveitamento das prateleiras, no acesso aos produtos e até deixam o ambiente mais agradável visualmente. Assim, o segredo está em evitar excessos e criar uma lógica para cada categoria. Acompanhe as dicas que preparamos.

Modelos de prateleiras com alturas reguláveis permitem adaptar o espaço aos diferentes tamanhos das embalagens. Prateleiras mais estreitas também podem ser instaladas nas laterais ou no fundo da porta para acomodar temperos, latas

e pequenos produtos.

Use organizadores para ganhar espaço

Cestos, caixas e bandejas ajudam a agrupar itens semelhantes e evitam que as embalagens fiquem espalhadas. Os modelos transparentes ou com identificação na frente facilitam ainda mais a visualização, por exemplo.

Produtos consumidos diariamente devem ficar nas prateleiras de fácil acesso. Já os itens usados com menos frequência podem ocupar os espaços mais altos ou mais profundos.

Quando a estrutura permitir, a porta pode se transformar em uma área extra de armazena-

mento. Pequenas prateleiras ou suportes são úteis para temperos, sachês, papel-alumínio e outros itens menores.

Organize por categorias

Separar massas, grãos, enlatados, bebidas, produtos para café da manhã e itens de limpeza torna a rotina mais prática. Além de facilitar a procura, a divisão ajuda a perceber o que está acabando e evita compras desnecessárias.

Potes herméticos transparentes são aliados para alimentos secos, como arroz, feijão, farinhas e cereais. Assim, é possível identificar rapidamente o conteúdo e a quantidade disponível.

Não desperdice os cantos

Nichos estreitos, prateleiras de canto e carrinhos podem ser boas soluções para áreas pequenas. Dessa forma, em uma despensa compacta, espaços que parecem pouco úteis podem fazer uma grande diferença.

Uma despensa organizada também precisa de manutenção. A cada reposição, vale colocar os produtos mais antigos à frente e verificar as datas de validade. Assim, o espaço permanece funcional e os alimentos são aproveitados no tempo certo.

Divulgação



Mesmo com pouco espaço, é possível deixar a despensa prática

GASTRONOMIA



Bolinho de abóbora com carne-seca e queijo



Bolinho de arroz com bacalhau e queijo



Bolinho de calabresa



Bolinho de milho recheado com queijo

Vamos de Bolinho? Receitas práticas e deliciosas para atualizar os petiscos

Alô galera do petisco! Esse menu de bolinhos é perfeito para você. O bolinho, independente do sabor, é um lanche super gostoso e oferece uma diversidade de opções saudáveis também.

Por isso, listamos algumas opções de bolinhos para você experimentar e se deliciar. Ahhh! Não precisa ficar preocupada com a dieta, pois tem receita para quem quer manter a boa forma também, hein?!

Bolinho de arroz com bacalhau e queijo

Ingredientes: 300 ml de azeite extravirgem; 150 g de cebola picada; 20 g de alho picado; 600 g de arroz carolino; 200 ml vinho branco seco; 80 g tomate confitado picado; 400 g de queijo parmesão ralado; Salsinha quanto baste; 250 g de bacalhau cozido; 3 ovos
Farinha de milho, óleo e caldo de galinha quanto baste; Sal à gosto.

Modo de Preparo: Refogue a
cebola e o alho no azeite. Jun-

te o arroz, molhe com vinho branco seco, deixe ferver e molhe com o caldo de galinha. Tempere com sal marinho e deixe cozinhar. Quando o arroz estiver quase cozido, junte o tomate seco e deixe apurar. Incorpore o queijo parmesão e retire do fogo. Quando o preparado estiver frio, adicione salsa picada e molde com duas colheres em forma de bolinhas recheando cada uma com uma lasca de bacalhau. Passe cada um por ovo e farinha de milho e frite em banho de óleo quente. Sirva os bolinhos em prato raso, com o molho de pimenta à parte.

Bolinho de calabresa

Ingredientes: 1 copo de farinha de trigo; 1 copo de leite; 1 colher (sopa) de manteiga; 3 pitadas de sal; 1/2 caldo galinha; 1 ovo orégano calabresa.

Modo de Preparo: Em uma panela coloque o leite, a farinha, a manteiga, o sal, o knorr e a gema, misture com uma colher em fogo médio até desgrudar da pa-

nela. Deixe esfriar.
 Faça bolinhas e aperte no
 meio com o dedo, coloque
 orégano e uma fatia fina de
 calabresa em cada bolinha.
 Empane na clara reservada e
 na farinha de rosca, frite em
 óleo quente!

Bolinho de brócolis assado

Ingredientes: 1 cabeça de brócolis; 2 dentes de alho; 1/4 copo de farinha de rosca; 1 ovo; 1/4 copo de queijo de sua preferência (use prato); Sal e pimenta à gosto.

Modo de Preparo: Cozinhe o brócolis em uma panela com água e uma pitada de sal por dois minutos.

Após cozinhar, pique o brócolis para que fique parecendo farinha.

Numa bacia, misture todos os ingredientes.

Faça pequenas bolinhas com a massa e coloque-as em uma forma antiaderente.

Leve para assar em forno médio (180° C) por cerca de 10 a 15 minutos. Sirva-se!

Bolinho de abóbora com carne-seca e queijo

Ingredientes: 3 colheres de sopa de azeite; 1 cebola picada; 2 xícaras de chá de carne seca dessalgada e desfiada; 1/2 colher de alho picado; 1/2 xícara de molho de tomate pronto; 3 colheres de salsa picada; Sal, pimenta-do-reino e noz-moscada à gosto; 2 xícaras de chá de abóbora cozida e espremida; 1 colher de sopa de manteiga; 1 cubo de caldo de legumes; 1 xícara de água quente; 1 xícara de chá de leite; 2 xícaras e meia de farinha de trigo; 1 xícara e 1/2 de queijo mussarela ralado; 1 xícara de farinha de rosca; 4 ovos batidos; Óleo para fritar.

Modo de Preparo: Em uma panela, aqueça uma colher de sopa de azeite em fogo médio e refogue a cebola com a carne e o alho por cinco minutos, acrescente o molho de tomate, a salsa e tempere com sal, pimenta e noz-moscada. Reserve.

No liquidificador, bata a abóbora com a manteiga, o caldo de legumes e a água quente,

até ficar homogêneo.
Coloque em uma panela, adicione o leite e, ao levantar fervura, despeje a farinha de uma só vez.

Cozinhe em fogo baixo, mexendo sempre, até a massa soltar da panela e junte o azeite restante, misture e deixe a massa esfriar coberta com um pano úmido.

Pegue porções da massa, abra e recheie com uma porção da carne e um pouco de mussarela. Modele bolinhos, passe na farinha de rosca, nos ovos batidos e na farinha.

Frite em óleo quente, aos poucos, até dourar. Escorra em papel toalha e sirva. Se desejar substitua a mussarela por queijo tipo gorgonzola, fica ainda mais especial.

Bolinho de milho recheado com queijo

Ingredientes: 2 latas de milho sem a água; 2 medidas da lata de leite; 2 caldos de camarão; 2 colheres não muito cheias de margarina; Mais ou menos quatro copos de trigo; Queijo tipo parmesão em cubinhos; Farinha de rosca para empa-

nar; 2 claras para empanar;
Óleo para fritar as bolinhas.

Modo de Preparo: Bata no liquidificador o milho, o leite, o caldo e a margarina em temperatura ambiente, consistente.

Coloque em uma panela, acrescente o trigo e leve ao fogo, sempre mexendo, até ferver e começar a cozinhar. Mexa vigorosamente até o ponto de massa para salgadinho, ou seja, desgrudar do fundo da panela.

Tire do fogo e coloque sobre uma mesa ou da pia. Espere esfriar um pouco para não queimar as mãos.

Sove até ficar bem lisinha. Modele as bolinhas, em cada uma coloque um pedacinho do queijo parmesão, enrole.

Bata as claras e passe as bolinhas uma a uma, depois na farinha de rosca. Frite no óleo bem quente e escorra em papel toalha.

Divulgação

An advertisement for 'Jornal Spasso Cidades' on a blue background with a grid pattern. In the top left, there is a logo for '19 anos' (19 years) next to the text 'SPASSO cidades'. The main headline reads 'Que as melhores notícias você encontra no Jornal Spasso Cidades você já sabe...'. Below this, it says 'Agora você sabe que o Jornal Spasso Cidades você também encontra em nosso site e nas redes sociais?'. At the bottom left, the website 'www.jornalpassocidades.com.br' and social media handle '@jornalpassocidades' are listed. On the right, a woman with long brown hair is sitting cross-legged, using a silver laptop. A large, pixelated white cursor arrow points towards the top right corner.

CANNON

CARDÁPIO ALMOÇO

SEGUNDA A SEXTA | DAS 11H ÀS 14H

PRATOS FEITOS E MARMITEX P

PRATO ECONÔMICO DO DIA R\$ 19,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

SALADA COM TIRAS DE FRANGO R\$ 21,90

Alface, tomate, cenoura ralada e rúcula.

FILE DE FRANGO R\$ 21,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

FIGADO ACEBOLADO R\$ 21,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

BISTECA SUÍNA R\$ 21,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

FEIJODADA R\$ 27,90

Acompanha: Arroz, farofa, couve, torresmo e vinagrete.

CONTRA FILE ACEBOLADO R\$ 29,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

PARMEGIANA DE FRANGO R\$ 29,90

Acompanha: Arroz e fritas.

PICANHA R\$ 35,90

Acompanha: Arroz, feijão, farofa, salada e batata chips.

PARMEGIANA DE CARNE R\$ 35,90

Acompanha: Arroz e fritas.

MARMITEX M

Acrescido de R\$ 2,00 sobre o valor do prato.

☒ Inclui salada (alface e tomate).

+ ADICIONAIS

ARROZ R\$ 5,00

FEIJÃO R\$ 5,00

BATATA FRITA R\$ 8,00

BEBIDAS

ÁGUA SEM GÁS R\$ 4,00

ÁGUA COM GÁS R\$ 5,00

REFRIGERANTE LATA R\$ 8,00

REFRIGERANTE 600ml R\$ 12,00

REFRIGERANTE 1 LITRO R\$ 14,00

REFRIGERANTE 2 LITROS R\$ 16,00

COCA-COLA 2 LITROS R\$ 19,00

SUCOS

SUCO COPO 400 ml R\$ 13,90

JARRA DE SUCO 700 ml R\$ 20,90

Suco com leite: acrescido de R\$ 3,00

CANNON

Avenida da Saúde, 56
Planalto do Sol - Sumaré/SP

(19) 3883-7802

(19) 99591-4941

Almoço de segunda
a sexta, das 11h às 14h.