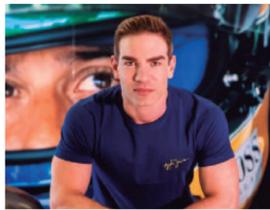




Cosmopolense Ariel chega à etapa final de programa culinário na EPTV
Prato escolhido foi a "Feijoada Light" e ele foi classificado como finalista da segunda semana do programa com 41,01% dos votos

A 08



Cosmopolense ocupa o cargo de vice-presidente do renomado Instituto Ayrton Senna
Ewerton Cordeiro Fulini afirma que "é desafiador, mas a paixão e a dedicação que tenho por esse trabalho tornam tudo muito prazeroso e gratificante"

C 03

GAZETA de COSMÓPOLIS

Do impresso ao digital, 28 anos de credibilidade e sucesso!

ANO XXVIII - Nº 2226 - Desde 1995

COSMÓPOLIS, SEXTA-FEIRA, 12 DE MAIO DE 2023

CONCLUÍDA EM 11/05/2023, ÀS 19h25

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - 22 PÁGINAS

impresso/
+ digital

Confira várias oportunidades de emprego nesta edição

Página A 03

MUITO AMOR

Edição especial comemorativa ao 'Dia das Mães'

FOTOS: CEDIDAS



Profissionais explicam como funciona o processo de adoção de crianças e adolescentes

Em Cosmópolis, estão registrados, em média, 20 cadastros para adoção neste ano de 2023

B 01

Salpicão de frango é a receita sugestiva para o Dia das Mães

Receita é clássica para o almoço do dia a dia e também para datas especiais

B 06

PM prende trio de adolescentes acusados de roubo a transeunte

Com eles, foram localizados cartões, dinheiro e um alicate utilizado para simular uma arma de fogo

B 03

TENDA SUPERMERCADO

TERÇA-FEIRA
OFERTAS ESPECIAIS DE HORTI-FRUTI
QUARTA-FEIRA E SÁBADO
OFERTAS IMPERDÍVEIS DE CARNE
AOS DOMINGOS
FRANGO E COSTELA ASSADA

RUA MONTE CASTELO, 1000 F. (19) 3872-6342

UNIASELVI GRADUAÇÃO E PÓS

APRENDA COM ESPECIALISTAS E TORNE-SE UM DELES.

TUTORIA EXPERIENTE

BOLSAS A PARTIR DE **50%** PARA O CURSO TODO + 1 CURSO DE PÓS GRÁTIS

CONDIÇÃO ESPECIAL DE 06 A 08 ANOS

POLO COSMÓPOLIS R. Luiz Manoel de Queiroz, 206 3800-6185 99244-7814

POLO ARTUR NOGUEIRA R. Praça Prof. Lucas Nogueira Garcez, 42 - Centro - Sala 7

VAGA

BOM PASTOR

Fique atento!

SUPLETIVO MAIO 2023

MATRÍCULAS ABERTAS

Aulas semanais
Material didático incluso

3800-6185
99244-7814

Conclua o ensino fundamental e médio a partir de 6 meses

COSMÓPOLIS R. LUIZ MANOEL DE QUEIROZ, 206

ARTUR NOGUEIRA R. PRAÇA PROF. LUCAS NOGUEIRA GARCEZ, 42 - SALA 7 - CENTRO

EXPOSIÇÃO DE VEÍCULOS ANTIGOS

MÚSICA AO VIVO
MERCADO DE PULGAS
PRAÇA DE ALIMENTAÇÃO

MAIS INFORMAÇÕES
19 97405-2213
Ligeirinho
@amigoscarrosantigos.cosmo

11 - JUNHO
A PARTIR DAS 8h às 15h
COSMÓPOLIS - SP

EXPOSITORES: 2KG DE ALIMENTO NÃO PERECÍVEL PÚBLICO: ENTRADA FRANCA

TODOS VEÍCULOS ANTIGOS E RAROS SERÃO BEM VINDOS!
GERAÇÃO GOL QUADRADO, GERAÇÃO GOL BOLA, TAMBÉM SERÃO BEM VINDOS

LOCAL: PRAÇA PRESIDENTE KENEDY (RODRIGO)

CENTRO AUTOMOTIVO PAULINHO & EDSON

FIAT, Chevrolet, Audi, VW, Renault, Mitsubishi

Fone: (19) 3872-3645

INJEÇÃO ELETRÔNICA - AR CONDICIONADO
ALINHAMENTO E BALANCEAMENTO - FREIO - MOTOR E CÂMBIO

Conversão gasolina p/ álcool
Câmbio automático e direção hidráulica

FONE: (19) 3872-3645
R. JOSÉ MORELLI, 161 - BELA VISTA IV

VENDA DE JORNAIS

Para pets, gaiolas, forrações, artesanatos e embrulhos

Jornal tradicional - tablóide

A partir de **R\$ 7,50** 1kg

F. (19) 3872-2582
Av. da Saúde, 442 - Cosmópolis/SP

A NEXT tem OS ESTAGIÁRIOS

que sua empresa necessita!

Só vantagens e economia!

Estagiários passam por teste e entrevista na Next:

Baixa taxa de administração, desconto de 10% para mais de um estagiário por empresa;

Formalizamos contrato, pagamos seguro de acidentes e fazemos acompanhamento.

Agência de Integração Empresa - Escola
Avenida da Saúde, 442 - Vila Kalli
nextestagiarios@gazetadecospopolis.com.br F. 3872-2582

SUBWAY

Agora com toda linha de Auto Peças

SOM - INSULFIM - BATERIAS
ALARMES PARA CARROS E MOTOS
TRAVAS ELÉTRICAS - VIDROS ELÉTRICOS
ACESSÓRIOS EM GERAL

ACEITAMOS: VISA, MasterCard, Hipercard

Rua Eurides de Godoy, 212
F. 3872 1841

SELECTION SEGUROS F. 3872-7915
Rua Antonio Carlos Nogueira, 1028 - Centro

PRECISANDO DE SEGUROS?
www.selectionseguros.com.br
atendimento@selectionseguros.com.br
Cote seu seguro online

Blue Seguros, Bradesco Seguros e Previdência, JMalucelli, Protector, Argo Seguros, Itaú Seguros, MAPFRE, Generali, Porto Seguro, Ituran, SulAmérica, Zurich, Tokio Marine Seguradora, Sompo Seguros, Excelsior Seguros, Suhai Seguros

Irmãos Carão
Móveis e Colchões

(19) 3872.1552

R. Otto Herbst, 703

WELLAP
LOCAÇÃO DE VANS
FRETAMENTO

Rua Narciso Doria Andretta, 556 - Parque Industrial - Cosmópolis

Temos vagas para CAMPINAS:

- MACKENZIE
- UNIPAL
- UNIP SWIFT
- USF

3872.7098 | 3872.1090
98118.0781 | 98177.1399

Falar com Carlos ou Diogo

Telefones úteis

- #Ambulância.....3882-2477
- # Ambulância-Emergência.....192
- # ANP0800 9700267
- # Bombeiro/Paulínia.....19 3874-4206
- # Câmara Municipal..... 3812-9800
- # Cartório de Registro de Imóveis, Títulos e Documentos..... 3872 7457
- # CETESB/ Limeira..... 3451-6203
- # CETESB/Paulínia.....3844-0466 /0800 113560
- # Conselho Tutelar.....3882-2494
- # Correios.....3003-0100
- # CPFL.....0800 010 10 10
- # CRT (Centro de Referência do Trabalhador de Cosmópolis)..... 3872-2535
- # Defesa Civil.....199
- # Delegacia de Polícia.....3872-1866
- # Dep. Água.....3812-8000 - ramal 8011
- # Fórum.....3872-1135
- # Garagem Municipal.....3872-1315
- # Gazeta de Cosmópolis.....3872-2582
- # Guarda Municipal.....153.....0800-7703165
- # Polícia Militar.....190
- # Polícia Ambiental de Americana 3407-0513 (site: www.ibama.com.br)
- # Poupatempo.....0800-7723633
- # Prefeitura Municipal.....3812-8000
- # Procon Cosmópolis.....3872 5566
- # Rodoviária (VB Transportes).3872-1708
- # Santa Casa de Misericórdia.....3812-8300
- # Serviço Funerário.....3872-3305
- # TV Jaguari..... 3872-2582
- # Velório Municipal3872-2625
- # Vivo (auxílio à lista).....102
- # Vivo (defeitos).....10315



Fundação: 26/02/95
Redação e Anúncios
Avenida da Saudade, 442
Vila Kalil - Cosmópolis - SP
CEP 13.150-670
TELEFONE e WHATSAPP:
(19) 3872 2582

Circulação:
Cosmópolis e Artur Nogueira

Horário:
Segunda a Sexta, das 8h às 18h.
Periodicidade: Mensal

ASSESSORIA, EDITORIA, REVISÃO E JORNALISTA RESPONSÁVEL
Luciana Ap. Cazella D'Aolio
MTB 038.326

E-mail:
redacao@gazetadecospopolis.com.br
Facebook: Gazeta de Cosmópolis
Instagram: Gazeta de Cosmópolis
Site: www.tvjaguari.com.br

A GAZETA de COSMÓPOLIS não se responsabiliza por artigos assinados e/ou informes publicitários, nem estes refletem a opinião do jornal. Os conteúdos dos classificados e propagandas não são de responsabilidade da GAZETA, bem como as negociações realizadas através dos mesmos.



Trilhas Cosmopolenses

Festa em Louvor

à Santa Rita de Cássia
Neste sábado, dia 13/05, a partir das 19h, acontece a primeira noite da grandiosa quermesse em honra à co-Padroeira Santa Rita de Cássia no salão de festas da Paróquia da Matriz Santa Gertrudes.

As festividades continuam nos dias 19, 20 e 21 de maio. Haverá show de prêmios. Dias 13, 19 e 20 de maio - R\$ 1.000,00. Já no dia 21/05, o grande prêmio será no valor de R\$ 3.000,00.

Oficinas de Arte

na Estação SESI de Cultura
Toda quarta e sexta-feira, das 10h30 às 13h30, tem Oficinas de Arte na Estação SESI de Cultura, com desenvolvimento das habilidades manuais por meio de trabalhos artísticos e objetos decorativos. A Oficina é gratuita para crianças a partir de 7 anos (acompanhadas do responsável), adolescentes, adultos e 3ª idade, com duração de 60 minutos.

As vagas são limitadas por ordem de reserva. A Estação SESI de Cultura fica na Avenida da Saudade, nº 1107 - Parque Residencial Rosamélia.

Programação especial de maio na Estação Sesi de Cultura

Neste mês, também haverá feira de troca de livros, peça teatral, apresentação musical, contação de história e outras atividades.

As programações são livres e gratuitas, e qualquer pessoa pode adquirir a carteirinha para participar dos eventos sem nenhum custo. Importante verificar necessidade de reserva no site <https://cosmopolis-cultura.sesisp.org.br/>

Mais informações pelo Telefone: (19) 3812-1949 | WhatsApp (19) 99907-5575

Bivalente Pfizer está disponível para todas as idades

Já está disponível a vacinação Bivalente contra a COVID-19 como dose de reforço para todas as pessoas com 18 anos de idade e mais, que tenham recebido ao menos duas doses de vacinas novamente como esquema primário.

A Secretaria Municipal de Saúde e a Vigilância Epidemiológica reforçam a importância de incentivar aqueles que não foram vacinados a receber o esquema primário completo e agendar a dose de reforço com a Vacina Bivalente.

As vacinações são exclusivas em todas as etapas para as três unidades de saúde municipal: a USB Andorinhas, USB Beto Spana e Sidney Alves Aranha (Tide), no horário das 08h às 15h30.

Idosos e funcionários do 'Irmã Rosália' recebem vacinas contra a gripe

A Prefeitura de Cosmópolis, por meio da Secretaria Municipal de Saúde, através da Vigilância Epidemiológica, realizou, na manhã de sexta-feira (05), as atualizações vacinais dos residentes e funcionários do 'Lar dos Idosos Irmã Rosália'. Foram imunizados 16 idosos residentes e 9 funcionários da instituição, sendo aplicadas as vacinas contra a Influenza (Gripe).

'Igreja Matriz' recebeu concerto sinfônico e

apresentações da escola de música

Aconteceu, na noite do sábado (06), mais uma edição especial de concertos da 'Orquestra Sinfônica Municipal de Cosmópolis' e 'Banda Escola do Villa-Musical', apresentados na Igreja Matriz Santa Gertrudes. O concerto musical trouxe para os fiéis e convidados as apresentações dos solistas Kleberson Calanca, piano, e Isabella Nogueira, flauta transversal, interpretando temas do cancionista popular brasileiro. O concerto na Igreja Matriz contempla as apresentações periódicas em recintos livres e eventos públicos, programados pelas Secretarias Municipais de Educação e Cultura com o objetivo de aproximar a população da Banda Municipal, Orquestra e Escola Villa-Musical, divulgando a cultura instrumental para diferentes públicos da cidade.

Torneio de 'Beach Hand' é encerrado com campeões cosmopolenses

No sábado (06), foi realizada a etapa final do '3º Torneio de Vôlei, Futevôlei, Beach Hand de Areia', no campo esportivo 'Show de Bola', na Avenida da Saudade.

Nesta etapa final, foi disputada a modalidade de 'vôlei de areia', premiando as equipes femininas do time 'Maravilhosas' como campeã e o time 'The Girls' vice-campeão; na categoria masculina, o time Bravus foi o campeão, e o Titans como vice-campeão.

No período da tarde, aconteceu o campeonato de futevôlei de areia, categoria masculino, classificando como campeã a dupla Henrique e Ruan e vice-campeã

a dupla Diego e Bruno.

Projeto Stop Bullying' é iniciado nas escolas da Rede Municipal de Ensino (1)

A Secretaria Municipal de Educação começou, na terça-feira (09), o 'Projeto Stop Bullying', iniciado na 'Escola Municipal de Ensino Básico Professor Florestan Fernandes', apresentado pelo casal de palestrantes Fernando e Clarice Mandú.

O 'Stop Bullying' está sendo desenvolvido em parceria com os educadores e alunos da Rede Municipal de Ensino, contando com as participações de palestrantes que trabalham sobre o tema em escolas, abordando a prevenção e combate ao bullying, cyberbullying e outras formas de violências.

O projeto é uma abordagem baseada nos direitos humanos para combater a discriminação nas escolas, seguindo programas especiais de educação.

Projeto Stop Bullying' é iniciado nas escolas da Rede Municipal de Ensino (2)

O bullying, cyberbullying e outras formas de violências são ações ofensivas que podem ser devastadoras para as vítimas, provocando um impacto negativo em vários níveis, estando, por exemplo, na origem de perturbações alimentares e do sono, do isolamento na escola, de problemas no contexto familiar e ainda com implicações no seu desempenho escolar. As palestras serão apresentadas em outras quatro escolas de 'Fundamental 2' da Rede Municipal de Ensino: as escolas 'Educador Paulo Freire', 'Cecília Meireles', 'Dr. Luiz Nicolau Noland' e 'Estudante Ximena Coelho

Pereira'.

Reunião de escoteiros é realizada na Câmara Municipal (1)

Na noite de quarta-feira (03), foi realizada uma conferência especial dos Escoteiros do Brasil, 'Grupo Amizade Paulínia', no Plenário João Capatto, sediado na Câmara Municipal de Cosmópolis.

O evento reuniu membros da sociedade civil para a apresentação do movimento escoteiro ao público, destacando a presença do Grupo Desbravadores, um departamento da Igreja Adventista do Sétimo Dia, que trabalha o escotismo com a educação cultural, social e religiosa de crianças e adolescentes.

Reunião de escoteiros é realizada na Câmara Municipal (2)

A conferência para a apresentação do projeto foi coordenada pela Secretaria de Agricultura e Meio Ambiente (SAMA), que se fez possível pela parceria com a APAGEP (Associação dos Pais e Amigos do Grupo Escoteiro de Paulínia), com as participações de escoteiros da região, antigos integrantes cosmopolenses e representantes da sociedade.

Através da parceria da Prefeitura de Cosmópolis, por meio da SAMA, a APAGEP e o projeto PRECISA, o grupo entregou um notebook para o Conselho Tutelar do município. A doação foi efetivada pela união de esforços na coleta e descarte consciente dos resíduos eletroeletrônicos, pilhas e baterias para a reciclagem e destinação final, obtendo recursos para a compra e concessão do notebook, computador portátil.

De volta ao passado



1938 - Primeiro Coreto Praça Major Arthur Nogueira 2

1938 - Há exatos 85 anos - 'Jardins cosmopolenses', 'Praça da Estação', 'Praça do Coreto', em destaque a Praça Major Arthur Nogueira Ferraz, referência histórica de gerações, sobretudo imigrantes europeus, marco do progresso e nascimento da "Villa Cosmópolis".

Na imagem, evidencia o velho coreto da praça, projeto incorporado nos distritos e villas campineiras, realçando os seus balaustres e ornamentos em madeira maciça (cedro e peroba), telhado com duas caídas, sendo as aberturas criadas como difusores do som nas apresentações, piso hidráulico paulistano, e o icônico térreo da edificação, concebido originalmente como detenção aos 'transgressores das normas de bons costumes' e 'cura de ressaca aos bêbados', mas que serviu na realidade para armazenar as ferramentas do "chefe geral dos jardins", e o estúdio técnico do famoso "Serviço de Alto-Falantes A Voz de Cosmópolis".

Passeios públicos de terra ba-

tida com cascalhos de pedra, bancos de ferro forjado e madeira, inúmeros arbustos com suas folhagens "faceiradas", minuciosa poda realizada pelo zeloso jardineiro da praça, registrado com seu carrinho e ferramentas na esquerda da foto.

Ao lado esquerdo, a rudimentar cerca de mourões de jacarandá e fios de aço, delimitando o espaço da praça e os perímetros de segurança aos pedestres. Naquele ponto, havia a passagem férrea das linhas dos trens da Cia Sorocabana, estando localizada a poucos metros, a velha Estação, inaugurada oficialmente em 1899. Na praça, muito antes da sua estruturação como espaço público, as imediações atraíam os mais diversos frequentadores, sobretudo namorados, reunidos nas sombras das árvores para ver as chegadas e partidas dos trens.

Texto: Adriano da Rocha
Curta e siga:
@Acervo Cosmopolense
Foto: Luizinho Ferreira



Campinas Rua Conceição, 233, Sala 1305, Centro.
Cosmópolis Rua Ramos de Azevedo, 350, Sala 17, Centro.
Mogi-Guaçu Rua José de Paula, 77, Centro.



- Aposentadoria
- Revisão
- Pensão
- Auxílio-Doença
- Auxílio-Reclusão
- Salário Maternidade
- Planejamento Previdenciário

AÇÕES CONTRA O INSS

AFASTAMENTOS (INDEFERIDOS/CESSADOS)

SALÁRIO-MATERNIDADE

PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO

ENTRE OUTROS.

(19) 9.9671-3784

Rua Campinas, 221, Centro - Cosmópolis/SP
FELIPE KREITLOW PIVATTO | OAB/SP 317.103

ADRIANA GIOVANNI VIAMONTE
ADVOGADA - OAB/SP 108.519

(19) 3872 1544

(19) 98135 8557

viamonte@uol.com.br

Rua Antônio Carlos Nogueira,
820, Cosmópolis - SP



Adriana Viamonte
ADVOGADA TRABALHISTA



COSMOPOLITANO FUTEBOL CLUBE

Rua Baronesa Gerardo de Rezende, nº 161 B
Bairro Bela Vista III - Cosmópolis - SP - CEP 13.150-176
CNPJ 47.370.168/0001-62 - INSCR. EST. 276.661.988.119
INSCR. MUNICIPAL Nº 329
TELEFONES: (19) 3872-1917 - (Secretaria) / (19) 3872-4180 - (Diretoria)
(19) 3882-9243 - (Portaria) / (19) 3882-9244 - (Setor Esportivo)
Site: www.cosmopolitanofc.com.br
e-mail: cosmopolitanofc@uol.com.br (Secretaria)
e-mail: esportos.cfc@gmail.com (Setor Esportivo)

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

A Presidente do Conselho Deliberativo do Cosmopolitano Futebol Clube, no uso de suas atribuições e em obediência ao que dispõe o Estatuto Social no seu Artigo 13 – Incisos I e III – combinado com o Artigo 14 – Inciso I, convoca os SENHORES SÓCIOS para a **Assembleia Geral Ordinária**, que será realizada no dia **04 de JUNHO de 2023, DOMINGO, às 07h30**, na sede social situada na Rua Baronesa Geraldo de Rezende, número 161-B, em Cosmópolis.

A ordem do dia obedecerá a seguinte pauta:

- 1) ELEIÇÃO DOS MEMBROS DA DIRETORIA com mandato de 01 de JULHO de 2023 até 30 de JUNHO de 2025. Somente poderão participar da ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA:
 - a) os sócios PROPRIETÁRIOS FAMILIARES (excluídos os dependentes);
 - b) os sócios PROPRIETÁRIOS INDIVIDUAIS;
 - c) os sócios BENEMÉRITOS (excluídos os dependentes)
 - d) os sócios REMIDIOS (excluídos os dependentes);
 - e) os sócios que estiverem quites com suas obrigações estatutárias, **MUNIDOS DE SUA RESPECTIVA CARTEIRA SOCIAL ou CÉDULA DE IDENTIDADE (RG)**.

Conforme determina o Estatuto Social - Artigo 17 – Parágrafo 1º - se na hora marcada não se verificar a presença de 1/5 (um quinto) do número de sócios com direito de voto, a ASSEMBLEIA funcionará 01 (uma) hora depois com qualquer número de sócios.

A votação será encerrada, impreterivelmente, às 12h, do dia 04 de junho de 2023. Conforme determina o Estatuto Social no seu Artigo 34, e no Regulamento Interno seu Artigo 102 – Parágrafo 1º, as Chapas concorrentes deverão ser protocoladas na Secretaria do Clube até às 17h do dia 26/05/2023, sexta-feira, e conforme Artigo 51, Parágrafos 1º e 2º, deverão ser compostas por: PRESIDENTE, VICE-PRESIDENTE, 1º e 2º SECRETÁRIO, 1º e 2º TESOUREIRO, sendo que o PRESIDENTE e o VICE-PRESIDENTE deverão ter sido CONSELHEIROS TITULARES, por um período mínimo de 02 (dois) anos, ou exercido cargo na DIRETORIA e cumprido o mandato na sua integridade.

De acordo com resolução do Conselho Deliberativo, para homologação da chapa, todos os integrantes deverão apresentar na Secretaria do Clube, no ato da inscrição, os seguintes documentos:

- a) Antecedente Criminal, com base no Artigo 84, Parágrafo Único do Estatuto Social, e;
- b) Certidão Negativa dos Distribuidores Cíveis e de Protestos.

Fica terminantemente proibida a vinculação em material de propaganda (banners, panfletos, camisetas, etc.) e mídias eletrônicas, nomes de sócios que não concorrerão ao pleito ou que não componham a Chapa inscrita, sob pena de impugnação da mesma. A medida é necessária para evitar as aglomerações e distribuir melhor o fluxo de eleitores nos locais de votação que geralmente recebe maior número de pessoas pela manhã.

Cosmópolis, 25 de abril de 2023.

LEANDRO RICARDO ZANELATO
Presidente do Conselho Deliberativo

STIAC SINDICATO DOS TRABALHADORES DA INDÚSTRIA DO AÇÚCAR DE COSMÓPOLIS

CNPJ 47.370.523/0001-93
Rua Max Hergert, nº 400 - Jardim Bela Vista
Cosmópolis - SP - CEP 13150-000 Telefax: (19) 3872-1394
e-mail: sindicatocosmopolis@gmail.com

Assembleia Geral Extraordinária

Ficam convocados todos os trabalhadores do ramo da agroindústria canavieira da base territorial do sindicato, filiados ou não, para se reunirem em assembleia geral que será instalada na sede do sindicato, no endereço Rua Max Hergert, 400, no próximo dia 12 de Maio, das 7h às 19h, para discutir e votar as seguintes pautas:

- 1) Redação da ata da assembleia anterior;
- 2) Reivindicações da categoria para discutir e votar o elenco de reivindicações do grupo profissional;
- 3) Concessão de poderes ao sindicato para manter negociações coletivas, assinar acordos e convenção coletiva de trabalho;
- 4) Aprovação da cota de participação negocial considerando as vantagens obtidas no procedimento negocial, com atribuição de 20% do montante bruto à federação.

Jonas Gomes
Presidente

A Gazeta de Cosmópolis também está no Instagram

GAZETA de COSMÓPOLIS

JAGUARI



CARREIRA

Sanofi abre inscrições da nova onda de estágio afirmativo para estudantes negros

Programa #Focoemvocê possui bolsa-auxílio de até R\$2.667

Inscrições podem ser realizadas até 04 de junho

A farmacêutica Sanofi lança, pelo segundo ano consecutivo, o programa de estágio afirmativo para estudantes pretos e pardos. O programa #Focoemvocê tem o objetivo de garantir a diversidade e a inclusão com uma estrutura focada em acolhimento

e protagonismo, uma metodologia baseada no desenvolvimento de competências comportamentais e técnicas que são fundamentais para a construção de uma carreira sólida.

Essa é a oportunidade de trabalhar na maior multinacional farmacêutica do Brasil, que une pessoas dedicadas e talentosas e ciência de ponta para transformar a prática da medicina, com atuação desde a área de vacinas a medicamentos genéricos.

As inscrições estão abertas e os candidatos poderão se inscrever até 04 de junho. Os aprovados no programa terão início previsto para o mês setembro. Os inscritos precisam estar aptos a estagiar presencialmente nas cidades de Campinas, Guarulhos, São Paulo ou Suzano -- SP. Para conhecer mais requisitos necessários para participação e realizar sua inscrição, acesse o site https://portal.across.jobs/Programa/WebCartazDivulgacao?pIdPrograma=SanofiAventis_Comercial_e_Logistica_Ltda-171

A bolsa-auxílio vai de R\$ 2 mil até R\$ 2.667 para estudantes que cursam bacharelado ou tecnólogo de diversos cursos. Os benefícios são vale-transporte, vale-refeição ou refeitório na fábrica, plano de saúde e odontológico, desconto em medicamentos, seguro de vida, Gympass, terapia com a Psicologia Viva, cursos de idioma e plataforma de cursos online gratuitos.

OPORTUNIDADE

Programa de Estágio Dow 2023 abre vagas em Hortolândia

Empresa oferece benefícios como curso de Inglês ou Espanhol para os estagiários, além de muitas outras vantagens

Inscrições vão até o dia 15 de maio

Estão abertas oficialmente as inscrições para as vagas de Estágio Dow 2023, com vagas para ensino Superior e Técnico. Para este ano, a empresa está ofertando vagas em: São Paulo (SP); Hortolândia (SP); Jundiá (SP); Jacaréi (SP); Santos Dumont (MG); Guarujá (SP); Aratu (BA) e Itaparica (BA). Todo o processo seletivo é realizado em parceria com a Eureka, consultoria com foco em jovens que busca construir pontes entre gerações e ressignificar o que é talento para o mercado, que fica responsável por cada uma das etapas até a seleção. A data limite para participar do processo seletivo é até o dia 15 de maio.

Os requisitos para se inscrever neste ciclo são disponibilidade de estagiar de 1 ano e meio a 2 anos e estar com a formação prevista entre dezembro de 2024 a Julho de 2025. Após a inscrição, o

candidato passará por um "Fit Cultural", que é uma avaliação para mensurar a sinergia do participante com a empresa. Os que obtiverem os maiores índices passarão para as próximas etapas que consistem em entrevistas, painéis online e a chamada final dos aprovados.

Entre os benefícios estão: Bolsa-Auxílio; Plano Médico; Plano Odontológico; Cartão Farmácia; Folga no dia do seu aniversário; Gympass; Seguro de Vida; Programa de Desenvolvimento Profissional e Pessoal; Coach; Be Ready Dow (Curso de Inglês ou Espanhol para Estagiários que tenham inglês/espanhol do inferior ao básico); Vale

Refeição ou Restaurante no Local de Trabalho (a depender da localidade); Auxílio Transporte, Auxílio Estacionamento ou Ônibus Fretado.

Para quem se interessar, as inscrições devem ser feitas por meio do site oficial, disponível no link <https://oportunidades.eureka.me/oportunidade/jump-to-the-future-dow-2023-2>.



Potenciais candidatos podem entregar CV na Recepção da empresa na Rodovia SP-332, km 143,5 - Cosmópolis - SP.

Ou enviar currículo para o e-mail: curriculo_ester@usinaester.com.br (por gentileza, colocar no assunto a vaga de interesse)

Faça seu cadastro no site: vagas.com.br/vagas-de-usina-ester

Observação: Para todas as vagas podem ser contratadas Pessoas com Deficiência (PcD).

Analista de PCMI Pleno
Auxiliar de Combate a Mato e Praga
Borracheiro
Comprador Pleno
Lubrificador
Mecânico Automotivo II
Motorista Lubrificador
Operador de Colhedora
Operador de Colhedora e Plantadora

CRTC - Centro de Referência ao Trabalhador de Cosmópolis

Empresa Motiva abre 1000 vagas de Operador de Telemarketing - Entrevistas Online pelo telefone (11) 97647-4394
Auxiliar Administrativo(a) PcD (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Ajudante Geral Masculino (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Auxiliar de Laboratório (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Balcônista Masculino (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Caseiro para morar em chácara (01 vaga)
Desenhista Projetista/Cadista (01 vaga) - Expira dia 19/05/23
Estagiário de Laboratório (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Motorista de Ônibus (02 vagas) - Expira dia 19/05/23
Mecânico Automotivo (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Motorista Carreteiro (01 vaga) - Expira dia 19/05/23
Motorista de Caminhão CNH D (03 vagas) - Expira dia 12/05/23
Motorista de Caminhão Truck CNH D (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Motorista de Caminhão Basculante (08 vagas) - Expira dia 12/05/23
Mestre de Obras (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Operador de ETA/EET (05 vagas) - Expira dia 12/05/23
Operador de Escavadeira Hidráulica (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Pedreiro Masculino (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Pedreiro (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Pintor Masculino (01 vaga) - Expira dia 12/05/23
Repositor de Mercadorias (03 vagas) - Expira dia 12/05/23
Programa Jovem Aprendiz (CIEE)

Vagas para Refinaria
Ajudante Civil (Obra Replan)
Armador (Obra Replan)
Auxiliar Rigger (Obra Replan)
Carpinteiro (Obra Replan)
Eletricista Montador (Obra Replan)
Montador de Estrutura (Obra Replan)
Montador de Andaime (Obra Replan)
Operador de Máquina (Obra Replan)
Pedreiro (Obra Replan)
Pintor (Obra Replan)
Rigger (Obra Replan)

Vagas Permanentes
Armador (01 vaga)
Auxiliar de Pedreiro (08 vagas)
Auxiliar de Controle de Qualidade (01 vaga)
Analista de Vendas (01 vaga)
Auxiliar de Combate Mato e Praga (07 vagas)
Assistente de Cobrança (01 vaga) - Vaga Permanente
Assessor de Parcerias e Benefícios, de ambos os sexos (01 vaga)
Apontador de Obras (01 vaga) - Vaga permanente
Eletricista Montador (01 vaga) - Vaga permanente
Borracheiro (01 vaga) - Vaga permanente
Encarregado de Obras (01 vaga)
Grelhista (01 vaga)
Laboratorista (Solo e Pavimentação) - (01 vaga)
Líder de Vendas (01 vaga) - Vaga permanente
Mestre de Obras (01 vaga) - Vaga permanente
Mecânico Automotivo II (Mecânico Diesel) - (02 vagas)
Motorista de Caminhão Basculante (08 vagas) - Vaga Permanente
Operador de Pá Carregadeira (01 vaga)
Operador de Escavadeira Hidráulica (01 vaga) - Permanente
Projetista Mecânico Sênior (01 vaga)
Pedreiro (02 vagas)
Técnico Automação Industrial (01 vaga) - Vaga Permanente
Técnico de Segurança do Trabalho Masculino (01 vaga)
Topógrafo (01 vaga) - Vaga efetiva
Vendedor Interno e Externo (01 vaga)

Vagas do Restaurante Madero
Atendente de Restaurante (PcD) - Oportunidade para 1º emprego)
Atendente de Restaurante (Oportunidade para 1º emprego)
Auxiliar de Cozinha (PcD) - Oportunidade para 1º emprego)
Auxiliar de Cozinha (Oportunidade para 1º emprego)
Coordenador de Restaurante

Rua Otto Herbst, 65 - Centro
CEP 13150-000 - Cosmópolis - SP
Fone: (19) 3872 2535 / (19) 3872 5771 - Fax: (19) 3872 5469 /
E-mail: crtc@cosmopolis.sp.gov.br



CONTROLE

Cuidados com a alimentação do PET: o que pode e não pode ser consumido

Filhotes possuem necessidades diferentes das de um animal adulto, idoso, gestante, obeso ou atleta

“Animais não possuem a percepção de que guloseimas fazem mal”

Manter uma alimentação saudável é uma tarefa difícil para muitas pessoas. É preciso disciplina e controle para evitar os excessos que prejudicam nossa saúde!

Ao contrário de nós humanos, os animais não possuem a percepção de que guloseimas demais fazem mal e podem gerar vários problemas de saúde e até a morte! Portanto, cabe a nós, seus amigos e guardiões, a tarefa de fornecer alimentos saudáveis e uma dieta balanceada para nossos animais!

As rações com qualidade comprovada, do tipo premium e super premium, são as mais indicadas para alimentação animal, mas nós sabemos que é comum fornecer algum petisco ou uma dieta com alimentos naturais. Por isso, confira algumas dicas para manter a alimentação saudável de seu pet.

Cães e gatos

No reino animal, os cães e gatos pertencem à classe e ordem dos carnívoros, portanto, suas dietas devem ser ricas em proteína e menos carboidratos, frutas e verduras.

Eles podem comer carne crua, desde que seja de origem confiável com qualidade comprovada.

Forneça uma alimentação de acordo com a espécie e fase da vida de seu pet. Filhotes possuem necessidades diferentes das de um animal adulto, idoso, gestante, obeso ou atleta.

Maçãs, cenoura, espinafre, brócolis, banana, goiaba, pera, manga (sem caroço) e kiwi são alguns exemplos de frutas, verduras e legumes que, em quantidades muito pequenas, podem ser incluídos na alimentação dos pets, desde que estejam limpos, frescos e sem sementes.

Sirva a ração aos poucos durante o dia. Oferecer ração ao seu animal é a melhor maneira de garantir que ele ingira todos

os nutrientes e vitaminas que precisa para estar sempre saudável, pois é um produto desenvolvido especialmente para isso.

Não exagere nos petiscos: dar um petisco ao animal é uma forma muito usada por seus donos para tirá-lo de um ambiente ou fazer com que ele tenha algum comportamento específico. Mas é preciso saber que o excesso de snacks também pode fazer mal ao bichinho, mesmo que o alimento seja específico para ele.

Sempre confira na embalagem do produto a quantidade máxima recomendada por dia e para cada porte e espécie, além de perguntar sempre ao Médico Veterinário qual o petisco mais apropriado para as necessidades do seu animal.

Cuidados com alimentação

Doces ou chocolates, café e chás, que contêm teobromina e cafeína, podem intoxicar e levar à morte do animal.

A ingestão de alho, cebolinha, cebola e alho-poró podem causar anemias graves.

Abacate, macadâmia, doces, balas, uvas e uvas passas e alimentos com muito sal também podem causar graves intoxicações.

As frutas cítricas não devem ser incluídas na alimentação de animais com problemas gastrointestinais, como gastrite.

Não ofereça sua comida, muito menos os doces. Sabemos que os animais, especialmente os cachorros, pedem tudo o que estamos comendo. Mas para o bem deles, temos que saber a hora de dizer não, por mais que isso os deixem chateados. Afinal, temos que zelar pela saúde dos nossos bichinhos, não é?

Então, a regra é clara: evite ao máximo dar a sua comida para o animal, a menos que tenha alguma recomendação do veterinário. A nossa comida pode dificultar o processo de digestão do animal e causar diarreias, além de outros problemas gastrointestinais.

Para que o animal tire o foco da comida, o ideal é distraí-lo com os petiscos, brinquedinhos e brincadeiras. Eles vão adorar!



FOTO: LUDMILA OLIVEIRA

Não exagere nos petiscos

Aves

Certifique-se que o alimento (ração, sementes, frutas, legumes e verduras) sejam indicados para a espécie da sua ave.

Cuidado com as misturas de sementes! Esse tipo de dieta é muito adotado para aves domésticas, mas fique atento! Quando armazenadas de forma errada, perdem sua qualidade e prejudicam a saúde da ave.

As sementes oleaginosas (nozes, amendoim, castanhas e amêndoas) e sementes de girassol, são muito gordurosas e devem ser fornecidas com MODERAÇÃO.

Forneça frutas, legumes e verduras frescos, em porções pequenas, sempre em recipientes limpos.

Dê preferência por frutas e legumes menos gordurosos, como maçã, melão, banana, mamão, cenoura, milho e couve.

Lembre-se: a água das aves deve ser trocada diariamente.



FOTO: ARQUIVO PESSOAL

José Francisco da Costa (Chiquinho)
Médico Veterinário
CRMV SP- 24666
Clínica Veterinária Colibri
Av. Saudade, 2419
F. 3812-5448

TRATAMENTO

Como funciona o atendimento de um Veterinário Comportamentalista?

Xixi e cocô no lugar errado, destruição de objetos, não conseguir realizar passeios, ansiedade de separação, latidos excessivos, transtornos alimentares, etc. podem ser corrigidos

Técnica também se estende a filhotes

Primeiramente, vamos esclarecer que existe um ramo dentro da medicina veterinária voltado à prevenção, diagnóstico e tratamento de distúrbios de comportamento nos animais, com o intuito de promover o bem-estar tanto do animal quanto da família.

Os atendimentos são realizados em domicílio, já que o ambiente é determinante na modificação comportamental. Durante a primeira consulta, é observado o comportamento do animal, o que é normal e o que é problemático. São analisadas, juntamente com os tutores, as possíveis causas do problema, seus fatores motivacionais e desencadeadores, as consequências para o bem-estar do animal e da família e os objetivos pretendidos com o tratamento.

Vou falar aqui sobre o atendimento exclusivamente de cães, que é a minha área, embora também exista o atendimento na área de comportamento para gatos. Entre os distúrbios de comportamento que podem ser corrigidos estão: xixi e cocô no lugar errado, destruição de objetos, não conseguir realizar passeios, ansiedade de separação, latidos excessivos, transtornos alimentares, etc.

Os atendimentos por um profissional da área também se estendem a filhotes. Neste caso, o veterinário orientará os tutores sobre uma melhor criação do ponto de vista



FOTO: VINICIUS AFFONSO

Atendimentos são realizados em domicílio

comportamental, prevenindo assim futuros problemas.

Um outro ponto importante de se destacar é a diferença entre um adestrador e um veterinário comportamentalista. Embora o veterinário também vá começar o atendimento realizando o ensinamento dos comandos básicos, ele tem mais conhecimento na área de etologia (comportamento) e sabe detectar se o distúrbio comportamental não está acontecendo em decorrência de alguma enfermidade que cause dor, alterações neurológicas ou desequilíbrios hormonais, por exemplo. E caso seja necessário, somente o veterinário pode prescrever psicofármacos para ajustar o status emocional do cão (exemplos: controlar a ansiedade, o medo, a agressividade).

O veterinário comportamentalista atua na correção de alterações de comportamen-

to que podem trazer transtorno para toda a família, trazendo riscos à saúde do cão, e até risco de abandono ou doação do animal. Porém, sua atuação só será eficiente com a colaboração do tutor e toda sua família, que deverá fazer pequenos treinos, orientados pelo profissional, com o cão em casa. Além de eventualmente serem necessárias modificações na rotina familiar e no ambiente físico.



FOTO: ARQUIVO PESSOAL

Natalia Idalgo de Queiroz
Médica Veterinária
CRMV – SP 23.967

'ADOTE UM!'

Conheça alguns dos animaizinhos que estarão na Feira Livre para adoção

Ação beneficia ambas as partes: o bichinho e o cuidador

“Amor não tem raça ou cor”

O amor por um animal não tem raça ou cor e a adoção é uma atitude que beneficia ambas as partes: o animalzinho ganha um lar e o cuidador, um

novo companheiro.

Veja o que considerar antes de partir para a adoção de cachorro: você tem tempo e espaço onde mora para cuidar de um cachorro? Você tem paciência e disposição para adotar um cachorro? Você tem dinheiro para investir nos cuidados com o animalzinho?

No sábado (13), das 9h às 12h, o Grupo Mudando Destinos estará na Feira Livre, com algumas 'ferinhas' disponíveis para adoção, na Rua Campos Salles - Centro.

Para adotar, é necessária a apresentação de documento com foto e comprovante de residência.

Facebook: Mudando Destinos



FOTO: CEDIDA

Fêmea, 2 anos



FOTO: CEDIDA

Macho, 1 ano e meio



FOTO: CEDIDA

Macho, 1 ano e meio



FOTO: CEDIDA

Macho, 6 meses



FOTO: CEDIDA

Macho, 6 meses



FOTO: CEDIDA

Macho, 3 meses

meu animal, meu xodó

Esta coluna tem como objetivo valorizar os animais de estimação que, a cada dia mais, passam a fazer parte da família. Participe você também, é gratuito.

Nome completo do dono:
Livia Naomi Hayashida Tofanetto.

FOTO: LIVIA NAOMI

Nome e idade do xodó:
Pepita, 1 ano e 5 meses.

Raça:
Chihuahua.

Seu xodó tem algum apelido que só você chama?
Peppa e Pepi.

Há quanto tempo você tem o animal?
1 ano e 2 meses.

Como foi a escolha?
Nos apaixonamos quando a vimos. Era a mais brinçalhona e chegou no momento certo, trazendo felicidade.

Seu xodó é muito bagunceiro?
Sim, não podemos deixar nada de bobeira que ela adora pegar para brincar e destruir (risos).

O que você mais gosta no seu animalzinho?
Gosto, principalmente, de como ela é carinhosa, adora me receber quando chego em casa e, quando estou na sala, fica em cima de mim.

O que vocês fazem juntas?
Assistimos séries e brincamos.

Quantos animais você tem em casa? Gostaria de ter mais algum? Qual?
Tenho dois cachorros: o Tico e a Pepita. Por enquanto, não gostaria de ter outro animalzinho, mas, futuramente, gostaria de voltar com o meu aquário.

Qual é o prato predileto do seu xodó?
Caqui e banana.

Qual punição você daria para as pessoas que maltratam os animais?
A pior possível. Para começar, multa, proibição de ser tutor de



Pepita gosta de brincar e assistir séries com Livia

animais e prisão.

Conte um momento marcante entre vocês.
Um momento marcante foi quando fomos juntas para a praia.

O seu xodó gosta de passear?
A Pepita adora correr e brincar, mas só em lugares que ela conhece ou pega confiança. Ela tem muito medo da rua e de desconhecidos.

Quando você viaja, leva o seu xodó ou o deixa com alguém?
Levamos junto.

Sua família é apegada com

seu xodó?
Muito! Todos têm muito amor por ela e até brigam para saber com quem ela é mais apegada.

Seu xodó é mais apegado com quem da sua casa?
Ela é muito apegada com a minha mãe. Espera voltar do trabalho e, quando todos estão em casa, ficam juntas na sala.

Por que ter um animal de estimação em casa?
Os animaizinhos de estimação deixam a casa mais feliz, são super companheiros e sabem exatamente como nos alegrar quando estamos pra baixo.



Maristela T. Lopes Ramos
Psicóloga - CRP: 06/136159

Especialista em Clínica Psicanalítica
- Dependência Química;
- Relacionamentos Abusivos.

(19) 98171-8591

Rua Santa Gertrudes, 2063
Fundos (Rua João Tonussi)
Bela Vista- Cosmópolis - SP



Fisioclin Desde 1981

Ortopedia / Fisioterapia

Dr. Leonardo Kowalesky
CRM 137.295
Ortopedia Geral
Medicina Esportiva
Lesões do Joelho

Dra. Renata de Senna Kowalesky
CRM 140.080
Ortopedia Geral
Lesões do Ombro

Médicos ortopedistas
Todos os dias

Fisioterapia geral
Atendimento especializado

Segunda a sexta feira:
Horário de atendimento: 7h30 às 19h

Unimed | PETROBRAS | Bradesco | Mediservice | PHS

outros convênios e particulares

R. Max Hergert, 965 (em frente ao Hospital) - Cosmópolis - Telefone: 3872-1545

HERANÇA GENÉTICA

Minha mãe tem varizes. Será que terei também?

Manter a avaliação da sua circulação em dia é prevenir formações graves da doença e nunca passar por riscos maiores à sua saúde

FOTO: GAZETA DE COSMÓPOLIS/TV JAGUARI



Um estilo de vida saudável ajuda a amenizar o avanço das varizes

“Mantenha um estilo de vida saudável”

Varizes têm fator genético! Isso mesmo, mais de 90% dos casos do surgimento de varizes ocorrem por herança genética, her-

dada dos nossos pais ou avós.

Fique alerta!!
O seu histórico familiar é um sinal de alerta para observar e tomar os devidos cuidados.

Mantenha o seu estilo de vida saudável!
Mantendo um estilo de vida saudável, você con-

segue amenizar o grau de avanço da doença e como ela se desenvolverá no seu corpo.

1. Pratique exercícios físicos
O exercício fortalece os músculos que bombeiam o sangue, ativando a circulação venosa e melhorando a capacidade funcional das veias.

2. Mantenha o peso ideal
Manter o peso ideal, dentro do seu IMC, ajuda a não sobrecarregar a circulação das suas pernas.

3. Não Fume
Existem mais de 2.000 substâncias químicas dentro do cigarro que causam lesões dentro dos vasos sanguíneos a cada tragada do cigarro.

4. Tenha uma alimentação saudável
Alimentos saudáveis, caseiros, com controle na quantidade de sal e longe de alimentos industrializados cheios de componentes químicos.

5. Beba água
Beber água em quantidades adequadas (cerca de 2 litros por dia) ajuda a fluidificar o sangue, melhorando a sua circulação.

6. Consultas regulares ao Cirurgião Vascular
Manter a avaliação da sua circulação em dia é prevenir formações graves da doença e nunca passar por

riscos maiores à sua saúde! É claro, manter sempre suas pernas lindas por toda a vida!!

Dra. Ana Botta
Cirurgiã Vascular
CRM 168.602/ RQE 99045

Atendimentos em Cirurgia Vascular nas cidades de Cosmópolis e Artur Nogueira.

Clínica Interclínicas Cosmópolis
Centro Medico de Artur Nogueira

Saiba mais em @draanabotta (Instagram).



Dra. Ana Botta
Cirurgiã vascular
CRM-SP 168.602
RQE 9904
@draanabotta
Local de Atendimento:
Interclínicas Cosmópolis

SAÚDE FÍSICA

Driblando a TPM e mantendo a rotina de treinos

Sintomas físicos e psicológicos podem atingir até 80% das mulheres

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Sugestão é adaptar os treinos nesse período, reduzindo volume, intensidade e carga

“Um estilo de vida mais ativo pode amenizar ou até mesmo combater todos os sintomas da TPM”

TPM, sigla usada para abreviar o termo Tensão Pré-Menstrual. A TPM é um conjunto de sintomas físicos e psicológicos que acometem mais de 80% das mulheres em fase reprodutiva. Normalmente, esses sintomas surgem uma semana antes do início da menstruação. De acordo com algumas pesquisas, eles

chegam a duzentos.

Os principais deles são: ansiedade, irritabilidade, oscilação de humor, introversão, insônia, compulsão alimentar, dor de cabeça, inchaço, seios doloridos, acne, fadiga etc... um verdadeiro turbilhão para nós simples mortais.

A boa notícia é que podemos passar por esta fase com mais tranquilidade quando optamos pela prática regular de exercício físico. Um estilo de vida mais ativo pode amenizar ou até mesmo combater todos esses sintomas.

Uma dica é dar ênfase às atividades aeróbicas (caminhada,

corrida, bike, dança, natação etc...). Não que os exercícios resistidos não sejam importantes nessa fase, mas as atividades que geram grande consumo de oxigênio contribuem para a produção dos hormônios do bem-estar (endorfina, dopamina e serotonina) e diminuem a produção do hormônio responsável pelo estresse (cortisol).

A prática de exercício físico nesse período traz diversos benefícios para a mulher, dentre eles, a diminuição ou até mesmo a extinção dos sintomas. Uma forma de driblar a TPM e continuar treinando é adaptar os treinos nesse período, re-

duzindo volume, intensidade e carga. Exemplo: Se você está habituada a treinar noventa minutos, reduza para quarenta e cinco; se usa uma carga de 50 quilos no agachamento, reduza para 25 quilos; se a tua série é de 20 repetições, reduza para 10.

Vale enfatizar que “fazer pouco ainda é melhor do que não fazer nada”.

Mas o grande aliado das mulheres nesse período são os exercícios aeróbicos por serem percussores na produção do hormônio do bem-estar e por serem mais fáceis de serem praticadas.

Fica a dica, tire proveito dos benefícios da prática regular dos exercícios físicos, mesmo estando no período menstrual.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Ednéia Jacques
Personal Trainer,
Bacharel em Ed. Física
Pós-graduada em treinamento esportivo e especialista em treinamento feminino - (19) 99954 1469

Para fazer uma doação EXCLUSIVA destinada à construção da sede própria do

ABRIGO LAR ARCO ÍRIS

Deposite no Banco do Brasil
Agência 2012-5
C.C.: 34.446-X
CNPJ: 06.056.393/0001-31



TEMOS:

- Jornal
- Papel Kraft
- Papel para Pet e Artesanato

(19) 3872-2582
Avenida da Saudade, 442



Causas Sociais e Causos

A percepção de que estamos envelhecendo é algo interessante e individual. Não acordamos “envelhecidos”, é um processo diário. Nos deparamos com os fios dos cabelos brancos, o aumento das rugas ao redor dos olhos e da boca, as manchas nas mãos, uma maior lentidão ao realizar tarefas simples, algumas dores antes inexistentes e a instabilidade do humor. Não necessariamente nesta sequência, e provavelmente com muitos outros sintomas.

As pessoas passam a nos tratar de maneira mais formal e é muito estranho ser chamada de senhora. Eu vejo a mudança através de fotos, nelas podemos observar que as pequenas mudanças diárias fazem diferença de um tempo para o outro. É uma reflexão, pois, envelhecer

é um grande privilégio e agradecer pelas experiências, nem sempre boas, mas que certamente construíram o que somos hoje.

Sabemos como é bom ser jovem e estamos aprendendo que envelhecer pode não ser uma tragédia.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Roberta Abraham Bussamara, formada Assistente Social pela PUC- CAMPINAS
rabibus27@yahoo.com.br

Minha boca fala a verdade, pois a maldade causa repulsa aos meus lábios.
Todas as minhas palavras são justas; nenhuma delas é distorcida ou perversa.

Provérbios 8, 7-8)

Caderno de Jesus

GAZETA de COSMÓPOLIS

A 07 - 12 DE MAIO DE 2023

Falecimentos

19/04 - Antonio dos Santos Melo, 57 anos, solteiro. Residia na Rua Guilherme Hasse - Chico Mendes.

19/04 - Bruno Capraro, 83 anos, casado. Residia no Sítio Milk Junior - Campos Sales.

19/04 - Jane Cristina Medeiros, 49 anos, solteira. Residia na Rua Francisco de Queiroz - Rosamélia.

20/04 - Gabriela Tutui, 18 anos, solteira. Residia na Rua São Paulo - Jardim de Fáveri.

22/04 - Aparecida Dalmaci Fernandes, 93 anos, viúva. Residia na Rua João Baptista Facelli - Parque Real.

23/04 - Milton Valentim, 89 anos, casado. Residia na Rua Dr. Moacir do Amaral - Bela Vista.

24/04 - Rafael Portilho Munhoz, 34 anos, solteiro. Residia na Rua Antonio Souza Peres - Cosmopolita.

26/04 - Maria Suares Brito, 85 anos, viúva. Residia na Rua André Madsen - Vila Kalil.

28/04 - Reinaldo Blaque, 69 anos, casado. Residia na Avenida Nelson Alves Aranha - Andorinhas.

28/04 - Paulino de Souza, 83 anos, casado. Residia na Rua Artur Nogueira - Jardim de Fáveri.

28/04 - João Cavagnini, 91 anos, casado. Residia na Rua Presidente Getúlio Vargas - Centro.

28/04 - Jeferson Henrique Xavier Bertanholi Martins, 39 anos, solteiro. Residia na Rua Benjamin Simões de Almeida - Independência.

29/04 - Milton Barbieri, 85 anos, viúvo. Residia na Rua Newton Amável da Silva - Jardim Cosmopolitano.

29/04 - Ana Maria Pereira da Costa, 18 anos, solteira. Residia na Rua Franz Warga - Primeiro de Maio.

29/04 - Maria Aparecida de Souza Silva, 66 anos, casada. Residia na Rua José do Nascimento Domingues - Jardim Cosmopolitano.

30/04 - Orlanda Aparecida dos Santos, 60 anos, solteira. Residia na Avenida 9 de Julho - Bela Vista 3.

01/05 - Sirlei Aparecida dos Santos, 62 anos, solteira. Residia na Rua Camilo Stuchi - Laranjeiras.

01/05 - Osvaldo Rodrigues Monteiro, 67 anos, casado. Residia na Rua Joaquim Bandeira da Costa - Jardim Barrinha - Águas da Prata.

02/05 - Edineia Aparecida de Oliveira, 46 anos, amasiada. Residia na Rua Luiz Strazzacappa - Jardim Andorinhas.

03/05 - Esmael Pereira de Carvalho, 78 anos, viúva. Residia na Avenida Marginal - Jardim Daniel Rossetti.

04/05 - Senhorinha Maria de Souza, 74 anos, viúva. Residia na Rua Monte Castelo - Vila Cosmo.

08/05 - Adailton Maciel, 57 anos, casado. Residia no Sítio São Gonçalo - Petronilha - Artur Nogueira.

08/05 - Manoel José Ramos dos Santos, 75 anos, divorciado. Residia na Rua Pedro Damiano - Vila Cosmos. Foi sepultado em Taquarussu - MS.

10/05 - Aduino Staiger, 78 anos, casado. Residia na Rua Luiz Manoel de Queiroz - Vila Guilhermina.

A equipe da GAZETA de COSMÓPOLIS expressa seus sentimentos às famílias enlutadas.

Famílias enlutadas podem anunciar gratuitamente o falecimento neste espaço.

Mãe ama de verdade...

Olá queridos amigos e leitores, é muito bom nos encontrarmos de novo através desta página, para conversarmos um pouquinho e refletirmos sobre nossa vida de fé.

Estamos no mês de maio, mês dedicado às mães, certamente, apenas um dia no ano, não é suficiente para homenagear essas mulheres que receberam o dom da maternidade, mas é, claro, vale a intenção de termos uma data comemorativa e assim dar destaque à tão linda vocação.

Eu sempre digo que o amor de mãe é o sentimento mais parecido com o amor de Deus. Este último, o amor de Deus, é perfeito, infinito, ilimitado, totalmente desinteressado; o primeiro o amor de mãe, embora como todo sentimento humano, é imperfeito e limitado, tem uma grande semelhança com o afeto Divino, pois mãe ama de verdade, mãe ama sempre, mãe luta com todas suas forças pelo bem dos seus filhos. Como sabiamente diz o ditado popular, "o filho pode ser um bandido, que a mãe ama e não desiste de salvar o seu filho".

Ao nascermos, todos nós fomos totalmente dependentes do cuidado e da atenção de uma mulher, seja nossa mãe biológica, ou por tantas circunstâncias da vida, uma outra mulher, que assumiu esse papel, tornando-se assim a mãe. E nessa primeira etapa da nossa

existência, experimentando esse amor, Deus vai nos fazendo sentir Seu amor por nós. Ao final das contas, o amor de Deus não é algo apenas abstrato, poético ou espiritual, o amor de Deus é concreto, é real, é "palpável" e uma das formas mais intensas de senti-lo é através do carinho e do cuidado das nossas mães.

Vale aqui também olhar para as mulheres que foram agraciadas com o dom da maternidade, com certeza, dá-diva Divina, que somente quem é mãe pode partilhar ou tentar explicar e que neste mês a elas dedicadas, são chamadas a agradecer ao Senhor por tão grande presente.

Quero concluir nosso bate-papo convidando a todos a elevar a Deus nossa gratidão, por permitir que Seu amor esteja presente dessa maneira tão particular. Deus, na Sua grandiosa Onipotência, coloca nas doces mãos maternas a capacidade de fazer crescer o Seu amor por nós. Deus também quis ter uma mãe, quando assumindo nossa humanidade, Se fez Filho de Maria. Deus acolhe nosso grato louvor e escuta nossas sinceras preces por todas aquelas que são mães.

Feliz dia a todas as mães!
Deus abençoe a todos!
Um abraço do meu jeito e do meu tamanho.

Pe. Diego F. Humeniuk
Paróquias Santa Gertrudes e Sagrado Coração de Jesus

"Pode uma mulher esquecer-se do filho que ainda amamenta? Is 49,15"

A ovelha perdida

Muitos homens e mulheres que vagavam perdidos e longe de Deus foram grandemente abençoados por esse texto. Nessa parábola, Jesus conta três histórias e usa três figuras (ovelha perdida, moeda perdida e o filho perdido) para demonstrar o cuidado e amor de Deus para com os perdidos.

Vamos nos deter na figura da ovelha. Notem que não foi o pastor que perdeu a ovelha, mas a ovelha que se desgarrou do rebanho. Há muitas coisas que podem nos fazer desgarrar como essa ovelha e desviar do caminho, abandonando a rota. Decepções, desilusões, fraquezas, más influências, tentações. Às vezes, nos distraímos olhando para o mundo; às vezes, desejamos aventuras; às vezes, desprezamos a companhia de irmãos piedosos e preferimos a companhia de pessoas divertidas, porém, ímpias. São muitas as distrações, basta ignorarmos os conselhos da palavra de Deus para nos perdermos pelo caminho. Quando isso acontece, a ovelha não leva em conta o perigo de vagar sozinha, de se perder no deserto, o risco de cair num abismo ou ser apanhada por um predador.

Jesus escolheu a figura da

ovelha para ilustrar como o ser humano é frágil e indefeso. Uma ovelha não tem garras, não tem mordedura, não tem velocidade, não tem agilidade e, além de tudo, as ovelhas têm visão limitada. Tudo isso para nos mostrar quão arriscado é sairmos por aí andando pelo mundo sem a proteção, sem o cuidado do Pastor. O Pastor se mostra paciente e cuidadoso. Ele não ficou conformado com a perda, nem se enfureceu com a atitude da ovelha, mas se dispõe a sair em busca da rebelde. Ele não desistiu dela, foi procurá-la no meio da noite.

Você e eu temos valor para Deus. Jesus veio a esse mundo para nos procurar. Deus não abre mão de você. A jornada do pastor em busca daquela ovelha simboliza a vinda de Cristo a esse mundo para morrer por você naquela cruz! Jesus não voltaria para "casa" sem antes prover a salvação a nós!

Assim como o pastor saiu em busca da ovelha porque

"Qual de vocês que, possuindo cem ovelhas, e perdendo uma, não deixa as noventa e nove no campo e vai atrás da ovelha perdida, até encontrá-la? Lucas 15:4"

sabia que ela pereceria sem sua ajuda, Deus sabia que sem Jesus nós também estaríamos perdidos. Ele veio buscar e salvar o perdido. Ele veio para socorro dos doentes, veio para trazer vista aos cegos e trazer alívio aos de coração quebrantado. Ele veio para os pecadores: para encontrá-los, para perdoadá-los, para livrá-los do fardo, para santificá-los e para levá-los para o céu!

Você tem alguma experiência com o pecado? Jesus veio para você! Cada culto que você participa, cada pregação que você escuta, cada hino que chega aos seus ouvidos, cada página da bíblia que você lê, é Deus te procurando, é Ele te chamando. Assim como o pastor deixou seu descanso para encontrar a ovelha perdida, Jesus abdicou da Sua glória e majestade no céu. No céu, Ele era servido, mas decidiu ser servo na terra.

A bíblia diz que Ele Se fez carne e habitou entre nós. Sofreu humilhação, perseguição, dor, vergonha, enfrentou a

"A mão que balança o berço é a mão que governa o mundo"

Essa frase é muito conhecida e foi dita pelo presidente Abraham Lincoln; é mui verdadeira. Desde a antiguidade, podemos conferir nas escrituras sagradas essa frase.

Em 2 Timóteo 1:5, diz: Trazendo à memória a fé não fingida que em ti há, a qual habitou primeiro em tua AVÓ LÓIDE e em sua MÃE EUNICE e estou certo de que também habita em ti.

No mesmo livro de 2 Timóteo 3:14-15, diz: Tu, porém, permanece naquilo que aprendeu e das quais tem convicção, pois você sabe de QUEM o aprendeu. Porque desde criança você conhece as Sagradas letras, que são capazes de torná-lo sábio para a salvação mediante a fé em Cristo Jesus.

Timóteo foi elogiado pela sua fé, através da sua Avó e mãe, que puseram isso nele na sua criação. Percebemos, então, através desses textos bíblicos, o quão é importante e inexplicável o VALOR de uma mãe.

Outra mãe também citada na Bíblia é Ana, que tinha um sonho de ser mãe. Mesmo sendo estéril, ela orava incansavelmente por um filho antes mesmo dele nascer. Quando isso tornou-se realidade, ela não pensou duas vezes em entregá-lo a Deus, com o propósito de servir na casa Dele, tornando o profeta de Israel.

Já Joquebede, mesmo sendo escrava de Faraó, ensinou seu filho Moisés a ser Líder, temente a Deus e sábio em suas decisões, levando-o a líder do povo de Deus.

Maria, agraciada pelo Senhor por ter gerado nosso Salvador Jesus Cristo, ensinou a ser obediente

a Deus, mesmo no meio do caos e sabendo do quão árduo era o propósito.

Todas essas mães têm uma coisa em comum, chamada obediência ao Senhor. Elas demonstraram que ser mãe está muito mais além do que querer o bem dos seus filhos, de vê-los casarem e se formarem em uma faculdade, ou de constituírem uma família. Elas demonstraram que o ser mãe está muito além do que pensamos ou imaginamos estar no cumprimento de uma palavra chamada "Servir". Servir a Deus e a humanidade com um propósito a ser cumprido não só aqui na terra, mas também no céu.

Permita-se mãe, mãe de órfãos, mãe de nações, mãe de afeto, mãe de coração, seja ela mãe de colo ou de amamentação, o importante é ser mãe temerosa que influencia nações, passando o Mandamento, o Amor e a Eternidade de geração em geração, cumprindo o seu legado de ensinar meninos a serem homens, homens a serem gigantes, gigantes a serem governantes e governantes a serem obedientes a Deus.

Portanto, esse legado que "a mão que balança o berço é a mão que governa o mundo" significa MATERNIDADE, descrevendo Mandamento, Amor e Eternidade QUE NÃO ACABA AQUI E NEM NA ETERNIDADE.

Feliz dia das mães! Que o Senhor abençoe todas!

Missionária Darlene S. Santos
@MulheresPower72
Projeto Evangélico Emunah
YouTube Mulheres Power

cruz por amor de nós. Sendo Deus, suportou o cálice da ira do Pai contra o nosso pecado. Alguns reconhecem quão profundo foi o abismo onde Cristo o encontrou, Ele persistiu até achá-lo, isso porque Seu amor por você é incondicional. Como você acha que chegou até aqui? Você chegou nos braços de Jesus. Não importa o quanto estivamos sujos, cheios de espinhos, desnutridos, desfigurados, doentes ou feridos.

Seu amor é tão grande que Ele não tem nenhum receio em nos tomar nos braços e nos levar para casa nos Seus ombros. Seu lugar não é longe de Deus, mas no convívio do rebanho, no aprisco.

A bíblia diz que há alegria no céu por um pecador que se arrepende. Os exércitos de anjos jubilam quando uma ovelha volta para casa. É de fato motivo de alegria, pois reconhecemos que cada ovelha que entra para o aprisco é uma alma resgatada da morte. Cristo estende os braços para você e te diz: Vamos para casa?

Pr. Edwil V. Borçatto - Igreja Cristã da Trindade - Rua Campinas, 749 Cosmópolis

Palavras & Versos

Todo dia é novo...

Todo dia nasce um novo amanhecer. Quantos sonhos vamos ter, quantas coisas vamos ver... Isso acontece todos os dias desde que o mundo é mundo. Todo dia é novo... ninguém sabe como o novo dia vai ser.

Nossos sonhos vão acontecer. Devemos viver o dia com muita fé em Deus, com muito amor em si e em tudo, sendo justos com todos que estão no mesmo lugar que nós.

Cada dia é novo para ter a melhor convivência com as pessoas

e coisas que fazemos. O maior ensinamento de todos os dias é através do processamento do que conseguimos aprender.

FOTO: GAZETA DE COSMÓPOLIS/TV JAGUARI



José Paes, Aposentado

Coragem

Não é a ausência do medo
Mas sua administração
É seguir combatendo
Não desanimar podendo
Em qualquer situação

É não se calar na conversa
Num suposto consentir
Maquiando a atitude
Que ao desavisado ilude
O deixando prosseguir

Num monólogo suicida
Até ao causação chegar
E explodir as vontades
A fumaça das bondades
Começa a se dissipar

É não ter cara diferente

Um ser, inteiro, virtual
Na foto, com sorriso
Fingindo um paraíso
Num caráter infernal

Para falar da coragem
Lembro da covardia
Do vilão enrustido
Que por todos é querido
Voz de veludo, macia

Ninguém trama em alarido
A vida ensina a ver
Se não fomos sonhadores
Que ignoram odores
Ainda vamos aprender

O cheiro do mal é sentido
Ao se usar a razão, bem forte

Quando somos decididos
Somos menos feridos
E nos livramos da morte

Da boa intenção expressada
Que no lodo afundou
Aquele do egoísmo
Do disfarçado cinismo
Que, de repente, aflorou

Não seja esse ser das sombras
A defender ideias
Distorcidas opiniões
Vivendo em escuros porões
De barcos sem mar e sem cais

Nem jogue pessoas ao vento
E atitude de covarde
Seja direto e fale

Saia do conforto, não cale
O depois pode ser tarde

REINALDO COELHO

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Reinaldo Coelho
Redator / Poeta



TERÇA-FEIRA
OFERTAS ESPECIAIS DE HORTI-FRUTI
QUARTA-FEIRA E SÁBADO
OFERTAS IMPERDÍVEIS DE CARNE

RUA MONTE CASTELO, 1000 F. (19) 3872-6342

AOS DOMINGOS
FRANGO E
COSTELA ASSADA



FAÇA SUA ENCOMENDA

TURISMO É AQUI!

Em parceria com a Secretaria de Cultura & Turismo de Cosmópolis, publicamos o 'Mapa do Turismo Cosmópolis', desenvolvido pela própria Secretaria, com o objetivo de valorizar os pontos turísticos que a cidade oferece, despertando a curiosidade e o interesse da população e ainda fomentando o empreendedorismo e o trabalho local. A galeria completa de fotos também pode ser vista em www.tvjaguari.com.br. Vem com a gente!

PAISAGENS FANTÁSTICAS

YouTuber Enrique Morris faz filmagens na Trilha Molhada da Gruta do Carrapicho à Ponte Funda

Local tem beleza indescritível. Conteúdo será exibido em seu canal em breve

Mata preservada e inúmeras nascentes

No dia 1º de abril (sábado), o YouTuber Enrique Morris esteve na cidade de Cosmópolis para uma incrível aventura: filmagens para um novo vídeo de seu canal, feito na trilha molhada da Gruta do Carrapicho à Ponte Funda.

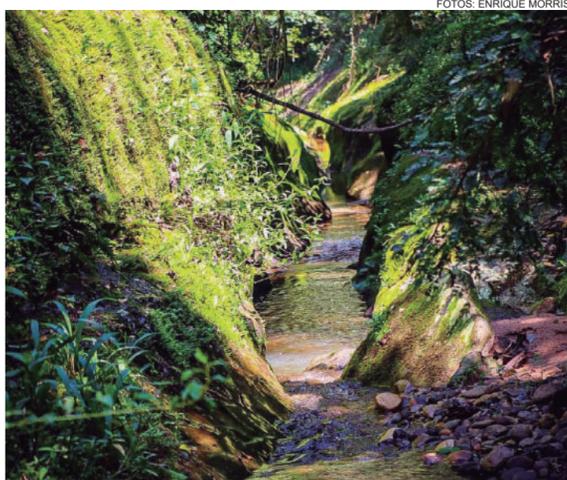
O lugar é de uma beleza indescritível, dentro de uma APA – Área de Proteção Ambiental, com lindíssima mata preservada e inúmeras nascentes, que produzem paisagens fantásticas.

A caminhada se iniciou na Gruta do Carrapicho, de onde os trilheiros partiram caminhando por quase 4 km, por entre pedras e mata, através de trilha dentro d'água, admirando diversos animais, insetos, vegetação nativa, nascentes, dentre muitas belezas naturais, até chegar à Ponte Funda, trecho final da aventura.

Essa visita de Enrique Morris vem confirmar, mais uma vez, o enorme potencial ecoturístico de nosso município, sendo destaque na região.

Em breve, esse vídeo estará disponível no canal do Enrique, mas, enquanto isso, confirmam os vídeos imperdíveis de outras ocasiões que ele já esteve na cidade!

Youtube: Enrique Morris
Fotos: Enrique Morris
Texto: Jaque Mello
Turismo Cosmópolis
Facebook: Turismo Cosmópolis



FOTOS: ENRIQUE MORRIS



Foram quase 4 km de caminhada por entre pedras e mata



Equipe pode admirar vários animais, insetos, vegetação nativa e nascentes

CONQUISTA

Cosmopolense Ariel chega à etapa final de programa culinário na EPTV

Prato escolhido foi a "Feijoada Light" e ele foi classificado como finalista da segunda semana do programa com 41,01% dos votos

FOTOS: CEDIDAS



Interesse pela gastronomia é desde pequeno. Prato remeteu a muitas memórias...

Final acontecerá no dia 25/07 e será transmitida pelo programa Terra da Gente

O tradicional almoço de domingo costuma ser marcado por um prato tipicamente brasileiro, a feijoada. O Cosmopolense Ariel Mathias Menino, de 27 anos, se destacou no segundo tema do programa "Tá Combinado!", da EPTV. O prato apresentado foi a "Feijoada Light" e ele foi classificado como finalista da segunda semana do programa com 41,01% dos votos.

Ariel contou com muitas memórias para se inspirar e criar o prato, e pontuou seu gosto pela culinária. "Meu

interesse pela gastronomia é desde pequeno. Minha avó tinha um restaurante aqui em Cosmópolis e, então, eu sempre ia pra ficar com ela. Aos poucos, fui pegando gosto por cozinhar e, desde então, não parei mais. Meu prato remeteu a muitas memórias que coleção", explica Ariel.

O cosmopolense conta que possui seu próprio quiosque no Cosmopolitano Futebol Clube, o que o aproxima ainda mais da cozinha, um hobby que se tornou um trabalho prazeroso. "Há 4 anos, sou proprietário do bar e restaurante da piscina no Cosmopolitano Futebol Clube, Verão 90, onde servimos pratos executivos, porções e drinks. Meu prato destaque no programa foi feijoada. Com isso, vamos fazer uma feijoada com pagode no dia dezoito de julho".

Esta não é a primeira vez do cosmopolense no programa. No ano passado,

Ariel também participou. Entretanto, neste ano, o cozinheiro juntou toda a família e amigos para o ajudarem na votação. "Este é o segundo ano em que eu participo do concurso. No ano passado, não consegui a quantidade de votos suficiente para passar à final. Então, este ano, juntei toda a família e amigos e fizemos um mutirão. Consegui 15 mil votos, 40% do total. O tema da semana no concurso era almoço em família. Como aqui em casa temos o costume de fazer a feijoada em dias comemorativos, como dia das mães ou dos pais, por exemplo, mandei a foto deste prato e fui escolhido para a votação", conta.

Com sua vaga na final do programa, que acontecerá no dia 27/05, em Campinas, Ariel conta que "o episódio será transmitido ao vivo pelo programa Terra da Gente. Estou muito feliz e grato por esta oportunidade e conquista".



Ariel durante a gravação do programa

'DO CORAÇÃO'

Profissionais explicam como funciona o processo de adoção de crianças e adolescentes

Em Cosmópolis, estão registrados, em média, 20 cadastros para adoção neste ano de 2023

"Na cidade, tem ocorrido, em média, uma adoção por ano"

De um lado, 3.751 crianças e adolescentes aptos para adoção no Brasil. Do outro, 33.046 pretendentes, segundo dados do Conselho Nacional de Justiça. E por que a fila de quem espera por uma família não acaba? A Juíza da 2ª Vara da Comarca de Cosmópolis, Dra. Leticia Lemos Rossi, juntamente com a Assistente Social Maria da Glória Sidericoudes Pedrozo; e a Psicóloga Renata de Souza Felgueira Loureiro, explicam como funciona o processo para adoção.

Com o dia das mães próximo, inúmeras famílias revivem o desenho de ampliar sua árvore genealógica e dar "o próximo passo". Com isso, a adoção vem sendo cada vez mais procurada. A idade mínima para solicitar a adoção é de 18 anos, independente do estado civil, sexualidade ou cor. Algumas pessoas têm este sonho, mas não sabem muito bem como dar o primeiro passo. A assistente social Maria da Glória detalhou os primeiros passos para o processo acontecer.

"Em Cosmópolis, são realizados cursos duas vezes ao ano. O programa pretende oferecer aos postulantes o efetivo conhecimento sobre a adoção, tanto do ponto de vista jurídico quanto psicossocial; fornecendo informações que possam ajudá-los a decidir com mais segurança



FOTO: CEDIDA

Mais informações podem ser obtidas no Fórum de Cosmópolis

sobre a adoção; preparando para superar possíveis dificuldades que possam haver durante a convivência inicial com a criança/adolescente; orientar e estimular a adoção inter racial, de crianças ou de adolescentes com deficiência, com doenças crônicas ou com necessidades específicas de saúde, e de grupos de irmãos.

Depois de realizado o curso preparatório, juntamente

com a documentação exigida, inicia-se o processo de habilitação, sempre na Comarca/cidade onde o pretendente reside. A idade mínima para se habilitar à adoção é de 18 anos, independentemente do estado civil. Respeitando os critérios etários acima, todos podem adotar: pessoas solteiras, viúvas ou que vivem em união estável, além de casais homoafetivos, não existindo uma renda familiar mínima.

miliar mínima.

Essa documentação passa pela avaliação do Ministério Público e do Juiz, que determinará uma avaliação psicológica e social dos postulantes à adoção, que será realizada pela equipe técnica do Poder Judiciário. Nessa fase, objetiva-se conhecer as motivações e expectativas dos candidatos à adoção; analisando a realidade sociofamiliar; avaliar, por meio

de uma criteriosa análise, se o postulante à adoção pode vir a receber criança/adolescente, bem como orientar os postulantes sobre o processo adotivo. Com o parecer técnico positivo para o ingresso dos postulantes ao cadastro, os respectivos relatórios são novamente apreciados pelo promotor e pelo juiz, que deferirá a inserção dos pretendentes no sistema para todo o Brasil, ou seja, o cadastro de adoção é nacional".

quando são esgotadas todas as possibilidades de retorno à família biológica. Assim, é importante frisar que nem todas as crianças acolhidas irão para a adoção e que o tempo que leva para uma criança ser colocada em uma família substituta também varia conforme a complexidade de cada caso", explica a Juíza Dra. Leticia Lemos Rossi.

Realização de sonho

A Psicóloga Renata de Souza Felgueira Loureiro conta que todo o processo de adoção tem acompanhamento psicológico, tanto para a criança, quanto para o(a) responsável.

"No geral, este é um trabalho muito gratificante, pois participamos da realização do sonho dessas pessoas de terem um filho e da criança/adolescente de ter uma família. Já acompanhamos diversos processos de adoção: bebês recém-nascidos, crianças maiores, adolescentes, crianças com problemas de saúde... e é sempre muito emocionante presenciar esse encontro e o impacto da adoção na vida de todos os envolvidos.

No entanto, esse trabalho também tem seu lado difícil. Por exemplo, acompanhamos a angústia dos pretendentes ao longo do tempo de espera que, como dissemos, varia conforme o perfil da criança", finaliza.

Mais informações podem ser obtidas diretamente no Fórum de Cosmópolis, na Rua Ramos de Azevedo, 365. O telefone do Setor Técnico é 3204 1154.

VENHA APROVEITAR
AQUI EM COSMÓPOLIS!

Dia das
Mães

enxuto

OFERTAS TÃO ESPECIAIS
QUANTO AMOR DE MÃE.

ISSO É
beem enxuto!

APROVEITE OS BENEFÍCIOS DO **CARTÃO ENXUTO:**



3X sem JUROS
NAS COMPRAS A PARTIR DE R\$ 60
EM VINHOS, DESLILABOS E PERFUMARIA



10X sem JUROS
NAS COMPRAS ACIMA DE R\$ 100
EM BAZAR - ELETRÔ - CAMA, MESA E BANHO



LOJA COSMÓPOLIS: AV MONTE CASTELO, 289 - VILA DAMIANO

enxuto

Festa em Louvor à Santa Rita de Cássia

“A melhor forma de encontrar o amor é encontrar Deus”

Tríduo em Honra a Sta. Rita
 19/05 - Sexta-feira 19h30
 20/05 - Sábado 18h
 21/05 - Domingo 18h

Solenidade de Santa Rita
 22/05 Segunda-feira
 19h30

Quermesse & Show de Prêmios
 Dias: 13, 19 e 20 de maio
R\$1.000,00
 Dia: 21/05 - Grande Prêmio
R\$3.000,00

19 3872-1244

TERRA SANTA & PORTUGAL

Praça Dr. Paulo de Almeida Nogueira, s/n; Centro - Cosmópolis-SP

(19) 9 7423-3698 www.viajaturismobrasil.com.br

ESPAÇO DE APRENDER BRINCANDO
QUINTAL MOTIVA

Um espaço pensado com muito carinho, na missão de resgatar o verdadeiro significado do brincar. Facilitando o aprendizado, estimulando o desenvolvimento e as habilidades da criança.

REFORÇO ESCOLAR - ATENDIMENTO PSICOPEDAGÓGICO - RECREAÇÃO
 Diária - Meio Período - Integral

UM LUGAR PARA BRINCAR, CONVIVER E APRENDER!

ALINE CARNEIRO

R. LUIZ MANOEL DE QUEIROZ - 1345
 (19) 99946-0126

Raio X



FOTO: PRINT DO VÍDEO POSTADO

Youtuber Luis Felipe @byluisfelipe, que conta com mais de 706 milhões de seguidores, distribui rosas na Avenida Ester, em Cosmópolis. Vendedora Linda expressa felicidade com gesto gravado para um reels no Instagram, que está com mais de 11.000 curtidas

Mães
 de barriga ou mãe de vida;
 Mãe desde sempre ou escolhida.
 Os tipos mudam, mas o amor não!

FELIZ DIA DAS MÃES

CÂMARA MUNICIPAL DE COSMÓPOLIS
A casa do povo cosmopolense

QR codes and social media icons (YouTube, Instagram) are present at the bottom.

FLAGRANTE

PM prende trio de adolescentes acusados de roubo a transeunte

Com eles, foram localizados cartões, dinheiro e um alicate utilizado para simular uma arma de fogo

Menores foram encaminhados à Fundação Casa, em Campinas

Na noite de quarta-feira (10), às 20h20, a Polícia Militar (PM) prendeu três adolescentes acusados de roubo a transeunte na Rua Caetano Aquiles Avancini, no cruzamento com a Rua Badra José Aun, na Vila Kallil.

A vítima caminhava pela Rua Marcelo Lugli e, no cruzamento com a Rua Santa Gertrudes, foi cercada por três indivíduos, sendo que um deles simulava estar armado, com a mão debaixo da blusa. Ele anunciou o roubo e subtraiu uma mochila com pertences pessoais, dinheiro e cartões diversos, evadindo-se em seguida.

Com o apoio de seu genitor, a vítima passou a acompanhar os infratores



FOTO: POLÍCIA MILITAR

Mochila da vítima e pertences foram recuperados

à distância e ligou no 190, passando a localização em tempo real dos acusados, presenciando o momento em que foram apreendidos.

Policiais Militares receberam as informações do roubo, via COPOM, e localizaram os três adolescentes. Com eles, foram encontrados cartões, dinheiro e um alicate utilizado para simu-

lar uma arma de fogo.

A ocorrência foi encaminhada à Delegacia de Polícia de Cosmópolis, onde os três menores infratores foram autuados em flagrante pela prática de roubo a transeunte. Todos permaneceram à disposição da justiça e foram encaminhados à Fundação Casa, do município de Campinas.

ACIDENTE

Homem perde controle da motocicleta e se choca com barranco

Corpo de Bombeiros e o Samu prestaram o socorro à vítima que, aparentemente, estava estável



FOTOS: CEDIDAS



GMs de Cosmópolis retornavam de um curso em Paulínia e se depararam com populares pedindo ajuda para socorrer a vítima

Colisão ocorreu na Estrada Vicinal Paulínia – Americana

Na noite de sexta-feira (05), o condutor de uma moto ficou ferido após perder o controle do seu veículo e se chocar com um barran-

co na Estrada Vicinal Paulínia – Americana.

De acordo com histórico, o GM Giungi e o GM Deivid, na Vtr 18, retornavam de um curso na cidade de Paulínia, se deslocando para Cosmópolis pela vicinal Paulínia – Americana, quando, próximo ao pesqueiro do Marcos, se depararam com populares pedindo ajuda, pois um senhor havia perdido o controle de sua motocicleta

e acabou colidindo com o barranco.

Os Guardas Municipais informaram o Comcom para as devidas providências. O Corpo de Bombeiros e o Samu prestaram o socorro à vítima que, aparentemente, estava estável. A Guarda Municipal de Paulínia prestou apoio com o trânsito.

A ocorrência foi apresentada na Delegacia de Polícia de Cosmópolis.

PREVENÇÃO

‘Campanha Maio Amarelo’ é iniciada em pontos estratégicos de Cosmópolis

Fiscalizações e abordagens contemplam as ações especiais da Campanha, visando orientar os condutores para a conscientização de cumprir as normas vigentes de trânsito

Operações de orientações serão realizadas durante todo o mês de maio

Dando seguimento às ações da ‘Campanha Maio Amarelo’, mês de conscientização para a redução de acidentes no trânsito, foram iniciadas abordagens com orientações aos motoristas nas vias do município.

A Campanha Maio Amarelo foi iniciada municipalmente na terça-feira (02), com ações estratégicas de abordagens realizadas em diversas regiões.

As abordagens educativas são efetivadas pela Secretaria de Segurança e Trânsito, através dos agentes da Guarda Municipal, coordenando orientações sobre as infrações mais cometidas em Cosmópolis.

As fiscalizações e abordagens contemplam as ações especiais da Campanha, visando orientar os condutores para a conscientização de cumprir as normas vigentes de trânsito.

Entre as principais infra-



FOTOS: PREFEITURA MUNICIPAL DE COSMÓPOLIS

Abordagens estão sendo realizadas em várias regiões

ções cometidas em Cosmópolis estão:

- Estacionar veículo na contramão;
- Estacionar em local proibido;
- Dirigir sem cinto de segurança;
- Dirigir falando ao celular.

As operações de orientações serão realizadas du-

rante todo o mês de maio, conduzidas pelos agentes do Departamento de Trânsito e GM em locais estratégicos da cidade.

Departamento de Trânsito - “No trânsito, escolha a vida!”

Assessoria de Comunicação da Prefeitura Municipal de Cosmópolis

CAPACITAÇÃO

Guardas Municipais são qualificados em curso de atendimento pré-hospitalar policial

Conhecimento é a parte fundamental de um socorro emergencial, extremamente necessário em situações de risco, evitando complicações e agravamentos no estado de saúde das vítimas



FOTO: PREFEITURA MUNICIPAL DE COSMÓPOLIS

GMs Giungi e Deivid participaram dos treinamentos

Foram três dias de cursos intensivos

Em constantes treinamentos de qualificação e aprimoramentos técnicos, agentes da Guarda Municipal de Cosmópolis concluíram cursos de APH de Combate (Atendimento Pré-Hospitalar Policial).

Os cursos foram realizados no ‘Clube de Tiro e Centro de Treinamento Rangers’, localizado em Cosmópolis, ministrados pelo Capitão Felipe Lessa,

conceituado médico militar e especialista da Força Aérea Brasileira.

Os agentes ‘3ª CL Deivid’ e ‘3ª CL Giungi’ efetivaram as formações em três dias de cursos intensivos, especializados em atendimento pré-hospitalar em circunstâncias não convencionais, enfrentadas nas ocorrências de segurança pública.

O atendimento pré-hospitalar é a parte fundamental de um socorro emergencial, extremamente necessário em situações de risco, evitando complicações e agravamentos no estado de saúde das vítimas.

Os agentes receberam treinamentos para realizarem o socorro rápido e eficiente no local da ocorrência, efetivando os primeiros socorros e remoção do paciente para o hospital.

Para procederem os atendimentos emergenciais, é imprescindível que os agentes sejam treinados de forma intensiva e precisa para os procedimentos de assistência, a fim de exercê-los de maneira correta e eficiente, recebendo a certificação necessária exigida pelo Estado.

Assessoria de Comunicação da Prefeitura Municipal de Cosmópolis



Conscientização de motoristas sobre a campanha

MANDADO DE PRISÃO

Pedreiro procurado pela justiça é capturado pela PM

Indiciado estava com uma mochila, saindo de uma viela

Ele foi conduzido à Delegacia de Polícia, onde permaneceu à disposição da justiça

No início da madrugada de segunda-feira (08), à 00h10min, um pedreiro, de 35 anos, foi preso pela Polícia Militar na Rua Luiz Strazzaca-

ppa, no bairro Cidade Alta.

Durante patrulhamento, a Equipe avistou um indivíduo com uma mochila, saindo de uma viela. Ele foi abordado e, na busca pessoal, nada de ilícito foi encontrado, porém, após consulta criminal, ficou constatado, em seu desfavor, um mandado de prisão.

O indiciado foi conduzido à Delegacia de Polícia, onde permaneceu à disposição da justiça.



FOTO: POLÍCIA MILITAR

EMPATIA

Abraço de mãe

Para entender toda forma de amar, basta amar como uma mãe: com altruísmo!

Abraço libera oxitocina, que é o hormônio do amor e da felicidade, gerando confiança e amenizando dores

Nesta edição especial de Dia das Mães, resolvi mostrar para vocês uma receita mágica! Precisamos apenas de três elementos: Uma mãe + um filho + um abraço. É importante dizer que a mãe e o filho envolvidos num abraço não precisam ser, necessariamente, mãe e filho biológicos. Mas, desde que meus artigos com pautas do tema "Diversidade de Sexualidade e Gênero" passaram a ser publicados na Gazeta de Cosmópolis, tento explicar o que parece impossível, e mostrar que o impossível não é nem uma questão de opinião, mas, sim, de amor: e não seria diferente neste.

Primeiramente, o abraço: quando dado ou recebido, libera oxitocina nas pessoas envolvidas. Oxitocina é conhecida como o hormônio do amor, da felicidade, que gera confiança, conexão, apego e também que ameniza sintomas de solidão, frustração e raiva.

Uma definição célebre de Machado de Assis, em sequência: "Amor de mãe é a mais elevada forma de altruísmo" – como contexto, deixo aqui dois sinônimos de altruísmo: empatia e bondade.

Deixando implícito que "abraço + mãe" formam um combo poderoso, nos resta falar do elemento filho, para deixarmos a receita mágica completa.

É extremamente importante que não nos esqueçamos que, infelizmente, a realidade da grande maioria de filhos e filhas LGBTQIAPN+ não é nem próxima a de Joviano Francisco da Silva, 32, professor e morador do município



Emília com o filho Joviano: acolhimento na Parada do Orgulho LGBTQIAPN+ em Campinas

de Cosmópolis, mas hoje o foco é na contramão e, justamente, no exemplo – o de sua história e de sua mãe, Emília Francisco, 57, também moradora da cidade.

"Quando me assumi gay para minha mãe e recebi seu abraço acolhedor, senti firmeza em me exercer como sou, pois do abraço dela, não só senti a força de seu amor, como também a força necessária para enfrentar todo e qualquer obstáculo imposto a mim pela sociedade, dada à minha sexualidade" – conta Joviano. E dona Emília fez além: decidiu levar esse abraço tão importante de mãe para filho, e amenizar existências esvaziadas disso para outras pessoas LGBTQIAPN+, nem que por um momento. A foto em destaque é o registro deste dia: na Parada do Orgulho LGBTQIAPN+ de Campinas, quando o abraço da mãe de Joviano era, não só para seu filho, mas para todos os filhos que desse gesto precisassem.

"Esse abraço faz com que eu me sinta cada vez mais vivo e especial. Essa mulher, que tenho orgulho em chamar de mãe, sempre teve e terá um papel fundamental

em todos os processos da minha vida, tendo sido um deles, a descoberta da minha sexualidade" – completa Joviano.

A confirmação da receita mágica está aí: abraço + mãe + filho.

Por mais mães como Emília Francisco, que abracem seus filhos e o próximo, pois para entender toda forma de amar, basta amar como uma mãe: com altruísmo!

Feliz Dia das Mães a todas as mães LGBTQIAPN+ e a todas as mães de filhos LGBTQIAPN+!



Juh Brilliant
Escritor, pedagogo e fotógrafo
@juh_brilliant

cartas dos leitores

O direito de resposta é garantido por Lei. A GAZETA de COSMÓPOLIS deixa espaço aberto para respostas a todos os envolvidos em matérias ou cartas, que devem ter no máximo, 15 linhas. A GAZETA se reserva ao direito de adequar a carta no formato jornalístico e depois enviar aos envolvidos uma cópia antes da publicação.

Adeus, Rita Lee!

Como fiquei triste com a morte da Rita Lee... ela era tão boa para os animais, vegana, pegou uma urso judiada e trouxe para cuidar! Que perda, que pena...

Tem gente fazendo denúncias na Zoonoses. Aqui,

os animais são todos bem tratados. De fumaça de churrasco, eu estou cheia!

Cosmópolis, está na hora de evoluir; o vegetarianismo está crescendo, só aqui que ainda não...



Dalva Aparecida Fozzati Peres, moradora da Rua 7 de Setembro, Centro

Água, um bem que garante a vida, saúde e dignidade humana

Este mês, pudemos acompanhar o drama da cidade e a falta deste precioso líquido para as famílias devido ao rompimento da barragem, mas o sofrimento da cidade se faz por umas miséras semanas até o mesmo ser sanado pela Prefeitura com a verba emanada junto ao Governo Estadual no valor de R\$ 4 milhões.

Já para os que residem nas periferias abandonadas por nossos governantes locais e que se arrastam por 2 (duas) décadas vivendo de caminhão pipa, fossas sépticas, sem asfalto, sem esgoto, sem água encanada, sem assessoria por parte dos vereadores de plantão que só sabem fazer pedidos de logradouros, moções por honra ao mérito para fulano ou ciclano, sem planos sus-

tentáveis para determinadas áreas do município...

No meu caso, o Bairro RECANTO DAS ÁGUAS, hoje, sendo visto como área rural, mas que é cobrada taxa com o IPTU de zona urbana, onde residem famílias inteiras, com ruas esburacadas, sem água encanada, sem esgotos, sem escolas ou creches e sem posto de saúde, enfim, sem um mínimo de estrutura, fica aqui a minha indignação. Acorda, Cosmópolis.

Resposta da Prefeitura: "A eleitora já entrou em contato conosco e já obteve uma resposta, antes mesmo de encaminharemos para nós a carta".



Kleuza Alves dos Santos, Advogada e Contadora. Moradora da Rua Sorocaba, Recanto das Águas, Cosmópolis.

SOLIDARIEDADE

Lar dos Idosos Irmã Rosália promove campanha para venda de pizzas

Objetivo é angariar fundos para manter a qualidade da alimentação dos moradores e manutenção da instituição

Data para entrega será dia 27/05/2023, das 9h às 14h, na sede da entidade



Lar agradece a todos que abraçam a causa

O Lar dos Idosos Irmã Rosália está promovendo uma campanha para venda de pizzas com o objetivo de angariar fundos para manter a qualidade na alimentação dos moradores e para manutenção da instituição.

Os sabores disponíveis para escolha são: americana, frango com catupiry, vegetariana, muçarela, portuguesa, goiabada e brigadeiro. Cada pizza custa R\$ 35,00. A data para entrega será dia 27/05/2023, das 9h às 14h, na sede da entidade, na rua Presidente Getúlio Vargas, 678 - Centro - Cosmópolis. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone: 3872-2525.

"Pedimos, gentilmente, a colaboração de todos para nos ajudar na divulgação da campanha. Se alguém tiver disponibilidades para nos ajudar com a venda das pizzas, também ficaremos imensamente gratos. Desde já, agradecemos a todos que abraçam a nossa causa com todo amor e carinho. Somente Deus para recompensar cada colaborador", finaliza Ieda Kawano, Assistente Administrativa do Lar.

Serviço
Sabores: americana, frango com catupiry, vegetariana, muçarela, portuguesa, goiabada e brigadeiro
Preço de cada pizza: R\$ 35,00

Data e horário para retirada: 27/05/2023, das 9h às 14h

Local para retirada: Sede da entidade, na rua Presidente Getúlio Vargas, 678 - Centro - Cosmópolis

Mais informações: Telefone: 3872-2525

ARTIGO

Ser Mãe, ser mulher, ser profissional e ser feliz!

A rotina é cansativa, porém, a mulher de hoje ocupa cargos que seriam improváveis 20 anos atrás



FOTO: GAZETA DE COSMÓPOLIS/TV JAGUARI

Ser mãe e ascensão profissional devem caminhar juntas

Vida é uma somatória de conquistas

Desenvolvimento dela. Porém, deixar o filho na creche talvez seja mais doloroso para a mãe do que para o filho.

Muitas empresas, hoje, dispõem de creches internas ou creches particulares em convênio com as mesmas, bem próximo do trabalho, para um bem-estar da funcionária, da mãe, da mulher e da criança. Se a mulher conseguir encontrar uma empresa preocupada com isso, não deve pensar duas vezes, invista nessa empresa. Outro ponto importante é ser mãe e solteira. Hoje, é muito grande o número de mães solteiras ou as chamadas "independentes". O desafio para elas é muito maior porque, sendo o homem e a mulher da casa, as tarefas são múltiplas e exaustivas. Ser mãe nos dias de hoje, com essa nova geração de crianças e adolescentes, é uma função para uma "super mãe", mas com um jeitinho e outro, as conquistas aparecem.

O mundo mudou e vai mudar ainda mais. No pós-pandemia, muitas empresas viram um grande crescimento por seus funcionários trabalharem em home office. Para as mães, isso foi uma grande conquista. Embora o sistema home office exija muita disciplina da pessoa, ela tem que saber que tem uma carga horária a realizar com a empresa contratante e não pode se perder em meio a cuidar dos filhos e da casa. Muitas pessoas não se adaptaram nesse sistema, deixando de produzir o que foi combinado com a empresa.

A vida é uma somatória de muitas conquistas, primeiramente de ser mulher, depois a dívida de ser mãe, depois de ser uma profissional bem sucedida e, por fim, SER FELIZ com tudo isso. É o que todos nós queremos, ser mãe e ser bem sucedida. Feliz Dia das Mães!

Planejamento de vida seria o ideal para todas caso conseguíssemos saber a hora de ser mãe e a hora de ser profissional, tudo bem dividido. Algumas mulheres conseguem fazer isso, mas, em sua maioria, a maternidade vem sem aviso prévio e, da noite para o dia, a mulher tem que ser mãe e profissional ao mesmo tempo. Muitas empresas, hoje, mudaram seu conceito em relação a "mulher mãe". Em outros tempos, ser mãe era motivo de obstáculo total para ela conseguir emprego. Hoje, com o serviço público ofertando mais vagas em creches e se preocupando com o horário de trabalho das mesmas, é possível fazer com que as mães consigam deixar seus filhos e trabalhar, lembrando que é extremamente importante esse convívio dos filhos em creches, fazendo com que a criança se socialize com outras crianças - isso é muito importante para o

Muitas empresas, hoje, dispõem de creches internas ou creches particulares em convênio com as mesmas, bem próximo do trabalho, para um bem-estar da funcionária, da mãe, da mulher e da criança. Se a mulher conseguir encontrar uma empresa preocupada com isso, não deve pensar duas vezes, invista nessa empresa. Outro ponto importante é ser mãe e solteira. Hoje, é muito grande o número de mães solteiras ou as chamadas "independentes". O desafio para elas é muito maior porque, sendo o homem e a mulher da casa, as tarefas são múltiplas e exaustivas. Ser mãe nos dias de hoje, com essa nova geração de crianças e adolescentes, é uma função para uma "super mãe", mas com um jeitinho e outro, as conquistas aparecem.

O mundo mudou e vai mudar ainda mais. No pós-pandemia, muitas empresas viram um grande crescimento por seus funcionários trabalharem em home office. Para as mães, isso foi uma grande conquista. Embora o sistema home office exija muita disciplina da pessoa, ela tem que saber que tem uma carga horária a realizar com a empresa contratante e não pode se perder em meio a cuidar dos filhos e da casa. Muitas pessoas não se adaptaram nesse sistema, deixando de produzir o que foi combinado com a empresa.

A vida é uma somatória de muitas conquistas, primeiramente de ser mulher, depois a dívida de ser mãe, depois de ser uma profissional bem sucedida e, por fim, SER FELIZ com tudo isso. É o que todos nós queremos, ser mãe e ser bem sucedida. Feliz Dia das Mães!



Odair Camargo
Consultor RH
Headhunter / Coaching

FOTO: ARQUIVO PESSOAL

INCONDICIONAL

Mãe e filho celebram o amor e a vida em festa com o tema 'Arco-íris'

Evento foi pensado para comemorar os sessenta anos de Sueli e foi ganhando uma proporção bem maior

"Sonho realizado se tornou inspiração para muitos"

Uma comemoração mais do que especial entre mãe e filho. Foi assim que Laércio Luís Custódio Junior (Juh Brilliant, escritor), 34 anos, e Sueli Aparecida Quaiotti Custódio, de 59 anos, celebraram seus aniversários, reforçando a forte ligação entre os dois.

De início, Juh conta que a festa seria especialmente para sua mãe, visto que seria uma data marcante para ela: a chegada dos sessenta anos. Por ser tímida, Sueli preferiu compartilhar seu momento com o filho, tornando, assim, uma comemoração dupla. "Tive a ideia de celebrar os 60 anos de vida dela com uma festa grande e deixei que ela escolhesse o tema. Por ser um pouco tímida, e pela festa ser filmada e fotografada, ela decidiu que queria compartilhar a celebração comigo e fazer entre meu aniversário e o dela, com convidados, pessoas que amamos da nossa família de sangue, mas muitas pessoas da família que fizemos



Juh e Suh em entrada triunfal na chegada à festa



Priscilla Drag fez show de stand up comedy hilário

mos durante a vida, a família que escolhemos", explica.

Para o tema, Juh e Sueli escolheram mostrar a força da relação deles de alguma forma. "O tema da decoração foi arco-íris e a festa foi basicamente definida por nós como: nossa família - uma celebração de toda forma de amor, do nosso amor de mãe e filho, mas também com o simbolismo de ser o ano que ela completa sessenta anos de vida", complementa.

Juh fala que gostou muito de planejar a festa; foi a realização de um sonho poder aproveitar um dia tão especial ao lado da mãe. "Eu, Juh, sou bem perfeccionista e exagerado. Então, a festa foi tomando uma proporção maior conforme o tempo foi passando, desde a ideia para ela, em 2021. Os preparativos foram aumentando de intensidade, mais fornecedores chegaram e fizeram o evento ser um sonho realizado - e somos gratos a todos! A festa foi muito emocionan-

te e divertida. Preparamos uma entrada falando sobre amor, respeito e arco-íris. A Priscilla Drag fez um show de stand up comedy hilário, que não deixou ninguém sem rir. Eu também fiz um discurso, entreguei flores e fizemos um brinde aos 60 anos de vida do grande amor da minha vida: minha alma gêmea, melhor amiga e, sorte maior não tive, minha mãe - tudo na mesma pessoa!", relata.

Amor de mãe para filho

O escritor fala que sempre teve o apoio de sua mãe. Ao longo da vida, os laços foram se fortalecendo cada vez mais, tornando Juh o melhor amigo de sua mãe Sueli. "Minha mãe sempre foi muito acolhedora com pessoas LGBTQIAPN+. Então, nunca tive receio em me assumir para ela como gay, aos 17 anos, o que pode ser um ponto delicado em outras realidades. Ela disse que sempre soube e me acolheu de primeira, mas se preocupou

com o que eu enfrentaria de preconceito no mundo. Disse que seu amor por mim era incondicional e sempre foi assim mesmo. Tanto o dela por mim, quanto o meu por ela.

Costumamos dizer que vivemos um pelo outro. Depois do falecimento da mãe dela, minha avó, e do meu pai, anos depois, nosso laço foi ficando cada vez mais forte.

Tangenciando a minha sexualidade, como eu disse, minha mãe sempre foi muito tranquila. Foi testemunha de uma das primeiras uniões homoafetivas de Cosmópolis, frequenta festas e eventos sociais envolvendo pessoas LGBTQIAPN+ até hoje. Sempre foi comum que amigos meus passassem algum tempo em nossa casa, ou uma data comemorativa, como o Natal, por exemplo, com seus namorados ou por se sentirem mais à vontade em se exercer conosco", conta Laércio.

Inspiração

Com o compartilhamento da festa, Juh conta que recebeu mensagens positivas e inspiradoras, que o fizeram acreditar na empatia e amor das pessoas. "Foi um sonho sonhado e realizado. As fotos e filmagens oficiais estão saindo nas minhas redes sociais (Juh Brilliant), onde também agradeço e mostro o trabalho de cada um dos envolvidos em cada etapa desse sonho! Sentimos um senso de família, inclusive com as pessoas envolvidas no evento, que abraçaram as ideias como se fosse a festa da própria mãe. Algo bem legal que temos ouvido, depois da repercussão da festa, é que muitos filhos se sentiram inspirados em celebrar a vida de seus pais, avós ou familiares que os cuidam com eles vivos e podendo curtir juntos! Sentimos como se esse amor tivesse tocado pessoas de fora da nossa bolha e, que bom, pois o amor transforma vidas!", conclui.

FOTO: ANA CLARA BORTOLAN



Festa foi muito emocionante e divertida

**CAMPANHA DO
AGASALHO
2023**

O QUE POSSO DOAR?
AGASALHOS, MEIAS, COBERTAS,
MOLETONS, LUVAS,
CACHECÓIS, TOUCAS, ETC.
TUDO EM BOM ESTADO, OK?

PONTOS DE COLETA
ENXUTO • SÃO VICENTE • MERCADO DA
AVENIDA • BERTON • BIO FITNESS •
MARSON CASA E CONSTRUÇÃO •
COLÉGIO OBJETIVO • COLÉGIO
MONTESSORI



MÃE E FILHA

Estilos para compor looks junto com sua mãe

No momento da escolha do presente, é importante levar em consideração algumas características e conhecer melhor o estilo de cada mãe

"Com estilo moderno, clássico ou elegante, ela vai sempre se destacar"

Se a sua mãe gosta de se vestir bem e para te ajudar a acertar no presente dela, a loja Versus's preparou algumas composições para inspiração e ideias de looks mãe e filha.

No momento da escolha do presente, é importante levar em consideração algumas características e conhecer melhor o estilo de cada mãe.

Se sua mãe é do estilo mais despojado tradicional, não pode faltar um look de jeans com t-shirt, que são itens atemporais e elas arrasam assim. Preferem roupas práticas, confortáveis e discretas.

Agora se sua mãe gosta de um estilo mais formal / clássico, por que não um vestido midi ou um conjunto para o inverno que está chegando? Mesmo sendo mais clássica, esta composição poderá ser usada em todas as ocasiões. Se elas preferem roupas discretas, mas nada formal, há sempre muito charme em suas produções. Elas valorizam bons cortes, bons tecidos e sabem como ninguém compor looks.

Também temos o estilo elegante. O macacão em um tecido mais refinado traz leveza e elegância, e o conjunto com corte em alfaiataria também traz seriedade e sofisticação para quem ama looks monocromáticos ou tom sobre tom.



FOTOS: CEDIDAS

Estilo moderno



Estilo clássico



Estilo elegante



Suzana Ferreira Godoi
Versus Moda Feminina
Dr. Moacir do Amaral, 483
@versuscospopolis
Tel: (19) 99669-1057

PRATICIDADE

Salpicão de frango é a receita sugestiva para o Dia das Mães

Receita é clássica para o almoço do dia a dia e também para datas especiais

A sugestão de receita para o almoço do Dia das Mães é clássica para almoços em família.

A receita serve para todas as situações e tipos de almoço,

até mesmo com aquele arroz soltinho. Um prato simples e cheio de sabor.

A dica é compartilhada por Patrícia e Leandro, da Saborear Rotisserie.

FOTO: CEDIDA



Patrícia Amorim Albertoni e Leandro Albertoni
Goos - Proprietários da Saborear Rotisserie
R. Dr. Luiz Nicolau Noland, 338
F. (19) 99560-0342
@saborear.rotisserie



Desejamos a todas as mães um

Feliz dia das

Mães

STUDIO DIEGO TETZNER

Studio Diego Tetzner | Rua Ataliba de Carvalho, 815 | @studio_diego_tetzner



14 de Maio
DIA DAS MÃES

Nossa maior
inspiração!

O melhor presente para ela,
você encontra aqui!



R. Santa Gertrudes, 598
F. (19) 3872.1249
Vitoria Rosane



Feliz
dia das
Mães

GAZETA de
COSMÓPOLIS

TV JAGUARI

NEXT
Estágios

Salpicão de Frango

FOTO: CEDIDA

Ingredientes

750 g de batata - descascada cortada em cubos médios bem cozida
200 g de cenoura - descascada cortada em quatro, fatias finas e cozidas
100 g de salsão - talos limpos e cortados em meia lua
100 g de cebola - cortada em quatro e fatiada fininha
250 g de peito de frango - cozido desfiado
2 dentes de alho - para refogar o frango
50 g de cebola - bem picadinha para refogar o frango

100 ml de azeite para refogar o frango
100 g de maionese
100 ml de creme de Leite
30 g de mostarda amarela

Modo de preparo:

Aqueça o azeite em uma panela e refogue o alho, a cebola e, em seguida, o frango e reserve.
Misture o frango refogado com o restante dos ingredientes, acerte o sal e leve para gelar.

Rendimento da receita:
1,4 kg



Interessados em participar do quadro, podem enviar uma receita (testada) com foto para o telefone 19 3872-2582 ou para e-mail: contato@tvjaguari.com.br. Participe!

Kazo Decora
Pisos e acabamentos
Mais de 350 modelos e 67.000 m em estoque
PISOS E ACABAMENTOS
☎ 19 99494-3535
Av. da Saudade, 3077
Parque das Laranjeiras

Imposto de Renda Pessoa Física
Dorival Carlos Tetzner
dorivalcarlos3011@gmail.com
Fone: 3812-2490
99786-0267
Rua Otto Herbst nº 627 - fundos
Vila Damiano (ao lado do Enxuto)

Clinica e Assessoria Veterinária Dr. Sidnei de Queiroz
Utilize nosso serviço de transporte
F. 3872-1334
R. Max Hergert, 110
Cosmópolis - SP

J.W. COUTINHO
3872-1152
3872-7312
R. Santo Rizzo, 738
www.jwmoveis.com.br
E-mail: jw_moveis@hotmail.com

MARTELINHO
Funilaria Artesanal
Orçamento sem Compromisso
Desamassamos seu carro sem danificar a pintura
Chuva de granizo em geral
Serviço rápido e eficiente
Rodolfo Lucindo
98262-7505
R. Antonio Ferrazo, 34
Rosamélia Cosmópolis

Stúdio de Pilates SuMontão
Dra. Sueli M. de Oliveira
Fisioterapeuta
R. Sete de Abril, 1059
F. 19 98343-4003

Tatiane Salvador
CLÍNICA GERAL e ENDODONTIA
CRO/SP 94048
(19) 3872-6119
Rua Caetano Achilles Avancini, 436
Vila Kallit, Cosmópolis/SP

EXEMPLO

Mãe e filha compartilham o dia a dia profissional na mesma carreira

Dirce e Tiffany são radiologistas e contam como começaram na profissão

"Pra mim, é um orgulho ver um médico 'rasgar' elogios ao trabalho da minha filha!"

A escolha de uma profissão geralmente é marcada por dúvidas e incertezas, mas elas se desfazem quando recebem o apoio da família e amigos. A ação ganha novo significado se seguir os caminhos daquela que sempre esteve ao seu lado: a mãe. Dirce Rita dos Santos, de 44 anos, é radiologista, e sua filha, Tiffany Procópio, de 24 anos, decidiu seguir seus passos na escolha da mesma carreira.

Dirce começa contando que, no início, sentiu-se meio desanimada com o curso, não tinha certeza se era realmente isso que imaginava. "Na verdade, comecei o curso de Radiologia por incentivo da minha irmã. Costumo falar que hoje estou na profissão, claro por Deus, e por ajuda da minha irmã - era algo bem estranho pra mim. Fiz meu primeiro estágio aqui na Santa Casa de Misericórdia de Cosmópolis, onde trabalho, e, no meu segundo estágio, engravidei. Continuei a aula teórica e terminei meu curso. Logo em seguida, tive minha filha, mas, com 6 meses de vida, ela veio a falecer. Tempos depois, fui terminar meu estágio e, depois de dois meses de estágio, engravidei novamente. Quando minha filha tinha apenas dois meses de vida, minha irmã me disse que tinha surgido uma vaga na área e fui com a cara e a coragem! No dia 5 de maio, fez 10 anos que estou trabalhando na área da radiologia aqui na Santa Casa pela empresa Santos Camargo", explica Dirce.

Trabalhar na saúde era um motivo de muito orgulho para a irmã de Dirce. "Na época que fomos trabalhar no hos-

pital, eu e minha irmã compartilhávamos todo o apoio de uma para com a outra, era um orgulho trabalharmos na área da saúde. Ela contava pra todos! Hoje, ela já é falecida, mas te digo que o apoio dela com a gente era muito grande. E minha filha sempre ia comigo na aula, pois o pai dela trabalhava. Ela ia comigo quando eu trabalhava no outro hospital também; ela ia em consulta e ficava observando meu trabalho. Acredito que isso marcou muito positivamente a vida dela", conta.

Passos da mãe

Tiffany fala que seguir os passos da mãe é uma honra. Desde pequena, assistia a mãe conquistar seu espaço no mercado de trabalho. "Desde pequena, eu frequentava as aulas com a minha mãe. Quando ela estava se formando na área, meu pai trabalhava à noite e as aulas dela eram à noite também. Então, eu precisava ir, porém, nessa época, nunca imaginava que iria seguir a mesma carreira que ela. Eu ainda era nova e nem sabia ao certo o que iria querer. Anos depois, quando eu estava com 20 anos, tomei a decisão de seguir a mesma carreira que ela. Eu a via indo trabalhar; muitas vezes, ia ao serviço dela passar em consulta e acabava ficando de olho no que ela estava fazendo... Assim, foi surgindo em mim o interesse pela área, inclusive, uma vez, quando entrei na sala onde eram revelados os exames - na época, os raios x ainda eram revelados em câmara escura - aquilo me fascinou", relata a filha.

Preocupação de mãe

"Quando eu decidi que iria seguir a carreira, percebi uma preocupação na minha mãe, é uma área concorrida, pois são poucas vagas de emprego comparadas com outras profissões. Mesmo assim, ela me apoiou, me emprestou livros e cadernos dela de quando ela estudou e tirava minhas



Dirce e Tiffany: orgulho da profissão



"Trabalho nos aproximou mais ainda"

dúvidas quando eu precisava. No momento em que decidi compartilhar com a família que iria seguir a mesma carreira, muitos apoiaram, afinal poderia ser uma forma de ela sempre estar perto e sempre me apoiar, já que além da vida pessoal ainda dividiríamos o ambiente de trabalho. Então, não teve ninguém contra; e mesmo que tivesse, provavelmente eu não teria desistido pois me vi capaz e com o apoio dela; eu sabia

que conseguiria", diz Tiffany.

Rotina enriquecedora

Dirce ainda explica que compartilhar o dia a dia profissional com a filha foi algo enriquecedor para o laço que elas já têm. "Uma observação muito importante é que, hoje, por eu e minha filha termos a mesma profissão, vejo que isso ajudou muito a nos aproximarmos ainda mais. Pra mim, é um orgulho ver um médico 'rasgar' elogios ao trabalho dela!", finaliza.

PARCEIRAS

Mãe e filha treinam juntas na modalidade funcional

Dayane conta que teve a ideia e decidiu chamar a mãe Aparecida para viver a experiência, e ela, sem hesitar, topou



Dayane e Cida compartilham momento saúde juntas

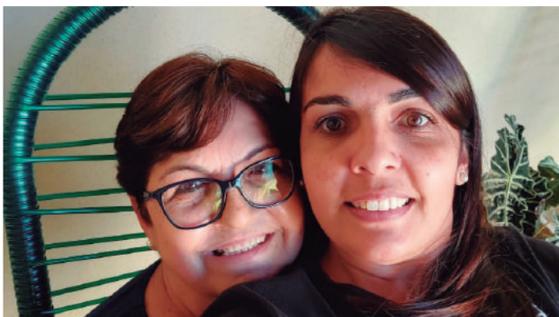
Ambas têm como objetivo criar uma rotina de vida saudável

Na correria do dia a dia, as mães modernas se desdobram para dar conta do recado: cuidar dos filhos, do marido, do trabalho, manter a forma, encontrar as amigas, e ainda serem filhas! Uma lista de tarefas imensa. Foi no meio da correria que Aparecida Fátima de Paes de Campos, de 64 anos, e Dayane Cristina de Campos Torres, de 36 anos, começaram a treinar juntas, mãe e filha compartilhando um momento de cuidado com a saúde.

O hábito começou a partir da iniciativa de ambas em criar uma rotina saudável e juntas elas começaram a experiência. "Começamos a treinar juntas há 3 meses e meio. Eu tive a

ideia em um momento em que estava pensando mais em cuidar da saúde. Decidi chamar minha mãe para viver esta experiência comigo e ela, sem hesitar, topou", explica Dayane.

O treino escolhido por Dayane e Aparecida é o Funcional, que se baseia nos movimentos naturais do ser humano, como pular, correr, puxar, agachar, girar e empurrar. Com isso, elas acabam ganhando força, equilíbrio, flexibilidade, condicionamento, resistência e agilidade. Para trabalhar a musculatura profunda, são utilizados acessórios como elásticos, cordas, bolas, cones, discos e hastes. É um método que ajuda a prevenir lesões, gera melhorias cardiovasculares, redução do percentual de gordura, emagrecimento e definição muscular. "Gostamos muito da modalidade funcional, nos adaptamos bem, além de contarmos com o acompanhamento de um excelente profissional", finaliza.



CASA DE BATERIAS MAXXIMUS
TROQUE A BATERIA DO SEU VEÍCULO SEM SAIR DE CASA
(19) 3882-2653 (99) 9797-5121
(97) 147-5689
Rua Campos, 614 - Bela Vista - Cosmópolis - SP

Andreotti
Medicina Laboratorial
Há 19 anos fazendo parte da Sociedade Brasileira de Patologia Clínica.
F. 3872-1259
R. Campos Sales, 191
Centro - Cosmópolis
www.laboratorioandreotti.com.br

GERE LAVA RAPIDO
SISTEMA LEVA E TRAZ
99604-2089
EM BREVE EM NOVO ENDEREÇO
Marcelo Lugli, 393, Bela Vista
Em frente ao Shopping

AUTO LANCHES KEROKERO
SIMPLEMENTE MELHOR!
3872-5340
Antonio Carlos Nogueira, 1613
Cosmópolis / SP

FLCF
Contabilidade
- Abertura de empresas
- Serviços contábeis
- Consultoria tributária, fiscal e trabalhista
- Imposto de renda pessoa física
F. 3872.2686
Av. da Saudade, 416

ÓTICAS IPANEMA
www.oticasipanema.com.br
F. 19 97407-6948
R. Dr. Campos Salles, 221
Centro - Cosmópolis

SANTA CASA
de Misericórdia de Cosmópolis
R. Francisco de Mário, 777
Bela Vista - Cosmópolis
Fone: (19) 3812-8300



QUINTAL 7&7
FOOD & BIRD

19 99992-3133

R. Adolfo Germano Roge, 440
@quintal_77



ENGIO
energia solar

Economizar com a energia do Sol nunca foi tão fácil.

(19) 99469-5492

engioenergia

www.engioenergia.com.br



Casa das Pizzas
Bateu a fome?
Ligue pra gente!!
A MELHOR DE TODAS...



DISK PIZZA
(19) 3800-4796
(19) 98979-5323



TELE AGUA
MAIS SAÚDE EM SUA VIDA

PROMOÇÃO

RETIRE NA PORTARIA E PAGUE APENAS

ÁGUA 20 LITROS R\$ 5,99
ÁGUA 10 LITROS

F. 3812-4734
3872-5772
99920-3077

Avenida Marginal, 314 (Rua da feira de sábado)



Verduras
direto do produtor

Toda Quinta
Das 7h às 15h

R. 22 de Abril, 120
Jardim Planalto



Avelina
Café

R. Antonio Perucci, 236
3812-1442



Feliz dia das MÃES

Rotary
Clube Cosmópolis

NOVOS PASSOS

Empreendedora Cosmopolense compartilha nova fase na confeitaria que concilia com a vida maternal

Nayara Zorzetto Pires afirma que seu lado mãe falou bem alto e “ter meus filhos sonhando comigo não tem dinheiro no mundo que pague”

Diagnóstico do filho com TDAH a fez tomar a decisão de ‘ficar em casa’

to sobre o assunto. Troquei a faculdade de Publicidade pelo curso de Confeitaria.

Meu primeiro curso de Confeitaria foi um presente da minha tia Glória, que sempre me apoiou.

Eram tantas encomendas para festa que eu deixei de vender nas ruas e tive meu primeiro ateliê.

Em 2015, fui convidada pela Apae Cosmópolis a ministrar cursos no projeto “Mão na massa”, parceria entre a Apae e Petrobras. E nesse mesmo ano, fico à frente da confeitaria de uma franquia de bolos. Aprendi muito nesse período. Mas em 2017, depois de descobrir um câncer, eu parei de fazer os doces por um tempo por conta das dores no corpo. A confeitaria é meu grande amor, mas com ela carregamos muitas dores físicas por todo esforço que exige. Nunca deixei de fazer os bolos e doces das festas de família e sempre os clientes pediam muito para voltar. Em 2020, Deus preparou essa volta que só me trouxe alegrias e conquistas.

Em 3 anos de loja física, eu conquistei muitos amigos, atendi as pessoas como se estivessem na minha casa, no meu lar. Porque a confeitaria, os doces, são mais que uma venda. É uma maneira de entregar carinho e amor. Recebi muito carinho, pude mostrar e levar meu trabalho a muita gente, mais longe do que poderia imaginar, saber que inspirei a outras meninas começarem. Não tem dinheiro no mundo que pague.

Depois de 3 anos, decidi encerrar a loja física para iniciar uma nova caminhada. Cuidar da minha família e de mim. Hoje enxergo o sucesso diferente do que 10 anos atrás. O sucesso começa em mim, e eu estou em busca disso, cuidando da minha saúde. Afinal, para existir a Des Rêves, eu também preciso existir. É isso não é sobre desistência dos meus projetos, e sim, uma recalculada de rota. Com uma vida pessoal e profissional de mais qualidade, para continuar atendendo com o mesmo amor e excelência que sempre prezei na minha produção”, conta.

Nova fase

Nesta nova fase, a confeitaria trabalha em casa, e explica sobre a produção e também de como tem sido a convivência com seu filho, que tem TDAH

A empreendedora cosmopolense Nayara Zorzetto Pires publicou um vídeo em seu Instagram contando a sobre nova fase que passará a viver. O espaço físico de sua confeitaria, Des Rêves, fechou as portas neste ano de 2023. A confeitaria compartilha sua trajetória e explica que, no momento, a família é sua prioridade, mas o amor pela confeitaria a permite trabalhar de casa, dividindo seu tempo também com a maternidade.

“Sempre morei em Cosmópolis e sempre gostei de estar na cozinha com minha mãe, tias e minha avó. Minha vó Rosa (mãe da minha mãe) sempre gostou de chocolate quente, uma lembrança muito forte que tenho com ela. Em meus aniversários, todos os doces e bolo eram preparados pelas minhas tias. Sempre com a ajuda de livros de receitas. Com 10 anos, eu fiz meu próprio bolo de aniversário e nunca mais parei. Comecei a vender brigadeiro na escola, durante o intervalo. Vendia a R\$ 0,10 (risos).

Fui mãe muito nova, meus pais sempre me deram o melhor que podiam dentro das nossas condições, mas eu sempre fui atrás das minhas coisas. Fiz faculdade, mesmo não seguindo a profissão - na época, queria fazer Publicidade e Propaganda. Desempregada, recorri ao que fazia de melhor - doces - e comecei a vender na rua. Tudo muito simples, me inspirei em uma antiga vendedora de doces, Dona Rosa. Muitos munícipes devem se lembrar. Ela foi uma inspiração pra mim. E foi assim, com uma sacola de doces na mão, eu saía pelas ruas da cidade com o objetivo de “vender” tudo.

E deu certo, foram chegando os primeiros pedidos de bolo para festa, e errando, mas com muito incentivo dos clientes, comecei a buscar conhecimen-



“Em 3 anos de loja física, eu conquistei muitos amigos”

(Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade).

“Foi um grande desafio, digo que ainda é. Nesse novo modelo de delivery, voltei a trabalhar em casa e meu filho mais novo tem TDAH. Ele nasceu em meio a muita produção. Afinal, assim que saí da maternidade, tinha um casamento para entregar no dia seguinte.

Quando comecei a fazer doces, tinha o João. Ele era pequeno e não entendia muito bem ter a mãe em casa, mas não poder brincar porque estava trabalhando. Sempre conversei muito com ele mostrando que aquele foi o jeito que encontrei de trabalhar e estar perto dele. Nem sempre ele entendeu, mas sei que fiz o meu melhor”.

Desafio

“A chegada do Dudu foi um grande e enorme desafio. As encomendas estavam dando muito certo. Conciliar a gravidez de risco com a produção e vendas só foi possível com a ajuda da minha família e do meu marido. A gente que é mãe empreendedora pode se

chamar de sortuda se tem essa rede de apoio. Dudu nasceu em uma quarta e no domingo tinha 1000 doces para entregar. Foi uma força tarefa. Ele cresceu em meio a um planejamento e muitos doces. Mas meu maior desafio começou quando descobrimos o TDAH - foi meu primeiro toque que eu precisava estar mais em casa.

Ele precisava mais de mim, para ajudar com as tarefas de casa. Eu chorei muito quando veio o diagnóstico. Porque eu pagava escola, terapia, mas nada me substituiu. Antes de ser a mãe que é empresária, eu sou apenas mãe dos meus meninos”.

Lado mãe

“Minha prioridade é minha família, por isso, me permiti passar por toda a reestruturação. O lado mãe falou bem alto. Me sinto feliz e realizada. Dudu já fala que vai administrar a loja quando crescer. E conto com a ajuda do João na produção. Ter meus filhos sonhando comigo não tem dinheiro no mundo que pague”, finaliza.

TRANSFORMAÇÃO

Mãe de primeira viagem, Aline conta como foi sua preparação para a chegada de Maitê

“Planejamos esse momento e agora estamos em adaptação com ela aqui”, explica a Influenciadora



Rotina tem sido compartilhada com seus seguidores no Instagram

Aline Auxiliadora Ola Silverio vê sua vida transformada há alguns dias. Mãe de primeira viagem da pequena Maitê, a influenciadora cosmopolense conta como foi a preparação para chegada da recém-nascida e os sentimentos que a rodearam após o nascimento da menina.

O preparo para a chegada de um recém-nascido é extenso, a lista pode parecer assustadora nas primeiras vezes, mas com o tempo tudo vai fluindo e cada momento é visto como único. Aline fala que “os preparativos são uma das coisas mais gostosas da gestação. Além de preparar o mundo para a chegada do bebê, você descobre um novo universo. Planejamos esse momento e agora estamos em adaptação com ela aqui”, explica.

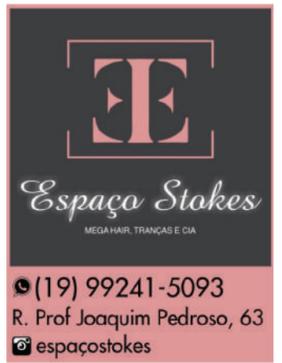
Curso e acompanhamento

Aline diz que passou a gravidez se dedicando para conseguir um parto normal. Para a influenciadora, esse era o seu desejo, que conseguiu ser realizado. “Fiquei muito feliz. Maitê, nasceu grande e linda. Foi um parto normal, uma experiência única e diferente de todas as outras já vividas”.

Para acrescentar, Aline explica que fez curso e também teve acompanhamento de uma Doula. “Fiz consultoria com uma enfermeira pediatra - Emmily Schwarz. O curso foi muito agregador, senti grande diferença e uma ótima experiência. Além disso, durante o trabalho de parto, tive acompanhamento de uma Doula e uma Fotógrafa”.

Rotina compartilhada

Toda a sua rotina tem sido compartilhada com seus seguidores no Instagram, rodeada por pessoas queridas e acolhedoras. “Compartilhar é incrível. Nós ensinamos e aprendemos com muitas opiniões também, mas todo mundo com sua realidade e é sempre bom trocar experiências”, conclui Aline.



Espaço Stokes
MEGA HAIR, TRANÇAS E CIA

(19) 99241-5093
R. Prof Joaquim Pedroso, 63
espaçostokes



(19) 3812-3066
Rua André Madsen, 815
Vila José Kallil

QUEENS
ACADEMIA



OPÇÃO JEANS

Moda
feminina e masculina

Avenida Ester, 190
Centro - Cosmópolis
3812-1138 / 99399-7193



Feliz dia das Mães

COSMOPOLITANO FUTEBOL CLUBE



ACICO

Pabx: 3872-1549
3872-1753

www.acico.com.br
acicoscosmopolis@yahoo.com.br

R. Baronesa Geraldo de Rezende, 350



Espaço Guaiçara
Buffet Vânia Sala

(19) 98181-0132 / (19) 98213-1551
@espacoguaiçara
vania.sala@hotmail.com



Feliz dia das Mães

Baccarin Seguros
Baccarin Corretora de Seguros

@baccarinseguros
F. 3872.5417 / 99253-0769
Av. da Saudade, 260 - Vila Kallil

Cheveux & CIA



Tranças em geral - Cabeleireira
Design de sobrancelha
Manicure / Pedicure

☎ 19 99484-4271
Waldemar Madsen, 238
Parque Esther

SABOREAR ROTISSERIE



☎ 19 99560-0342

@saborear.rotisserie

www.saborearrotisserie.com.br

R. Luiz Nicolau Noland, 338
Chácara Novo Horizonte

Óptica Neila



Mudando seu ponto de vista

AV. ESTER, 340
F. 3872-3243

TAPEÇARIA PRIMAVERA

Serviços para autos em geral e "antigos"



DU
F. 3872-5337
99723-3210

Rua Moacir do Amaral, 854 - Bela Vista

Compre Mais

O SUPERMERCADO COM MAIS OFERTA DA REGIÃO

F. 3872-3939

Loja 1: Avenida da Saudade, 32
Shopping
Loja 2: Baroneza Geraldo de Rezende, 15 - Centro

Serralheria Neves

Venda e instalação de forro de PVC
Portões Eletrônicos
Corrimãos e estruturas metálicas
Serralheria em geral

Fones: 3812-2106
99659-0957

Rua Santo Rizzo, 864 - Vila Kaili

TOKIO SUSHI



TEMAKERIA

☎ 19 98410-9280

Abriremos para ALMOÇO
(sexta, sábado e domingo) - 11h30 as 15h00
Atendimento noturno de terça a domingo
das 18h às 23h40

Av. da Saudade, 813 - Vila Kaili

PERSISTÊNCIA

Após acidente, mãe perde a memória e precisa se reconectar com maternidade

Karolyne conta que “não me lembrava de nada... acredito que voltei uns 5 anos atrás, me lembrava que eu namorava o meu marido e achava que as crianças eram só filhos dele”

Ela contou com o apoio da família neste processo de recuperação da memória

não aconteceu nada”, conta.

Após o acidente, Karolyne ficou 23 dias em coma. Ela explica que perdeu muitas memórias. “Foi um tempo muito difícil, fiquei em coma 23 dias e, em um mês, voltei para casa. Não me lembrava de quase nada, mas minha mãe e meu marido falavam bastante comigo, o que foi fundamental neste processo. Assim que eu voltei, comecei a me recordar de algumas coisas.

Atualmente, me lembro de muitas coisas; tenho dificuldades em pouquíssimas atividades hoje em dia. Assim que voltei do coma, não me lembrava de nada... acredito que voltei uns 5 anos atrás, me lembrava que eu namorava o meu marido e achava que as crianças eram só filhos dele. Eles não me falavam que eu estava repetindo, que já tinha falado. Com o tempo, comecei a perceber e pedi pra eles me falarem quando eu repetia; comecei a ficar mais calada porque eu pensava que já tinha falado, mas não demorou muito para eu começar a lembrar de tudo”.

Aroldo Paulo de Andrade, marido de Karolyne, conta como foram os dias com a esposa enquanto ela não retomava a memória. “Minha sogra ligava para ela por chamada. Conseguimos ver no semblante dela que ela não se lembrava da mãe, dos



FOTOS: CEDIDAS



Karolyne ficou em coma 23 dias

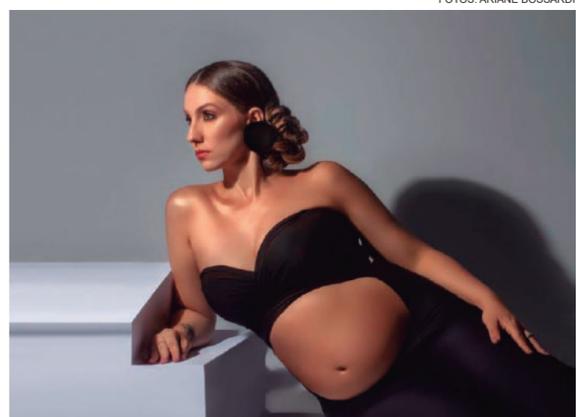
nossos filhos e também de alguns familiares... No começo, evitamos contar para ela que no dia do acidente era ela quem estava dirigindo.

Ela poderia se sentir culpada... Conversamos muito até ela entender que não teve culpa do que aconteceu”, conta Aroldo.

PARA ETERNIZAR

Fotógrafa cosmopolense é especializada em fazer ensaios com gestantes

Ariane Bossardi também explica como funciona o projeto “Mother Muse”, em parceria com a Prefeitura, que incentiva a realização do pré-natal completo e busca resgatar a beleza da mulher no período gestacional



FOTOS: ARIANE BOSSARDI



Ariane Bossardi, Fotógrafa

“Tentamos deixá-las mais seguras de si”

gestação de inúmeras cosmopolenses que a procuram na intenção de eternizar esta parte da maternidade, que pode ser tão marcante e, muitas vezes, uma mistura de sentimentos.

Ariane conta que fotografa há muito tempo e, com o passar dos anos, foi se identificando com as gestantes, um momento de novas experiências e uma quebra da rotina, para que possa ser organizada uma nova fase, mais fluida e flexível. “Sempre fotografei ges-

tantes, mas com o passar dos anos, com meu amadurecimento, com muitas experiências, comecei a me identificar muito com as gestantes; para grande parte das mulheres, é o momento mais especial da vida! O fato de gerar uma nova vida transforma a mulher, é uma etapa de descobertas e experiências, expectativas, espera, decisões, mudanças na vida, nos sentimentos - muda a forma de ver tudo ao redor”, explica.

Estilo e vontade de cada mãe

O ensaio pode ser desafiador para uma gestante que não está acostumada com o hábito de ser fotografada. Por conta disso, a fotógrafa explica que existe uma conversa longa antes do dia das fotos, em que ela pode conhecer melhor a mãe e também o estilo dela. “Converso muito com a gestante antes do ensaio, para entender realmente qual o estilo e a vontade de cada mãe em fazer seu ensaio gestante”.

Com apoio e direcionamento da fotógrafa, os ensaios ficam leves e a gestante acaba perdendo o receio de estar em um estúdio, se torna um momento divertido, uma memória da gestação. “Os ensaios são realizados em estúdio, e sei que fotografar em estúdio pode assustar um pouquinho, pois a atenção está voltada totalmente para a gestante. Por isso, para um bom resultado, direcionamos todas as poses para que a gestante não se sinta perdida, nem todas têm o costume de serem fotografadas. Por isso, tentamos deixá-las mais seguras de si, mostrando o quanto o ensaio pode ficar lindo e quão linda ela ficará nas fotos”, acrescenta.

Produção para o ensaio

“O grande diferencial do nosso Estúdio é que temos

tudo para a realização das fotos, produção de moda, cabelo e maquiagem, direção. Nosso trabalho é autoral e propõe a criação de um conceito para cada ensaio, através do biótipo e preferências de cada gestante.

Em todos os ensaios, temos uma produtora de moda, que é responsável pela elaboração do Briefing - ela dirige as poses”, esclarece.

Mother Muse

Ariane também fotografa mães através de um projeto de incentivo ao pré-natal das gestantes, chamado “Mother Muse”, uma iniciativa do Núcleo de Educação em Saúde (NUESA), da Secretaria Municipal de Saúde, da Prefeitura de Cosmópolis. Além de incentivar a realização do pré-natal completo, o projeto busca resgatar a beleza da mulher no período gestacional. As gestantes que participarem do Programa Mãe Coruja e estiverem com o pré-natal em dia até o último trimestre da gestação, concorrem a um ensaio fotográfico com a fotógrafa, que já clicou inúmeras cosmopolenses.

“O Projeto social Mother Muse, que atende mulheres em situação de vulnerabilidade social/emocional, deverá continuar suas atividades de maneira reestruturada. Vários Programas da Secretaria Municipal de Saúde vêm sendo reorganizados e passamos a integrar a atenção básica do Município, ou seja, cada Posto de Saúde em seu território atenderá mais de perto seus usuários.

Com isso, o Mother Muse poderá atender outras mulheres, trazendo de volta sua autoestima através da beleza retratada pelas lentes da câmera fotográfica. Esperamos, com isso, reconstruir vidas através do empoderamento e protagonismo feminino”, finaliza.

Outlet Zero Dezesseis



☎ 19 99595-9833

Outlet Zerodz9 Cosmopolis

Outlet Zerodz9 Cosmopolis

R. Moacir do Amaral, 1135 - Vila Nova

Lion Print



GRAFICA

☎ (19) 99593-5787

R. João Dias de Arruda Neto, 583
Sala 2 - Jardim de Lourdes

RODIZIO DE PIZZAS TODA QUARTA-FEIRA



ESFIHAS & PIZZAS
PAPITTO'S

(19) 3812-2292

Loja 1 - Av. Saudade, 432
Vila Kaili - Cosmópolis

www.pizzariapapittos.com.br

@papittosoficial

TELE ÁGUA

MAIS SAÚDE EM SUA VIDA

PROMOÇÃO

RETIRE NA PORTARIA E PAGUE APENAS

GALÃO COMPLETO DE 20 LITROS COM ÁGUA R\$ 29,99

Fonte: Naíá
DIVERSIDADE DE AÇÚCAR MENTAL

Peca sua água

Telefones:
☎ 3812-4734
☎ 3872-5772
☎ (19) 9 9920-3077

Av. Marginal, nº 314 (Rua da feira de sábado)

Sonho das Noivas



Aluguel e venda de roupas para festas

Rua XV de Novembro, 51 - Centro
Artur Nogueira

F. 3877-1579

AZEVEDO'S CAR AUTO CENTER



Reparo de módulo de injeção
Suspensão
Freio
Motor
Injeção Eletrônica

☎ 3872-4249

R. Gustavo Eprecht, 386

Lucky Day



Buffet Infantil & Teen



☎ 97132.2539

R. Dr. Adhemar de Barros, 1615
Jardim do Trevo - Artur Nogueira

conserta smart
Cosmópolis

Assistência Técnica
iOS e Android
Venda de iPhones
e artigos importados

F. ☎ 19 3287-8575
Rua Campinas, 815

COM ACOMPANHAMENTO

Mãe mantém rotina de Crossfit com treinos adaptados durante gestação

Daniela descobriu que estava com diabetes gestacional e uma das orientações do obstetra era praticar exercícios e ter acompanhamento nutricional para controlar a glicemia

Ela continuou sua rotina na modalidade até a 33ª semana

estilo de vida, e manter a rotina de exercícios foi fundamental durante toda a gestação. "Pratico Crossfit há algum tempo e manter a rotina dos treinos foi fundamental durante todo este período. Durante os treinos, tive acompanhamento dos treinadores, que foram super atenciosos comigo. Meus treinos foram todos adaptados, os coaches determinavam quais movimentos e quais cargas de cada exercício eu poderia fazer em cada fase da gestação, proporcionando um treino seguro e eficaz. Também tive acompanhamento nutricional especializado em diabetes gestacional, sempre me orientando na alimentação. Treinar durante a gestação mais o acompanhamento da nutricionista foram fundamentais para que a gravidez fosse tranquila", conta Daniela.

Nascimento

Até a 33ª semana, Daniela se manteve firme nos treinos de CrossFit. Após o nascimento da filha, ela não voltou à rotina de treinos por indicação médica, mas está contando os dias para retornar à normalidade. "Mantive meus treinos até a 33ª semana da gestação. Durante toda a minha gestação, tive acompanhamento de excelentes profissionais que fizeram a diferença. Minha bebê nasceu linda e perfeita! Ainda não retomei meus treinos, pois ela nasceu recentemente. Mas assim que o médico liberar, pretendo



FOTO: CEDIDA

Treinos foram monitorados e adaptados para Daniela



FOTO: CEDIDA

Daniela também contou com orientação nutricional

voltar à minha rotina de treinos", conclui.

Importante deixar claro que, assim como aconteceu com Daniela, gestantes

só devem praticar atividades físicas com indicação e orientação médica e acompanhamento de profissionais especializados.

A busca pela rotina saudável e ativa é cada vez mais recorrente nos dias de hoje. Essa procura abrange a todos e em diversas fases da vida, mas existe um momento em que esse objetivo pode se tornar ainda mais necessário: a gestação. Foi assim para Daniela Cristina de Lima Mattos, de 41 anos, que, por indicação médica, manteve sua rotina de treinos e exercícios físicos durante toda a sua gestação. Ela conta que foi uma gravidez muito esperada, pois, já tinha um filho de 14 anos e queria mais um. Foi uma surpresa muito boa ao receber a notícia. "Descobri minha gravidez em Agosto de 2022. Era uma gravidez muito esperada, foi uma surpresa quando descobrimos, pois as minhas chances eram mínimas. Foi uma alegria para todos nós; um milagre de Deus!

No começo da gestação, descobri que estava com diabetes gestacional e uma das orientações do meu obstetra era praticar exercícios e ter acompanhamento nutricional para controlar a glicemia", explica.

Atividade física

Para Daniela, a rotina de treinos já estava no seu

'MULHER MARAVILHA'

Mães também choram por medo, estresse, cansaço, ficam doentes...

Todos têm um limite, em que é necessário parar, descansar, recuperar suas forças para prosseguir

"Aquele que cuida de todos também necessita de atenção e cuidados"

Se fosse solicitado a uma pessoa que pensasse em uma definição ou sinônimo sobre o que é ser mãe, a maioria das respostas ditas seriam que é aquela sempre disposta a cuidar e proteger os filhos, aquela que está presente nos momentos mais importantes sejam os melhores ou os mais difíceis, que é aquela que faria o possível ou o impossível para o bem de seus filhos.

Há imagens também no reino animal do instinto materno, em que as mães cuidam das suas crias colocando em risco até a própria vida. Defendem seus filhotes com unhas e dentes.

Claro que existem as mulheres que por conta de suas vivências, que não terão o desejo de tornarem-se mães, e que não há nada de errado nisso. Muitas vezes ainda sofrem a cobrança da sociedade que questionam, como uma mulher não tem esse "dom" da maternidade? Apenas é uma decisão e escolha de cada mulher.

Continuando a definição de ser mãe, essa essencialmente é aquela que sabe amar, dar afeto e estimar incondicionalmente. Apesar de incondicional ser uma forma de amor sem condições ou limites, a mãe colocará limites sim na educação dos seus filhos, pois essa demonstração de amor pode ser o



FOTO: PAULA ALINE

O autocuidado é essencial

grande aprendizado desse filho na idade adulta para seus momentos de frustrações na vida.

É comum o relato de mulheres que se questionam se estarão a ser boas mães, já que muitas delas desempenham vários papéis simultâneos como mãe, esposa, profissional, filha, dona de casa, que podem trazer grande pressão psicológica, que é uma autocobrança excessiva, gerando angústia, sentimentos de falha ou culpa.

Mãe é forte, mãe compreende tudo, resolve tudo. Muitas vezes é essa imagem que passamos ou como são vistas pelos filhos. Mas, essa super heroína, a "mulher maravilha" é um ser humano com sentimentos e emoções. As mães também choram por medo, estresse, cansaço. Muitas vezes adoecem por não se permitir cansar. Todos têm um limite, em que é necessário parar, descansar, recuperar suas forças para prosseguir.

Aquele que cuida de todos também necessita de atenção

e cuidados, e não apenas só de autocuidado, mas de pessoas que cuidem dela.

Somente o autocuidado pode acabar por se tornar "mais uma tarefa a ser cumprida". A mãe mal consegue terminar tudo o que tem que fazer no dia, são tantas obrigações, cuidar de todos da casa, e ainda a cobrança com sua aparência, como ir à academia, fazer as unhas, cuidar dos cabelos, sobrancelha. Apesar desses momentos de parada para cuidar de si sejam vistos como momentos de descanso, não podem vir a se tornar mais uma obrigação.

Apenas o autocuidado, por mais relevante que seja, não leva em conta uma necessidade do ser humano: o apoio emocional e incondicional de outros seres humanos. O mais difícil é que as "super mães" já desenvolveram uma aceitação de que devem fazer tudo e sempre ficar por último na lista. É raro o pensamento de precisar de alguém. Pedir ajuda

pode ser difícil por dar a impressão de não ser suficiente, de não estar dando conta.

Assim como é essencial cuidar daqueles profissionais (principalmente da área da saúde) que cuidam de outras pessoas, a mãe é esse ser que também será cuidada podendo contar com a ajuda de outras pessoas, como família, amigos, profissionais ou vizinhos. Recomenda-se que possa ter dias e horários de folga para o autocuidado, para poder cuidar de outras questões pessoais, ou mesmo ter um tempo livre. E isso precisa fazer parte da rotina, e não acontecer "uma vez ao ano".

Enfim, até mesmo essa maneira que a mãe investe em si como pessoa e como mulher irá servir de modelo para as crianças mais tarde, orientando-as na sua forma de se relacionar consigo, com os outros e com o mundo.



FOTO: ARQUIVO PESSOAL

Maristela T. Lopes Ramos
Psicóloga
CRP: 06/136159
Tel. 19 98171-8591
Rua Santa Gertrudes, 2063 - fundos

Shallon
EMPRESTIMO

Emprestimo consignado para aposentados e pensionistas do INSS. E antecipação do saque aniversário FGTS.

F. 3812-4376/ 99726-5897
Av. da Saudade, 2100 - Laranjeiras

Depiladora
Fernanda Moraes
desde 2016

Depilação

F. 19 99174-3159
R. André Madsen, 93 - Vila Kalil

Feliz dia das Mães

A CENA

CONDOMINIO
GB
ADMINISTRAÇÃO CONDOMINIAL

3882-2105

HOT DOG do Dada

9.9665-0516

SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS

R. SANTA GERTRUDES (PRAÇA DA MATRIZ)

Panetteria & Cia

19 99891-7058

Em breve em novo endereço

AP
AMARAL & PIRES
ORGANIZAÇÃO CONTÁBIL & ADMINISTRATIVA

Rua Baronesa Geraldo de Rezende, 487
Centro - Cosmópolis

19 3812-1842

ÓTICAS CAROL

(19) 3812-4719 / 98933-8224
Rua: Antonio Carlos Nogueira, 602
Centro (ao lado da lotérica)

BILLIE BURGER
BB
AUTHENTIC SMASH

F. 97145-3402

Ramos de Azevedo, 1349
Jardim de Fáveri

Rocha
MAGAZINE
& Materiais de Construção

3812-2448

rochamagazine

R. Francisco Cezário de Azevedo, 700

A Gazeta de Cosmópolis também está no Instagram

Siga-nos

GAZETA de COSMÓPOLIS

TV JAGUARI

LEI Direitos das mães no mercado de trabalho

Salário-maternidade é o auxílio financeiro ao qual algumas mães têm acesso

Valor do benefício não pode ser menor que um salário mínimo (R\$ 1.320,00 em 2023)



FOTO: CEDIDA

Mulher precisa ter calma e contar com muito apoio

Quando uma mulher se torna mãe, tudo se transforma, e é preciso ter muita paciência e amor, pois é uma fase bastante complexa para esta mulher que está se descobrindo como mãe.

São tantas mudanças, com seu corpo, com seu espírito, com seu coração, que a mulher precisa ter calma e contar com muito apoio dos que estão ao seu redor.

Quando o bebê nasce, são tantas descobertas e aprendizados que demandam muito tempo e dedicação desta mãe, de forma exclusiva com o recém-nascido, e muitas vezes ela se esquece dela mesma, se colocando em segundo plano, não é mesmo?

Pensando nestas mães, que necessitam de apoio, inclusive de um apoio financeiro, a Previdência Social (INSS) traz a previsão de um benefício chamado Salário-Maternidade, no qual a mãe receberá um valor mensal para cobrir as eventuais despesas que terá com a criança e ajudará também nos custos normais pois esta mãe não conseguirá trabalhar neste período do recém-nascimento do filho.

Existem ainda outras situações que dão direito a este benefício, como: aborto, adoção, feto natimorto, guarda judicial.

a mãe precisa parar de trabalhar para cuidar do filho ou se recuperar fisicamente ou psicologicamente em outras situações.

Agora, vamos falar de quem tem direito a este benefício:

- Trabalhador empregado;
- Desempregados com qualidade de segurado;
- Empregado doméstico;
- Contribuinte individual;
- Contribuinte facultativo;
- Segurado Especial.

O Salário-maternidade é o auxílio financeiro que esta mãe terá direito.

Já a Licença Maternidade se trata do afastamento do trabalho por conta das hipóteses acima relatadas, que em regra, o tempo desta licença é de 120 dias.

O valor deste benefício não pode ser menor que um salário-mínimo (R\$ 1.320,00 em 2023).

Agora, para saber o valor exato do seu benefício, será necessário inicialmente iden-

tificar qual tipo de segurado você é, pois cada modalidade tem seus requisitos próprios para o cálculo.

Busque sempre informações com um advogado, especialista em Direito Previdenciário, e fique atento aos seus direitos!



FOTO: CEDIDA

Cintia Menezello
Advogada/Especialista em Direito Previdenciário
OAB/SP 377.607

Para receber este benefício,

Promoção Imperdível



Bicicleta aro 29 - Alumínio 21V
Quadro 15/17/19 - Várias Cores

Apenas
R\$ 1.390,00 à vista
10 x R\$ 140,00
em todos os cartões

BIKE MANIA

Bicicleta aro 29 - Alumínio 21V
Quadro 15/17/19 - Várias Cores

Apenas
R\$ 1.390,00 à vista
10 x R\$ 140,00
em todos os cartões



GRÁTIS - 1 CADEADO

ENTREGA EM COSMÓPOLIS, ARTUR NOGUEIRA
ENGENHEIRO COELHO E HOLAMBRA
PRONTA PARA PEDALAR



Av. Dr. Fernando Arens, 396 - Artur Nogueira
F: 3877-3797/ 99991-6446

AULAS GRATUITAS DE ESPORTE

BASQUETE

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
Nascidos a partir de 2013	18h	Teinamento Sub 17	Nascidos a partir de 2013	18h
Nascidos em 2011 e 2012	19h		Nascidos em 2011 e 2012	19h
Nascidos até 2010	20h		Nascidos até 2010	20h
Local	Secretaria de Cultura			

FUTSAL

Quarta-feira	Sexta-feira
08h	08h
13h30	13h30
Ginásio de Esportes	Ginásio de Esportes

KARATE

Segunda-feira	Terça-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
9h	9h	9h	9h
14h	14h	14h	14h
Local	Local	Local	Local

BUMERANGUE

Segunda-feira	Quarta-feira	Sexta-feira
10h		14h
Ginásio de Esportes	CEU Andorinhas	Ginásio de Esportes

PILATES

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
Alongamento	10h	Salão Comunidade Santo Antonio	10h	10h
Pilates 3ª Idade			10h	10h
Pilates 3ª Idade			13h30	13h30
Pilates Avançado	15h	15h	15h	15h
Pilates 3ª Idade	16h	16h	16h	16h
Local	Local	Local	Local	Local

ZUMBA

Local	Terça-feira	Quinta-feira
Praça da Cosmo		7h15
Paróquia São Benedito	8h	
ASPM		10h
EMEB Odila do Amaral Bottcher	19h10	
Nosso Teto	20h15	

VOLEI 3ª IDADE

Quarta-feira	Sexta-feira
7h30	7h30
13h30	13h30
Ginásio de Esportes	

ATLETISMO

Segunda-feira	9h
Ginásio de Esportes	

TREINO FUNCIONAL

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Iniciante	7h30	7h30	7h30	7h30	9h30		9h30	
Avançado	8h30	8h30	8h30	8h30	13h30		13h30	13h30
Iniciante		14h		14h		16h		
Local	Local	Local	Local	Local	Ginásio de Esportes	CEU (Andorinhas)	CEU (Andorinhas)	

VOLEI

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Iniciante	7h30	7h30	7h30	7h30	9h30		9h30	
Avançado	8h30	8h30	8h30	8h30	13h30		13h30	13h30
Iniciante		14h		14h		16h		
Local	Local	Local	Local	Local	Ginásio de Esportes	CEU (Andorinhas)	CEU (Andorinhas)	

FUTEBOL DE CAMPO

	Segunda-feira	Quarta-feira	Sexta-feira
Sub 11	7h50	7h50	7h50
Sub 13	9h	9h	9h
Sub 15 e Sub 17	10h	10h	10h
Sub 11 e Sub 13		13h	13h
Sub 15		14h	14h
Sub 17		15h	15h
Local	Areninhas	Ginásio de Esportes	Campo do Vila Nova

HANDEBOL

Quarta-feira	Sexta-feira	Domingo
15h30	15h30	8h30
CEU ANDORINHAS	Ginásio de Esportes	

BICICROSS

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
15h	8h30	15h	8h30
Ginásio de Esportes			



UM MINUTO DE DISTRACÃO PODE CUSTAR CARO.

**NÃO DIRIJA E USE
O CELULAR.
VOCÊ PODE
TIRAR A SUA VIDA OU
A DE UM INOCENTE.**

Dirigir o veículo manuseando
telefone celular - Art. 252

12 ANOS
maio amarelo
NO TRÂNSITO, ESCOLHA A VIDA

TRANSITO
COSMÓPOLIS

COSMÓPOLIS
FelizCidade

Cartão Minha Cosmópolis

Pra facilitar a vida de quem vive aqui!

Nossos colaboradores estão entrando em contato pelo número **19 99680-1714** para **ATUALIZAÇÃO** do cadastro.

Qualquer dúvida, entre em contato pelo número **19 99680-1714** ou presencialmente no endereço Rua Dr. Campos Sales, 398 das 8h às 16h de seg. à sex.

COSMÓPOLIS
FelizCidade



ESPORTE

Sócio de empresa Cosmopolense conquista título de campeão brasileiro master no Jiu Jitsu

Kleber Salotti de Almeida começou a praticar a modalidade a convite do filho Natan, que já conquistou vários títulos

“Ganhar um campeonato como este não poderia me deixar mais feliz”

que leva muitas pessoas a iniciarem os exercícios. A prática de atividades físicas, além de ajudar na saúde, pode ser momento divertido e de aprendizado. Kleber Salotti de Almeida, de 57 anos, é empresário sócio-diretor da Almeidação - Aço para Construção, e começou a praticar Jiu Jitsu em Janeiro de 2017 a convite do filho. Na última semana, conquistou o prêmio de Campeão Brasileiro na categoria master peso médio, lutando pela Gracie Barra de Jundiá na cidade de Barueri-SP.

O Campeonato Brasileiro de Jiu Jitsu 2023 da IBJJF (International Brazilian Jiu Jitsu Federation), a federação ofi-



1º lugar na categoria master peso médio

cial mais importante do mundo, aconteceu na terça-feira (02). “Foi uma oportunidade muito importante. Entrei no Jiu Jitsu a convite do meu filho Natan, que começou a lutar aos dezessete anos e já conquistou inúmeros prêmios nacionais e também internacionais”, explica Kleber.

Para o empresário, a conquista foi muito marcante. “Sou um amante do Jiu Jitsu. Ganhar um campeonato como este não poderia me deixar mais feliz. Acredito que este amor pelo esporte está no sangue. Assim como o Natan, treino e dou o melhor de mim nas competições”, finaliza.



Kleber e seu filho Natan

FOTOS: CEDIDAS

Na rotina, o esporte ajuda em diversos pontos da saúde física; manter a saúde e os exames em dia é um ponto

Atenção para a vaga:

Vendedor Externo

Atribuições:

- ☑ Atuar com vendas de Planos de Assistência Funeral nas diversas cidades onde o Grupo Bom Pastor está (regiões de Campinas, Limeira e Poços de Caldas).

Benefícios:

- ☑ Premiações sobre vendas;
- ☑ Ótimos ganhos;
- ☑ Locomoção.

Regime de contratação:

- ☑ CLT + benefícios.

Envio de currículo:

E-mail: rhselecao.lim@grupobompastor.com.br
Linha de assunto: **Vaga Vendas 2023**



HISTÓRIAS QUE INSPIRAM...

Cosmopolense ocupa o cargo de vice-presidente do renomado Instituto Ayrton Senna

Ewerton Cordeiro Fulini afirma que “é desafiador, mas a paixão e a dedicação que tenho por esse trabalho tornam tudo muito prazeroso e gratificante”

“É importante conectar-se com seu propósito e fazer as coisas com amor e dedicação...”

A oportunidade de ser residente de uma cidade do interior pode trazer sentimentos controversos em jovens da geração Z. A sensação de distanciamento da capital pode levá-los ao sentimento que estarão presos a uma única realidade. O Cosmopolense Ewerton Cordeiro Fulini, residiu na cidade até seus 23 anos e conta um pouco da sua trajetória até alcançar o cargo de vice-presidente do renomado Instituto Ayrton Senna. “Escrevo com a intenção de inspirar muitos jovens que podem acreditar que nascer em uma cidade do interior pode limitar suas chances de sucesso”.

Introdução

“Eu me chamo Ewerton Cordeiro Fulini, sou casado e atualmente ocupo o cargo de vice-presidente do renomado Instituto Ayrton Senna. Nasci em Cosmópolis, no dia 14 de janeiro de 1985, no Hospital Beneficente Santa Gertrudes. Sinto-me honrado pela oportunidade de compartilhar minha história com vocês e espero que ela possa inspirar crianças e jovens da nossa cidade. Ao longo da minha trajetória, tive o privilégio de aprender lições valiosas com minha família, trabalho e amigos. Esses valores me acompanharam durante toda a vida, e hoje sou grato por tê-los em minha essência. Sempre fui uma pessoa dedicada e focada em alcançar meus objetivos, mesmo diante de grandes desafios.

Apesar dos desafios, sempre acreditei na importância de dar o melhor de mim em cada oportunidade. E é esse o conselho inicial que eu gostaria de passar para os jovens da nossa cidade: dediquem-se de corpo e alma aos seus sonhos, acreditem em si mesmos e, acima de tudo, nunca desistam. Lutem sempre com garra e determinação, e tenham a certeza de que o sucesso pode estar logo ali na frente, esperando por vocês. Acredito também que a condição socioeconômica de uma pessoa não determina, necessariamente, o seu futuro. Com muita determinação e foco, você pode transformar a sua realidade para melhor”.

Infância e juventude em Cosmópolis

“Venho de uma família humilde, que não completou o ensino médio, porém, muito trabalhadora e que transmitiu valores fundamentais que carrego até hoje comigo. Minha infância foi simples, porém feliz, e sempre fui um menino muito curioso, estudioso e brincalhão.

Desde a pré-escola, estudei em escolas públicas, já que meus pais não tinham condições financeiras de pagar uma educação privada. No ensino fundamental, frequentei a EMEB Rodrigo Octávio Langaard Menezes e a EMEB



FOTOS: CEDIDAS

“Minha história prova que é possível deixar um cenário de poucas oportunidades para chegar onde se quer”

Estudante Ximena Coelho Pereira, e no ensino médio, tive a oportunidade de estudar no GEPAN - Escola Estadual Dr. Paulo de Almeida Nogueira.

Ao longo da minha trajetória escolar, sempre tive excelentes notas e gostava de assumir papéis de liderança. Aos 13 anos, comecei a trabalhar no bar do meu pai, chamado “Casa Grande”, onde desempenhei diversas funções, como caixa, atendimento e cozinha. Essa rotina desafiadora me ajudou a desenvolver habilidades que mais tarde seriam úteis na minha vida profissional.

Durante esse período, conheci um grupo de adolescentes da ONG Solidariedade em Ação, que apresentaram oficinas de educação sexual para jovens na minha escola. Admirei a desenvoltura deles e me candidatei para participar do grupo, no qual desenvolvi habilidades de apresentação em público, criatividade e liderança. Infelizmente, tive que me desligar do grupo quando mudei de cidade”.

Sonhos

“Desde jovem, sempre tive uma grande ambição e espírito sonhador. Almejava estudar em uma universidade renomada, viver em uma grande cidade e explorar o mundo, conhecendo diversas culturas e pessoas incríveis. Embora, por vezes, parecesse impossível, eu nunca deixei de sonhar e acreditar em mim mesmo. Afinal, são os sonhos que nos movem e nos inspiram a buscar um futuro melhor”.

Entrada no mercado de trabalho

“Quando completei 18 anos, senti uma inquietude em relação aos meus sonhos. Eu sabia que não conseguiria alcançá-los fazendo as mesmas coisas de sempre. Comecei a me perguntar o que estava fazendo para me conectar aos meus sonhos e percebi que naquele momento seria importante buscar uma faculdade e um emprego que me trouxessem outras experiências. Foi então que precisei olhar para as oportunidades fora da nossa cidade. Decidi, então, pegar um

ônibus e ir até Campinas procurar empregos. Naquela época, era eficiente bater de porta em porta entregando currículos impressos. Para minha alegria, a C&A estava contratando promotores para vender o cartão da loja para clientes. Eu agarrei a oportunidade e comecei a trabalhar com eles. Meses depois, fui transferido para a venda de títulos de capitalização do Banco Ibi da C&A e, devido à minha excelente performance em vendas, fui promovido para supervisor.

Foi nessa mesma época que iniciei a graduação em Comunicação Social com ênfase em Publicidade e Propaganda em uma faculdade privada próxima da C&A. Eu sabia que essa rotina seria muito dura, mas eu estava determinado a fazer o que fosse necessário para alcançar meus objetivos. Acordava todos os dias às 6h, pegava um ônibus de Cosmópolis para Campinas, trabalhava até às 18h e, em seguida, entrava na faculdade às 19h. Depois das aulas, caminhava da faculdade até a rodoviária (eram alguns quilômetros) e voltava para Cosmópolis. Foi assim durante mais de dois anos, mas eu não desisti. Eu sabia que tudo aquilo era temporário e que, no futuro, eu seria recompensado pelo meu esforço e dedicação.

Em 2005, participei de um processo seletivo da Texaco, atualmente conhecida como Chevron, que naquele momento buscava vendedores para comercializar refinados e lubrificantes. Fiquei entusiasmado com a possibilidade de desenvolver minha carreira em uma multinacional e pela oportunidade de trabalhar em Paulínia. Após algumas entrevistas, fui selecionado e trabalhei na empresa por quase três anos, uma experiência positiva para o início da minha carreira. Aprendi a atuar em um ambiente corporativo, com processos bem definidos e uma forte preocupação com a segurança e o desenvolvimento dos funcionários”.

Construção da carreira

“Lembro-me claramente do dia em que recebi a notícia de

que uma colega de trabalho da Texaco havia sido aprovada em um processo seletivo na construtora Cyrela. Naquela época, a construtora ainda não era muito conhecida por mim, mas sabia que estava envolvida com projetos em São Paulo e Rio de Janeiro. Um dos meus sonhos era morar em uma grande cidade e a Cyrela ficava sediada em São Paulo, capital. Foi assim que comecei a vislumbrar novas possibilidades em minha carreira profissional.

Algumas semanas depois, ela me informou sobre uma oportunidade, especificamente para a área de vendas de imóveis. Sem perder tempo, enviei meu currículo imediatamente e fui convocado para algumas entrevistas na sede da empresa. Como não tinha um carro próprio, precisava pegar o veículo emprestado do meu pai para chegar até São Paulo.

Após ser aprovado no processo seletivo da Cyrela, tive que tomar uma difícil decisão: pedir demissão do meu emprego na Texaco e mudar de Cosmópolis para São Paulo. Tinha consciência do grande desafio que me esperaria, mas estava muito confiante que essa decisão se conectava totalmente ao meu sonho. Por isso, decidi embarcar nessa nova aventura. Eu iniciaria no novo emprego na Cyrela em duas semanas e comecei a buscar desesperadamente um lugar para morar na cidade. Além disso, outro desafio que precisei superar foi o fato de que era necessário ter um carro próprio para assumir o cargo de supervisor de vendas. Consegui adquirir um carro em uma concessionária, mas entrada e parcelado em 60 vezes, sabendo que não era o melhor negócio, mas era a única opção naquele momento. Apesar de toda a empolgação com a nova oportunidade, meus pais não estavam convencidos, pois o novo emprego era como pessoa jurídica e a remuneração era composta por uma pequena base mais as comissões das vendas.

Com muito esforço e dedi-

cação, em menos de um ano, consegui atingir excelentes resultados na empresa e, com isso, consegui quitar meu carro. Essa foi uma grande vitória para mim e me mostrou o quanto a dedicação, a persistência e a resiliência foram importantes no processo.

Nos primeiros anos em que estive na Cyrela, a empresa abriu capital na Bolsa de Valores e iniciou seu processo de expansão, buscando profissionais que tivessem mobilidade para abrir novas filiais em outros estados. Foi nesse momento que topei o desafio, mesmo com uma remuneração menor. Aceitei uma posição CLT e morei por um ano e meio em Belo Horizonte, onde trabalhei como coordenador comercial. Minha performance me levou a ser promovido a gerente regional e transferido para Brasília, onde fiquei responsável por diversas regiões, incluindo Belo Horizonte, Goiânia, Vitória e a capital. Essa nova oportunidade me permitiu expandir ainda mais minha experiência e habilidades profissionais.

Após mais de um ano em Brasília, recebi uma nova proposta de trabalho na Cyrela. Eu havia desempenhado um ótimo trabalho na área comercial, mas sentia que ainda faltava algo em minha carreira, algo que pudesse me satisfazer ainda mais. Foi quando surgiu a oportunidade de trabalhar com Recursos Humanos, algo que nunca havia passado pela minha mente, mas que me fez pensar: “Por que não?”.

Apesar do estranhamento inicial, eu decidi arriscar e aceitei o desafio. Assim que comecei a atuar nessa nova área, percebi que estava no caminho certo. A paixão por pessoas e pelo desenvolvimento humano sempre esteve dentro de mim, mas se tornou ainda mais evidente. Eu me dediquei ainda mais ao meu trabalho, reformulei diversas ações na área e busquei constantemente novas formas de ajudar as pessoas a se desenvolverem, a crescerem profissional e pessoal-

mente”. (...)

A ida para o terceiro setor

“Durante minha carreira, percebi que a busca por um propósito era algo importante para a minha realização profissional. Foi então que, em 2019, participei de um processo seletivo para Diretoria de Recursos Humanos do Instituto Ayrton Senna, onde tive a oportunidade de conversar com a inspiradora Viviane Senna. Foi incrível perceber a paixão que ela tinha ao falar do Instituto, dos seus projetos e desafios. (...)”

Desde a sua fundação, o Instituto Ayrton Senna tem tido um papel fundamental na promoção da educação integral no Brasil, capacitação de educadores e na criação de políticas públicas que visam a melhoria do ensino educacional. E fazer parte de uma instituição que está à frente de uma mudança tão importante em nosso país é extremamente gratificante.

Assumir a posição de vice-presidente de toda a organização é um grande desafio, mas também uma grande oportunidade de continuar a fazer a diferença na vida de milhares de crianças e jovens. É um trabalho desafiador, mas a paixão e a dedicação que tenho por esse trabalho tornam tudo muito prazeroso e gratificante.

Algumas pessoas me perguntam: qual o segredo do sucesso?

Embora não exista uma fórmula mágica, gostaria de compartilhar algumas dicas que aprendi ao longo da minha carreira:

- Estabeleça objetivos e metas bem definidos e nunca desista deles;
- Dedique-se e persista em alcançar seus objetivos;
- Desenvolva habilidades e aprimore seus conhecimentos constantemente;
- Construa uma rede de contatos forte (networking);
- Seja resiliente e aprenda com as adversidades.

Combinar essas dicas pode levar ao sucesso, mas não se engane: não é fácil.

Lembre-se de que, independentemente do caminho que escolha seguir, é importante conectar-se com seu propósito e fazer as coisas com amor e dedicação. Estas atitudes farão com que a jornada seja mais leve e agradável, mesmo diante dos desafios que possam surgir.

Você é o protagonista da sua história e do seu sucesso. Por isso, seja obstinado em buscar sempre o seu desenvolvimento, nunca desista dos seus sonhos, mesmo que a jornada seja difícil e cheia de obstáculos. Não se deixe limitar pelas circunstâncias. Acredite em si mesmo, siga em frente e celebre cada conquista no caminho.

A minha história prova que é possível deixar um cenário de poucas oportunidades para chegar onde se quer. Hoje tenho muito orgulho de ser o vice-presidente de uma das organizações mais respeitadas do Brasil e, com meu trabalho, poder contribuir com um futuro melhor de tantas crianças e jovens como os da nossa Cosmópolis”.



Ewerton tem MBA inCompany pela Dom Cabral; extensão na Universidade de Kellogg, em Chicago; MBA Executivo no Insuper; e três formações em Coaching



Desentupidora e Dedetizadora
Norte Sul **24 horas**

Desentupimento de caixas de esgoto em geral, pias, ralos e tanques. Limpeza de caixas d'água, gordura, vaso sanitário e manutenção de válvula Hydra.

3812-3393
 3872-5721
 99980-9644



Orçamento gratuito.

CONSULTAS

LEITURAS DE CARTAS, TARÔ E TRABALHOS ESPIRITUAIS

F. 3872-6487 Falar com Abigail
 99545-5530




CLÍNICA VETERINÁRIA
Dra Patrícia Raphaelli

RENAN

Desentupidora e Dedetizadora **24 horas**

Desentupimento de esgoto em geral. Esgotos - Pias Ralos - Tanques Caixas d'água e gordura Orçamento gratuito.

3812-3393
 3872-5721
 99980-9644



Tapeçaria do Isaías

Conserto e reforma de estofados

Mais de 38 anos de experiência

F. 3882.1333 R. Monte Castelo, 1.114

F. 3812.1027
 98443.6845



Eu vou ajudar o Lar Arco-Íris

Depositando no Banco do Brasil
 Agência 2012-5 C.C.: 11.262-3
 Pix (CNPJ): 06.056.393/0001-31



VENDA DE JORNAIS

Para pets, gaiolas, forrações, artesanatos e embrulhos

F. (19) 3872-2582
 Av. da Saudade, 442 - Cosmópolis/SP A partir de **R\$ 7,50** 1kg

Banho e tosa - Pet shop - Táxi dog



R. FRANCISCO CEZÁRIO DE AZEVEDO, 1.087

ELEIÇÕES 2023
CONSELHO TUTELAR

INSCRIÇÕES DE 2 A 26 DE MAIO
 Horário das 8h30 às 11h30 e das 13h30 às 16h
Secretaria de Promoção Social e Ação Comunitária
 Rua Monte Castelo, 63 Bairro Bosque



CAMPANHA ME ADOTE

Claudia é uma cadela que foi resgatada dos Predinhos, ela é mansa, porém no local o pessoal batia e judiava dela. Aí ela veio pra Zoonoses, foi castrada e está para adoção também.

COSMÓPOLIS FelizCidade



PAIXÃO

'Amigos do Carro Antigo de Cosmópolis' é destaque na Feirinha da 'Praça do Rodrigo'

Evento foi iniciado com desfile pelas ruas centrais e bairros, seguindo em comboio até a 'Praça do Rodrigo, onde os veículos foram agrupados para as exposições

Encontros são mensais, sendo realizados no segundo domingo de cada mês

Carros antigos, artesanato, boa música e o melhor da gastronomia cosmopolense marcaram o primeiro domingo de maio na 'Praça Presidente Kennedy', conhecida 'Praça do Rodrigo'.

No domingo (07), a tradicional 'Feirinha' reuniu o grupo 'Amigos do Carro Antigo de Cosmópolis', precursores dos eventos temáticos no município, e os integrantes das 'barraquinhas' de gastronomia e artesanato, reestruturando as edições mensais na 'Praça do Rodrigo'.

O grupo 'Amigos do Carro Antigo de Cosmópolis', formado por colecionadores e apaixonados pela memória automobilística do município, estiveram entre os principais destaques do evento, expondo uma infinidade de raridades.

O evento foi iniciado com a passagem das coleções



Evento reuniu colecionadores e apaixonados pela memória automobilística



Banda animou a exposição



Diversas raridades expostas

do 'Amigos do Carro Antigo de Cosmópolis' e convidados da região, desfilando pelas ruas centrais e bairros, seguindo em comboio até a 'Praça do Rodrigo, onde foram agrupados para as exposições.

Participe das exposições dos 'Amigos do Carro Antigo de Cosmópolis'

Os encontros são mensais, sendo realizados no segundo domingo de cada mês, onde são convidados proprietários de veículos com mais de 30 anos, de fabricação ou emplacamento, para participarem das exposições.

Os organizadores exigem, como taxa de exposição, 1 quilo de alimentos, o qual é destinado a projetos sociais da cidade.

Os interessados em expor nas edições devem entrar em contato com o Ligeirinho (19) 97405-2213 – presidente do grupo e um dos organizadores do encontro.

Em todas as edições, tem música ao vivo, feira gastronômica e artesanato, brinquedos infláveis, e inúmeras raridades automobilísticas.