



Agência Shopee Xpress é instalada em prédio comercial da Gazeta de Cosmópolis

Espaço alternativo do jornal, agora também é dividido com o ponto de coleta, com retirada e devolução

B 05



Animais braquicefálicos: uma preocupação específica

Bulldog, Pug, Shitzu e Pequinês, entre outras raças de focinho curto, sofrem com calor intenso; tutores devem tomar cuidado com superaquecimento respiratório

A 04

GAZETA de COSMÓPOLIS

ANO XXIV - Nº 2235 - Desde 1995

COSMÓPOLIS, SEXTA-FEIRA, 16 DE FEVEREIRO DE 2024

CONCLUÍDA EM 15/02/2024, ÀS 18h45

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - 22 PÁGINAS

impresso / + digital

Inscrições para cadastro reserva do CONDESU encerram no dia 22 de fevereiro

Página A 03

EM AÇÃO

Junior Felisbino faz balanço dos três anos à frente da Prefeitura de Cosmópolis

FOTO: PREFEITURA MUNICIPAL DE COSMÓPOLIS



Cerimônia foi realizada no Auditório da Escola Paulo Freire e teve a participação de secretários, vereadores, comerciantes, autoridades e munícipes

C 01

FOLIA

Confira a galeria de fotos do Carnaval do Cosmopolitano F. C. e do CarnaMagia

FOTO: FEGADOLI FOTO E FILME



Foram três dias de folia, contando com um baile noturno e duas matinês no Carnaval do CFC e quatro dias de festa do CarnaMagia na 'Praça do Coreto'

Páginas D 01 a D 04

VENHA CONHECER AS DELÍCIAS DANOSSA PADARIA

TENDA
Qualidade que você merece!

Pão Quentinho!

F. 19 3872-6342
R. MONTE CASTELO, 1000
COSMÓPOLIS/SP

MATRÍCULAS ABERTAS COMECE HOJE ESTUDE DE ONDE QUISER

Nota máxima no MEC

POLO COSMÓPOLIS

Inscreva-se já: www.uniasselvi.com.br

99244-7814
R. 7 DE SETEMBRO, 860

UNIASSELVI GRADUAÇÃO E PÓS

BOMMED
Saúde a qualquer distância!

O serviço de **TELEMEDICINA** do Grupo Bom Pastor.

WhatsApp: 0800 950 1010
grupobompastor.com.br

MATRÍCULAS ABERTAS SUPLETIVO MARÇO 2024

Conclua o ensino fundamental e médio a partir de 6 meses

Aulas semanais
Material didático incluso

99244-7814
R. 7 DE SETEMBRO, 860

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 Kall
vagas@nextestagios.com.br

F. 3872-2582
Telma Silveira / Valéria Souza

CENTRO AUTOMOTIVO PAULINHO & EDSON

FIAT, CHEVY, AUDI, VW, MITSUBISHI, RENAULT

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

A PARTIR DE **R\$ 7,50**

COMPRE PELO TELEFONE

19 3872-2582
Av. da Saúde, 442

Agência de Integração Empresa - Escola
Avenida da Saúde, 442 - Vila Kall
vagas@nextestagios.com.br

F. 3872-2582
Telma Silveira / Valéria Souza

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, JMalucelli, Protector, Itaú Seguros, SulAmérica, ZURICH, MAFFRE, GENERALI, PORTO SEGURO, Allianz, EXCELSIOR SEGUROS, Ituran, TOKIO MARINE SEGURODORA, SOMPO SEGUROS, SUHAI SEGUROS

Irmãos Carão
Móveis e Colchões

(19) 3872.1552

R. Otto Herbst, 703



WELLAP

Rua Narciso Dario Andretto, 556 Parque Industrial - Cosmópolis

Temos vagas para CAMPINAS:

- MACKENZIE
- UNISAL
- 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
- # CRTC (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

Trilhas Cosmopolenses

Inscrições para Projeto Villa-Musical se encerram nesta sexta-feira (16)
O Projeto Villa-Musical abriu inscrições para novos alunos e o prazo se encerra nesta sexta-feira (16). O atendimento é no período das 8h às 20h, na sede do Villa-Musical, que está instalado na Rua Dr. Moacir do Amaral, 15-B, próximo da 'Praça do Rodrigo'. As vagas são gratuitas e livres para mais de 20 cursos musicais, com opções para instrumentos musicais, musicalização infantil, corais, técnica vocal, hip hop e outros.

Escola Estadual Alberto Fierz será reformada (1)
A Escola Estadual Alberto Fierz será beneficiada com verba para reparos no primeiro semestre de 2024. A Secretaria da Educação

do Estado de São Paulo (Seduc-SP) vai investir cerca de R\$ 257 milhões em reparos de 445 escolas da rede estadual. Trata-se da primeira etapa de revitalizações de menor porte, realizadas por meio da Fundação para o Desenvolvimento da Educação (FDE), com previsão de conclusão ainda no primeiro semestre de 2024. Na região de Campinas, são R\$ 29,6 milhões para reparos em 57 escolas nos municípios de Amparo, Atibaia, Campinas, Capivari, Conchal, Cordeirópolis, Cosmópolis, Espírito Santo do Pinhal, Hortolândia, Indaiatuba, Itapira, Leme, Limeira, Mogi Guaçu, Mogi Mirim, Paulínia, Piracicaba, Santa Bárbara d'Oeste, Santa Gertrudes, São Pedro e Sumaré.

Escola Estadual Alberto Fierz será reformada (2)
As revitalizações serão realizadas

por meio de licitação específica, que prevê apenas pequenos serviços de engenharia e permite, assim, atender de uma só vez a um número significativo de escolas em todo o estado. A meta é reformar 1.200 escolas até o fim de 2024.

Rede Estadual de Ensino retorna às aulas
As escolas estaduais de Cosmópolis abriram suas portas na quinta-feira (15) para o primeiro dia letivo de 2024 dos estudantes cosmopolenses. As unidades de ensino tiveram autonomia para organizar atividades especiais de recepção.

Escola para todos
Quem estiver fora da rede ou veio de outro estado durante as férias ainda pode se matricular nas escolas estaduais de SP. A regra vale também para a Educação de Jovens e Adultos

(EJA). Para se matricular na rede estadual para este ano, o responsável legal ou maior de 18 anos pode realizar a inscrição presencialmente em qualquer escola estadual ou no balcão de atendimento do Poupatempo, apresentando RG, histórico escolar e comprovante de residência.

Mais de 8.000 alunos da rede municipal de ensino retornaram às aulas
Na quinta-feira (08), aconteceu o retorno oficial às aulas nas escolas municipais de ensino básico (EMEB), integrantes da Rede Municipal de Educação, efetivados nos períodos da manhã e tarde. O primeiro semestre escolar foi iniciado para mais de 8.000 mil alunos, estudantes das 29 escolas municipais de Cosmópolis, abrindo o retorno das atividades letivas com ações especiais

de aprendizado e segurança.

Secretaria Municipal de Segurança e Trânsito realiza diversas ações para a volta às aulas
A Prefeitura de Cosmópolis, por meio da Secretaria Municipal de Educação, com o apoio da Secretaria Municipal de Segurança e Trânsito, preliminarmente realizou diversas ações para o retorno às aulas. Incidiram operações estratégicas dos agentes e equipes da Secretaria Municipal de Segurança e Trânsito, empreendendo renovações nas sinalizações e rondas intensivas nas imediações escolares. A Secretaria Municipal de Educação realizou as capacitações e palestras aos profissionais da Rede Municipal de Ensino, seguindo o cronograma e preparativos para a volta às aulas.

EDITORIAL

GAZETA completa 29 anos de fundação

Desde 26/02/1995, a Gazeta de Cosmópolis está comprometida em divulgar a verdade

O jornal impresso continua e sempre continuará!

Também não podemos nos esquecer dos milhares e milhares de leitores e assinantes de nosso jornal que, por décadas, foram e são leitores assíduos de nosso jornal impresso.

E o jornal impresso continua e sempre continuará.

Muitas cidades, muitas mesmo, já não têm mais jornal impresso. Mas nós defendemos esta mídia, pois é elaborada embasada na verdade, desenvolvida com mais detalhes, muito cuidado e carinho...

O jornal impresso não vai acabar nunca, assim como nunca acabaram as revistas e outras mídias (publicitárias), como folhetos, panfletos e etc.

O Brasil é o maior produtor de celulose do mundo.

E além de atender o mercado interno, comercializa papel e celulose para o mundo todo. As indústrias deste segmento não param de crescer. Exemplo disso é a Fábrica da Suzano Papel e Celulose, em Ribas do Rio Pardo, Mato Grosso do Sul, a maior empresa do mundo neste segmento, em construção, lembrando que a Suzano acaba de completar 100 anos.

Também oferecemos ao nosso público o jornal digital, mas este assunto fica para outro Editorial.

Gazeta de Cosmópolis, rumo aos 30 anos!

Obrigado a todos!

A Direção



FOTO: GAZETA DE COSMÓPOLIS/TV JAGUARI

Gazeta de Cosmópolis, rumo aos 30 anos de história

De volta ao passado



Fevereiro de 1941 - Muito antes de Artur Nogueira, com sua consagrada 'Banda da Vaca', já tínhamos nossas folias do boi, vaca e cavalinhos. Diversão dos tempos Bandeirantes, aprimorada com as chegadas dos imigrantes italianos na região, relembrando os costumes dos boiadeiros e tropeiros paulistas. Entre os marcos desta tradição, tipicamente recriada e aprimorada nas terras cosmopolenses, os núcleos de foliões na 'Avenida Esther' e 'Fazenda Usina Ester', sobretudo nos complexos colônias da secular indústria açucareira, tornando-se uma referência nas folias dos boizinhos e vaquinhas.

Em destaque, integrantes do afamado 'Bloco do Boi', marcante pelos boiadeiros e seus cavalinhos, criado na Usina Ester. O grandioso 'Bloco do Boi', com dezenas de integrantes fantasiados, os boiadeiros, peões e boiadas, competiam no 'império da fo-

lia cosmopolense' com a 'Banda do Boi', fundada em 1900, estando entre as primeiras bandas carnavalescas da 'Villa Cosmópolis'.

O autor do registro fotográfico é o mestre Guilherme Hasse, captado no extinto campo da 'União Esportiva Funilense', localizado ao lado do complexo industrial da Usina Ester.

A rivalidade entre os grupos da 'Villa' e Usina, criada amistosamente nas folias de carnaval, unia forças nos anos 1920, integrando as 'boiadas de foliões' das colônias a tradicional 'Banda do Boi', integrando músicos, boizinhos, vaquinhas e cavalinhos.

Texto: Adriano da Rocha
Curta e siga:
@Acervo Cosmopolense
Foto: Guilherme Gaensly





Campinas Rua Conceição 233, Sala 1309, 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)

APOSENTADORIAS

AUXÍLIO-ACIDENTE

DEFESA DE IRREGULARIDADES

SALÁRIO-MATERNIDADE

BPC - LOAS (IDOSO/DEFICIENTE)

CONTAGEM DE TEMPO

PLANEJAMENTO PREVIDENCIÁRIO

REVISÕES

PENSAO POR MORTE

ENTRE OUTROS.

(19) 9.9671-3784

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

SELEÇÃO

Inscrições para cadastro reserva do CONDESU encerram no dia 22 de fevereiro

Jornadas variam entre 30 e 44 horas, com vencimentos mensais entre R\$ 1.898,00 e 6.421,00

Há oportunidades para Cosmópolis

As inscrições para o Processo Seletivo do Consórcio Intermunicipal para o Desenvolvimento Sustentável - CONDESU para formação de cadastro reserva para diversos cargos de níveis fundamental, médio e superior terminam no próximo dia 22 de fevereiro.

As provas serão objetivas de múltipla escolha, de caráter eliminatório e classificatório. Para algumas funções, também haverá provas práticas, de caráter eliminatório.

O processo seletivo tem validade de 2 anos, com possibilidade de prorrogação. As inscrições podem ser realizadas via INTERNET, no endereço eletrônico www.reisauditores.com.br, até o dia 22/02/2024. O valor da inscrição varia entre R\$ 47,00 e R\$ 81,00, dependendo da escolaridade e cargo a concorrer. Os pedidos de isenção podem ser feitos entre os dias 23 e 26 de janeiro.

As oportunidades disponíveis estão distribuídas em Cosmópolis (veja detalhes nos quadros abaixo) e nas diversas cidades atendidas pelo Condesu, como Artur Nogueira, Campo Limpo Paulista, Conchal, Cordeirópolis, Holambra, Jaguariúna, Mogi Guaçu, Morungaba e Santo Antonio de Posse. As jornadas variam entre 30 e 44 horas, com vencimentos mensais entre R\$ 1.898,00 a 6.421,00.

Oportunidades para Cosmópolis: Ajudante Geral; Almoxarife; Atendente de Call Center; Auxiliar Administrativo; Eletricista de Manutenção; Eletricista para Iluminação Pública; Encarregado de Jardinagem; Encarregado Geral de Serviços; Engenheiro Ambiental; Mecânico Cadastral; Motorista I; Motorista II; Motorista III; Operador de Máquinas; Operador de Motosserra; Pedreiro; Recepcionista; Servente de Limpeza; Tratorista; Varredor de Rua; Vigia.

Para mais informações e esclarecer dúvidas, veja o edital completo no site da organizadora do processo seletivo em www.reisauditores.com.br.

CONSORCIO INTERMUNICIPAL PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL - CONDESU

Edital de Seleção Pública nº 01/2024
 Organização: Reis & Reis Auditores Associados

05 - MUNICÍPIO COSMÓPOLIS						
ID	EMPREGO	VAGAS	VENCIMENTO INICIAL	CARGA HORÁRIA SEMANAL	REQUISITOS MÍNIMOS EXIGIDOS	TAXA DE INSCRIÇÃO
1	Ajudante Geral	Cadastro Reserva	R\$ 1.898,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto)	R\$ 47,00
2	Almoxarife	Cadastro Reserva	R\$ 1.963,00	44h	Ensino Médio e Conhecimento em Informática	R\$ 63,00
3	Atendente de Call Center	Cadastro Reserva	R\$ 1.927,00	30h	Ensino Médio e Conhecimento em Informática	R\$ 63,00
4	Auxiliar Administrativo	Cadastro Reserva	R\$ 2.254,00	44h	Ensino Médio, conhecimentos em Informática e CNH "B"	R\$ 63,00
5	Eletricista de Manutenção	Cadastro Reserva	R\$ 3.445,00	44h	Ensino Fundamental e Curso Básico de NR10 + Prova Prática	R\$ 47,00
6	Eletricista para Iluminação Pública	Cadastro Reserva	R\$ 3.445,00	44h	Ensino Fundamental e Curso Básico de NR10 + Prova Prática	R\$ 47,00
7	Encarregado de Jardinagem	Cadastro Reserva	R\$ 2.277,00	44h	Ensino Fundamental	R\$ 47,00
8	Encarregado Geral de Serviços	Cadastro Reserva	R\$ 4.054,00	44h	Ensino Médio	R\$ 63,00
9	Engenheiro Ambiental	Cadastro Reserva	R\$ 6.421,00	30h	Ensino Superior em Engenharia Ambiental e Registro Profissional no respectivo órgão de classe	R\$ 81,00
10	Mecânico	Cadastro Reserva	R\$ 3.445,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) + Prova Prática	R\$ 47,00
11	Motorista I	Cadastro Reserva	R\$ 2.254,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) e CNH "B" + Prova Prática	R\$ 47,00
12	Motorista II	Cadastro Reserva	R\$ 2.676,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) e CNH "D" + Prova Prática	R\$ 47,00

CONSORCIO INTERMUNICIPAL PARA O DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL - CONDESU

Edital de Seleção Pública nº 01/2024
 Organização: Reis & Reis Auditores Associados

13	Motorista III	Cadastro Reserva	R\$ 2.756,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) e CNH "E" + Prova Prática	R\$ 47,00
14	Operador de Máquina Costal	Cadastro Reserva	R\$ 2.686,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) + Prova Prática	R\$ 47,00
15	Operador de Máquinas	Cadastro Reserva	R\$ 2.936,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) e CNH "D" ou "E" + Prova Prática	R\$ 47,00
16	Operador de Motosserra	Cadastro Reserva	R\$ 2.686,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) + Prova Prática	R\$ 47,00
17	Pedreiro	Cadastro Reserva	R\$ 3.445,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) + Prova Prática	R\$ 47,00
18	Recepcionista	Cadastro Reserva	R\$ 1.898,00	44h	Ensino Médio, Conhecimentos em Informática	R\$ 63,00
19	Servente de Limpeza	Cadastro Reserva	R\$ 1.622,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto)	R\$ 47,00
20	Tratorista	Cadastro Reserva	R\$ 2.078,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto) e CNH "D" ou "E" + Prova Prática	R\$ 47,00
21	Varredor de Rua	Cadastro Reserva	R\$ 1.898,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto)	R\$ 47,00
22	Vigia	Cadastro Reserva	R\$ 2.028,00	44h	Ensino Fundamental (incompleto)	R\$ 47,00

ADRIANA GIOVANNONI VIAMONTE
 ADVOGADA - OAB/SP 108.519

(19) 3872 1544
 (19) 98135 8557
 viamonte@uol.com.br

Rua Antônio Carlos Nogueira, 820, Cosmópolis - SP

CONTRATAÇÃO

CRTC tem 22 vagas na área de construção civil com salários que variam de R\$ 1.977,00 a R\$ 3.500,00

Interessados nas vagas podem enviar seus currículos por e-mail para recursoshumanos@arionengenharia.com.br ou pelo WhatsApp (19) 99939-1717

Além dos salários, a empresa oferece benefícios como vale refeição, vale transporte e cesta básica

A Secretaria Municipal de Indústria e Comércio, por meio do CRTC - Centro de Referência ao Trabalhador de Cosmópolis, anuncia a abertura de 22 vagas na área da construção civil, com salários que variam de R\$ 1.977,00 a R\$ 3.500,00, contemplando diferentes níveis de escolaridade: fundamental, médio, técnico e superior.

As oportunidades são destinadas à Arion Construção e Gerenciamento de Obras, empresa que atualmente presta serviços em Artur Nogueira. Além dos salários atrativos, a empresa oferece benefícios como vale refeição, vale transporte e cesta básica.

"A atual gestão sempre teve o objetivo de fortalecer ainda mais a contratação da mão de obra local, isso é um compromisso firmado com o trabalhador cosmopolense. A contratação local fortalece a economia da cidade, promove o desenvolvimento comunitário e contribui para o crescimento sustentável do município", destacou a

secretária da pasta, Fabiana Dester.

Confira as oportunidades disponíveis:

- Administrativo de Obras (01 vaga);
- Armador (04 vagas);
- Carpinteiro (06 vagas);
- Encarregado de Obras (01 vaga);
- Engenheiro Civil (01 vaga);
- Pedreiro (02 vagas);
- Servente (06 vagas);
- Técnico de Segurança do Trabalho (01 vaga).

Os interessados nas vagas podem enviar seus currículos atualizados por e-mail para recursoshumanos@arionengenharia.com.br ou pelo WhatsApp (19) 99939-1717. Para obter informações detalhadas sobre salários, benefícios e critérios de seleção, acesse www.cosmopolis.sp.gov.br/crtc.

Outras oportunidades
 As divulgações das oportunidades de emprego são realizadas através das redes oficiais do CRTC Cosmópolis, no site da Prefeitura (www.cosmopolis.sp.gov.br/crtc) e também no painel físico no prédio do setor.

Devido a manutenções elétricas, informamos que o CRTC está funcionando provisoriamente no prédio do Poupatempo Cosmópolis, localizado na rua Otto Herbst, 116, das 9h às 17h.

GRADUAÇÃO GRATUITA

Inscrições para o Vestibular 2024 Univesp estão abertas

São ofertadas mais de 23 mil vagas, em 425 polos, maior processo seletivo em alcance territorial do Estado

Inscrições devem ser realizadas pelo site: vestibular.univesp.br

A Universidade Virtual do Estado de São Paulo (Univesp), vinculada à Secretaria de Ciência, Tecnologia e Inovação, abriu, no dia 06/02, as inscrições para 23.322 vagas do Vestibular anual 2024, destinadas a 425 polos, de 371 municípios (capital, interior e litoral). **Em Cosmópolis**, o polo UNIVESP está instalado nas dependências da Escola Municipal Estudante Ximena Coelho Pereira, na Avenida da Saudade.

São oferecidos nove cursos: Letras, Matemática e Pedagogia (Eixo de Licenciatura), Ciência de Dados, Engenharia de Computação e Tecnologia da Informação (Eixo de Computação), e Administração, Engenharia de Produção e Tecnologia em Processos Gerenciais (Eixo de Negócios e Produção).

As inscrições terminam no dia 08/04/24, às 21h, e devem ser feitas pelo site: vestibular.univesp.br. A prova (objetiva e redação) ocorrerá no dia 26/05, às 13h, e os locais oficiais serão divulgados no dia 21/05, a partir das 15h. O início das aulas está previsto para o final de julho de 2024. Neste ano, a Univesp ofertou ainda 2.610 vagas para o Provão Paulista. Os aprovados também ingressam em julho.

O custo da inscrição é de R\$ 52,00. Para participar, não há limite de idade, basta ter concluído o ensino médio ou com o término previsto até o período da matrícula. No preenchimento da ficha de inscrição, os candidatos devem cumprir todas as etapas previstas, responder o questionário socioeconômico, indicar o CPF e seus dados pessoais. Também será possível, caso queiram, fornecer os números de inscrição do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), de 2021, 2022 e 2023, para que os resultados sejam considerados na prova objetiva e integrados à nota final. Caso a nota do ENEM 2023 não seja divulgada até o dia 08/04, não valerá para esse processo seletivo. No vestibular, também haverá o Sistema de Pontuação Acrescida para Pretos, Pardos e Índios (PPI) e para alunos que estudaram o Ensino Médio em escolas públicas.

FOTO: GAZETA DE COSMÓPOLIS/ TV JAGUARI



CRTC - Centro de Referência ao Trabalhador de Cosmópolis

- Auxiliar Operações (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção (02 vagas) expira dia 29/02/2024
- Auxiliar Mecânico (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Agenciador (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante de Obras (04 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante de Obras (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante Prático III (05 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Aplicador (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Lavanderia, masculino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Logística (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar Financeiro, feminino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Operações (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção Químico (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção, masculino (06 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção, masculino (20 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Serralheiro (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Serviços Gerais (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção, masculino (03 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante de Mecânico de Autos (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Serviços Gerais (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante de Obras (15 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante de Produção, masculino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Ajudante, feminino (03 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Almoxarifado (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Limpeza III, feminino (03 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Lavanderia, feminino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Limpeza I, feminino (03 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Analista de Suporte Jr. (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Armador (15 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Armador (04 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção, masculino (04 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Produção, masculino (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Auxiliar de Serviços Gerais, masculino (04 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Borracheiro (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Balconista, masculino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Camareira (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Consultor(a) de vendas (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Carpinteiro (15 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Carpinteiro (06 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Costureira (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Desenhista Projetista 2D (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Eletricista (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Encarregado de Obras (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Engenheiro Civil (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Estagiário Administrativo, ambos os sexos (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Estagiário em Administração, ambos os sexos (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Estagiário de Produção, ambos os sexos (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Manutenção Predial (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Motorista Entregador (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Motorista I (CNH D - 20 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Motorista de Ônibus (04 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Motorista de Veículo Leve (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Motorista de Veículo Pesado (10 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Montador de Estufas e Sombreamento, masculino (04 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Montador Mecânico (19 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Motorista de Veículo Pesado (08 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Mecânico Automotivo I (06 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Motorista (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Motorista I (20 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Motorista Carreteiro (05 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Operador de Colhedora (40 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Oficial de Manutenção Predial (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Operador de Colhedora (40 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Operador de Empilhadeira (02 va-

- gas) - expira dia 29/02/2024
- Operador de Processos Produtivos Jr. (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Pedreiro (15 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Pedreiro (02 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Recepcionista, masculino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Servente (06 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Serviços Gerais, masculino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Social Media (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Tratorista (CNH D - 50 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Vendedor(a) (10 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Vendedor(a) (03 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Vistoriador, masculino (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Trabalhador Rural (03 vagas) - expira dia 29/02/2024
- Técnico de Segurança do Trabalho (01 vaga) - expira dia 29/02/2024
- Vagas para refinaria (Toyo Setai)
- Ajudante Civil (obra replan)
- Ajudante de Pintor de Obra (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)
- Pintor (obra Replan)
- Rigger (obra Replan)
- Vagas Parada Replan 2024
- Ajudante Geral
- Auxiliar de Almoxarifado
- Auxiliar de Almoxarifado
- Auxiliar de Materiais
- Auxiliar de Materiais
- Auxiliar de Movimentação de Carga
- Auxiliar de Planejamento
- Auxiliar de Serviços Gerais
- Auxiliar SMS
- Caldeireiro
- Caldeireiro Alpinista
- Coordenador Técnico
- Eletricista
- Eletricista Força e Controle
- Eletricista Industrial
- Encarregado de Instrumentação
- Encarregado de Eletricidade
- Engenheiro Elétrico
- Gestor de Contrato
- Fuleireiro
- Instrumentista
- Isolador
- Isolador
- Montador de Andaime
- Montador de Andaime
- Motorista de Caminhão Munck
- Motorista de Munck
- Motorista de Van
- Operador de Saca Fêmea
- Pintor Industrial
- Pintor Alpinista
- Refratarista A
- Refratarista B
- Refratarista C
- Soldador
- Soldador TIC/ER
- Supervisor de Elétrica
- Supervisor de Instrumentação
- Técnico em Elétrica
- Técnico de Planejamento
- Técnico de Segurança do Trabalho
- Técnico de Materiais
- Técnico em Instrumentação
- Programa Jovem Aprendiz (CIEE)
- Vagas Permanentes
- Assistente de Cobrança (01 vaga) - vaga permanente
- Assessor de Parceiras e Benefícios, de ambos os sexos (01 vaga)
- Vendedor Interno e Externo, de ambos os sexos (10 vagas) - vaga permanente
- Assessor de Vendas PcD, de ambos os sexos (01 vaga)
- Borracheiro (01 vaga) - vaga permanente
- Carpinteiro (06 vagas) - vaga permanente
- Armador (01 vaga)
- Auxiliar de Pedreiro (08 vagas)
- Apontador de Obras (01 vaga) - vaga permanente
- Encarregado de Obras (01 vaga)
- Greidista (01 vaga)
- Mestre de Obras (01 vaga) - vaga permanente
- Motorista de Caminhão Basculante (08 vagas) - vaga permanente
- Operador de Escavadeira Hidráulica (01 vaga) - permanente
- Pedreiro (02 vagas)
- Topógrafo (01 vaga) - vaga efetiva
- Estagiário Educação Física (01 vaga) - vaga permanente
- 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 - Cosmópolis - SP
 Fone: (19) 3872 2535 / (19) 3872 5771 - Fax: (19) 3872 5469 /
 E-mail: crtc@cosmopolis.sp.gov.br



'TEMPO QUENTE'

Animais braquicefálicos: uma preocupação específica

Bulldog, Pug, Shitzu e Pequinês, entre outras raças de focinho curto, sofrem com calor intenso; tutores devem tomar cuidado com superaquecimento respiratório

"Gatos persas também estão entre os mais vulneráveis"



FOTO: LUDMILA OLIVEIRA

Eles têm focinhos achatados e vias respiratórias curtas

Apesar das ondas de calor serem preocupantes para nós humanos e também para todos os animais, os pets braquicefálicos, como buldogues, pugs, shih tzus e gatos persas, são mais vulneráveis. Isso ocorre devido às características anatômicas dessas raças, que incluem focinhos achatados e vias respiratórias mais curtas.

Por conta dessas características, estes animais costumam ter muita dificuldade para respirar e se cansam rapidamente para realizar exercícios e brincadeiras, além de roncarem bastante.

Percebendo estes sintomas, o tutor deve levar ao médico veterinário, que irá examinar e constatar onde se encontra o problema: se é na narina, traqueia, palato ou pulmão. Após estabelecido o local do problema, é indicado o tratamento adequado.

Quando o canal de passagem do ar das narinas é muito estreito ou quando o palato mole é muito alongado, dificultando a passagem do ar, o tratamento quase sempre é cirúrgico para abrir as vias respiratórias. Quando se trata de problemas traqueais ou pulmonares, o tratamento normalmente é através de medicações.

A dificuldade para respirar se agrava no calor. A regulação da temperatura dos cães é feita em boa parte pela respiração e os cães não transpiram como nós seres humanos para regular a temperatura corporal e se o animal tem dificuldade de respirar, seu corpo se aquece mais facilmente e não consegue resfriar de forma eficaz.

A boa notícia é que, apesar dos problemas causados pelo calor em cães e gatos, existem medidas que podemos tomar para proteger nossos pets durante uma onda de calor, incluindo aqueles que são braquicefálicos. Aqui estão algumas dicas vitais:

- Fornecer Água Adequada: Certifique-se de que seus animais de estimação tenham acesso constante a água fresca e limpa. Troque a água regularmente para mantê-la fresca.
- Evitar Horas de Pico de Calor: Durante os dias mais quentes, evite levar seus

animais de estimação para passear nas horas de pico de calor. Opte por passeios mais curtos nas primeiras horas da manhã ou no final da tarde.

- Oferecer Sombra e Abrigo: Certifique-se de que seus pets tenham acesso à sombra durante o dia. Se possível, forneça um local fresco e sombreado para eles descansarem.

- Evitar Superfícies Quentes: Não deixe seus animais de estimação andarem em superfícies quentes, como asfalto ou calçadas, durante o calor. O contato prolongado com essas superfícies pode causar queimaduras nas patas.

- Ventilação Adequada: Mantenha sua casa bem ventilada. Se você não tem ar condicionado, utilize ventiladores ou deixe as janelas abertas para permitir a circulação do ar.

- Nunca Deixar no Carro: Nunca deixe seus animais de estimação dentro de um carro estacionado, mesmo que seja por um curto pe-

ríodo de tempo. O interior de um carro pode aquecer rapidamente e se tornar perigoso.

- Banho Fresco: Ofereça banhos leves e frescos aos seus animais de estimação durante os dias quentes para ajudar a reduzir a temperatura do corpo.

- Monitorar Sinais de Estresse: Esteja atento aos sinais de estresse e superaquecimento, como respiração ofegante, salivação excessiva, fraqueza e inquietação. Se notar esses sinais, leve seu pet para um local mais fresco imediatamente.

- Com as precauções certas, podemos garantir que nossos pets permaneçam seguros e saudáveis, independentemente das condições climáticas. Lembre-se sempre de que a prevenção é a chave para manter nossos animais de estimação felizes e seguros em qualquer estação do ano.



FOTO: ARQUIVO PESSOAL

Paula Bardou Fontana
Médica Veterinária da Colibri Animal | CRMV-SP 30001

AÇÃO SOLIDÁRIA

Lar Arco-Íris lança sorteio para ajudar pagar dívida que ultrapassa R\$ 60 mil

Cartela cheia tem prêmio no valor de R\$ 3.500; a primeira cinquena, R\$ 300; e ainda há sorteios de diversos prêmios doados por comerciantes locais



Participação da comunidade é essencial: as cartelas de sorteio estão disponíveis por R\$ 50

O Lar Arco-Íris, uma associação civil sem fins lucrativos em Cosmópolis, que acolhe crianças e adolescentes vítimas de maus tratos e violência, enfrenta um desafio crucial. No próximo dia 09 de março de 2024, a partir das 18h, a instituição realizará uma significativa ação solidária para quitar uma dívida que ultrapassa R\$ 60 mil, proveniente de um processo trabalhista em fase de execução. O Lar, que não se defendeu durante o processo movido pelo sindicato da classe entre 2021 e 2023, corre o risco iminente de bloqueio de contas e suspensão de verbas públicas.

Diante desse cenário pre-

ocupante, a diretoria atual, voluntários e apoiadores unem esforços para organizar um evento beneficente no salão social da APAE – Cosmópolis. A programação incluirá um show do cantor Théo Rodrigues, sorteio de prêmios e venda de comidas e bebidas.

A participação solidária é essencial: as cartelas de sorteio estão disponíveis por R\$ 50, oferecendo dupla chance de ganhar. A cartela cheia tem valor de R\$ 3.500; a primeira cinquena R\$ 300; e ainda há sorteios de diversos prêmios doados por comerciantes locais.

O Lar Arco-Íris conta com a contribuição de todos neste momento crucial. Junte-se a nós para garantir um futuro melhor para as crianças e adolescentes. Para adquirir sua cartela, entre em contato pelo telefone (19) 3812-2826. O Lar é de Cosmópolis e sua ajuda faz toda a diferença.

'ADOTE UM!'

Conheça alguns dos animaizinhos que estão disponíveis 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?

Adoção
Os animais estarão disponíveis

veis para serem adotados na **Clínica do Dr. Sidnei Queiroz, no próximo sábado, 17/02.**

Para adotar um bichinho, o interessado pode entrar em contato pelo Facebook: Mudando destinos. É necessária a apresentação de documento com foto e comprovante de residência.

Facebook: Mudando Destinos

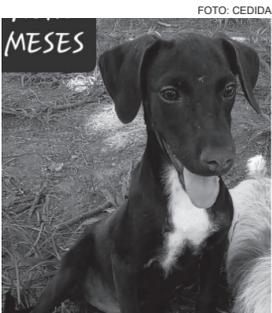


FOTO: CEDIDA

Macho, 5 meses



FOTO: CEDIDA

Fêmea, 3 meses



FOTO: CEDIDA

Fêmea, castrada



FOTO: CEDIDA

Fêmea, castrada, 5 anos



FOTO: CEDIDA

Macho, 2 meses



FOTO: CEDIDA

Fêmea, castrada, 5 meses

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:
Marcio Ramos

Nome e idade do xodó:
Benjamim, 4 anos

Raça:
Vira-lata

Seu xodó tem algum apelido que só você chama?
Não

Há quanto tempo você tem o animal?
4 anos

Como foi a escolha?
O que me olhou quando filhote.

Seu xodó é muito bagunceiro?
Não, ele é muito obediente.

O que você mais gosta no seu animalzinho?
Ele é carinhoso e dócil.

O que vocês fazem juntos?
Passeio na cidade, compras na padaria com ele solto, na porta esperando.

Quantos animais você tem em casa? Gostaria de ter mais algum? Qual?
Tenho dois. Não...

Qual é o prato predileto do seu xodó?
Pão com queijo.

Qual punição você daria para as pessoas que maltratam os animais?
Tarefa sócio-educativa.



FOTO: CEDIDA

Marcos e Benjamim gostam de passear pela cidade

Conte um momento marcante entre vocês.
Viajo muito. Quando chego em casa, ele fica me olhando fixo por instantes e faz a festa.

O seu xodó gosta de passear?
Muito, ele me puxa pelo braço pedindo.

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

Ele fica com a minha sogra.

Sua família é apegada ao seu xodó?
Sim

Seu xodó é mais apegado com quem da sua casa?
A minha esposa.

Por que ter um animal de estimação em casa?
Eles são a alegria da casa.

"Como ribeiros de águas assim é o coração do rei na mão do SENHOR, que o inclina a todo o seu querer. Todo caminho do homem é reto aos seus olhos, mas o Senhor sonda os corações".

Provérbios 21:1,2

Caderno de Jesus

GAZETA de COSMÓPOLIS

A 05 - 16 DE FEVEREIRO DE 2024

Falecimentos

27/01 – Valdemir Pereira de Meneses, 73 anos, casado. Residia na Rua José Toledo da Silva – Parque São Pedro.

28/01 – Luiz Garcia Travalon, 73 anos, casado. Residia na Rua Argemiro Avancini – Jardim Beto Spana.

30/01 – Marta Hasse de Queiroz, 91 anos, viúva. Residia na Rua Max Hergert – Centro.

01/02 – Rudimar José da Paixão, 59 anos, solteiro. Residia na Avenida Nelson Alves Aranha – Andorinhas.

01/02 – Geni Clarice Gesuelli Molina Fernandes, 80 anos, viúva. Residia na Rua José Franco Salgado – Vila Nova.

01/02 – Lucas Gomes Tintino, 24 anos, solteiro. Residia na Rua Moacir Stockler de Lima – Beto Spana.

02/02 – Ana Nicolau dos Santos, 79 anos, viúva. Residia na Rua Gothardo Abílio Brega – Laranjeiras.

02/02 – Benevides Dias, 80 anos, viúvo. Residia na Avenida Ester – Centro.

03/02 – Uziel Ferreira da Cunha, 82 anos, viúvo. Residia na Rua Aires – Chácara Santo Antonio.

05/02 – Lessandra Veronica dos Santos, 44 anos, união estável. Residia na Rua Valter Dester – Parque das Andorinhas.

08/02 – Roseli Jesuino Dias de Campos, 56 anos, divorciada. Residia na Rua Lavieiro Giuzio – Parque das Andorinhas.

08/02 – Antonio Pedro da Silva, 69 anos, casado. Residia na Rua Guilhermina Kowalesky – Parque Ester.

10/02 – Silvio José Gallerani, 63 anos, viúvo. Residia na R. Tiradentes – J. Scorsoni.

11/02 – Sebastião Geraldo Rocha, 71 anos, casado. Residia na R. José Kallil Aun – Vila Nova.

11/02 – Rosana Kelli Ferreira, 45 anos, solteira. Residia na R. Paulo Azevedo Filho – Novo Cosmópolis.

12/02 – Gilberto Jose Flach, 56 anos, casado. Residia na R. Guido Longuin – J. do Sol.

12/02 – Severina Lima Santos Silva, 84 anos, casada. Residia na R. Ponciano Tonussi – P. Ester.

12/02 – Fidelis Xavier Campos, 79 anos, viúvo. Residia na R. Amilcar Sidnei Lugli – Paineiras.

12/02 – Tereza Ostanello, 73 anos, solteira. Residia na R. Pedro Damiano – Vila Cosmos.

13/02 – Ezilda Aparecida Moraes Gomes, 65 anos, casada. Residia na R. João Dias de Arruda Neto – J. de Lurdes.

13/02 – Leonilda Bueno Loura, 60 anos, viúva. Residia na R. José Benedito de Campos – Uirapuru.

14/02 – Norival da Silva, 75 anos, casado. Residia na R. Pedro Bramucci – Chác. Novo Horizonte.

15/02 – Antonia Polaki Simões de Almeida, 89 anos, viúva. Residia na R. Sete de Setembro – Centro.

15/02 – Regina Trevenzolli de Campos, 90 anos, viúva. Residia na R. Ramos de Azevedo – Centro.

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

Famílias enlutadas podem anunciar gratuitamente o falecimento neste espaço.

Deus é nosso refúgio e fortaleza, socorro bem presente na angústia

Uma árvore precisa de água, solo fértil, luminosidade e nutrientes para crescer e frutificar.

E cada árvore produzirá segundo sua espécie.

Isto é uma coisa maravilhosa aos nossos olhos.

A palavra de Deus também nos compara à árvore e plantação do Senhor.

"Bem-aventurado (feliz) o varão que tem o seu prazer na lei do Senhor, e na Sua lei medita de dia e de noite. Pois será como a árvore plantada junto a ribeiros de águas, a qual dá o seu fruto na estação própria, e cujas folhas não caem, e o quanto fizer prosperará" (Salmos 1.1-3).

Então, o nosso coração precisa estar firme em Deus, pois Ele é quem sustenta a nossa vida, e supre todas as nossas necessidades em glória por Cristo Jesus (Filipenses 4.19).

Nossa mente precisa estar posta em Deus.

"E não vos conformeis com este mundo, mas transformai-vos pela renovação do vosso entendimento, para que ex-

perimenteis qual seja a boa, agradável e perfeita vontade de Deus" (Romanos 12.2).

"Deus é nosso refúgio e fortaleza, socorro bem presente na angústia" (Salmos 46.1).

"Pelo que não temeremos, ainda que a terra se mude, e ainda que os montes se transportem para o meio dos mares" (Salmos 46.2).

"Há um rio cujas correntes alegram a cidade de Deus, o santuário das moradas do Altíssimo" (Salmos 46.4).

Precisamos nutrir a nossa vida nesse rio de Deus.

"Então, clamaram ao Senhor na sua angústia, e Ele os livrou das suas necessidades. Enviou a Sua palavra, e os sarou, e os livrou da Sua destruição" (Salmos 107.19-20).

Converte o deserto em lagos e a terra seca em nascentes (Salmos 107.35).

"Louvem ao Senhor pela Sua bondade e pelas Suas maravilhas para com os filhos dos homens" (Salmos 107.31).

Pastor Gessivaldo Gomes Rebouças
Igreja Metodista Wesleyana
COSMÓPOLIS-SP

Pare e pense!

"Quando paro para pensar sobre a minha vida, trato sempre de abandonar os meus caminhos errados para andar segundo a Sua vontade revelada". Salmos 119: 59.

A grande verdade é que conversamos o tempo todo com "a gente mesmo".

O salmista está dizendo "quando paro para pensar sobre a minha vida" como disse. O tempo todo estamos falando com a gente mesmo, ou seja, em nossos pensamentos. Isso é inerente do ser humano e os pensamentos vêm e vão a todo tempo.

A reflexão de hoje é exatamente o que o salmista está dizendo. "Quando paro para pensar" é diária, não são os pensamentos aleatórios a todo momento, não! Mas, os pensamentos relevantes da vida, aqueles que nos arremetem às decisões do futuro, aqueles que nos levam a tomarmos decisões e muitas decisões que podem refletir em mudanças, eu diria, eternas, por isso da importância de pensarmos na vida.

O salmista, de forma muito honesta, diz algo muito interessante "ao pensar sobre a vida e identifica que há caminhos errados", ele diz que trata de mudar! Que honesto da parte dele! E por que não seguirmos esse exemplo?

Pensar sobre a vida e se identificarmos "caminhos errados" por que não fazer como o salmista? "Logo tratar de mudar".

A vida é um desafio e todos nós estamos sujeitos a cometermos erros e por que não mudar? A pergunta que devemos fazer dentro da reflexão do salmista é: o que eu ganho em mudar a rota de aspectos da vida que estão errados?

O salmista nos responde "para andar segundo a Sua vontade revelada." Andar segundo a vontade de Deus é confiar que Ele, em Sua soberania, tem o melhor pra nós. Em Romanos 12.2b, diz que a "vontade de Deus é boa, perfeita e agradável" se eu confio na palavra de Deus e creio, então, mudar os meus caminhos errados estarei alcançando as promessas de Deus pra minha vida.

Esse é um desafio para todos nós, buscarmos melhorar em tudo que fazemos e somos, ter a sinceridade de reconhecer se por acaso há algo em nossas vidas que precisamos mudar, pensar, avaliar e tomar as atitudes necessárias. Que Deus nos abençoe e que a cada dia possamos alcançar as mudanças necessárias.

Igreja Evangélica da Paz SHALOM
Comunidade Cristã

"A vontade de Deus é boa, perfeita e agradável" (Romanos 12.2b)

Qual é a mudança que realmente precisamos?

O que precisamos fazer para gerar em nós a mudança que realmente NECESSITAMOS? Precisamos de tantas coisas no nosso ponto de vista, precisamos ser felizes, precisamos de saúde, precisamos de paz, precisamos de dinheiro, precisamos de ar para respirar, precisamos de comida, precisamos de vestes, precisamos de consolo, precisamos de afeto, precisamos ser respeitados... Precisamos...

"Eu sou o Caminho, a Verdade e a Vida (João 14:6)

Que verdade seria essa!? A verdade que todos nós seres humanos buscamos, SABER QUEM REALMENTE SOMOS E POR QUAL MOTIVO ESTAMOS AQUI.

Quando Jesus lhe ofereceu a água da Vida, e esta nunca iria lhe faltar, imediatamente, aquela mulher se prontificou e pediu a água, pensando em sua necessidade diária, mas o que Jesus estava lhe proporcionando não era o precisar, mas o necessitar (João 4:13). "Quem beber desta água

terá sede outra vez, mas quem beber da água que Eu lhe der NUNCA mais terá sede. AO CONTRÁRIO, A ÁGUA QUE EU LHE DER SE TORNARÁ NELE UMA FONTE DE ÁGUA A JORRAR PARA A VIDA ETERNA".

A Bíblia relata também que Jesus NECESSITAVA PASSAR POR SAMARIA (João 4:4 diz: Era-lhe necessário Jesus passar por Samaria). Esta necessidade representa por JESUS COMO FOME, visto que os discípulos O questionavam e perguntavam uns aos outros: Será que alguém lhe trouxe comida?

Disse Jesus: "A Minha comida é fazer a vontade daquele que Me enviou e concluir a Sua obra. (João 4:31-34).

A necessidade básica de Jesus, naquela ocasião, era justamente conversar com aquela mulher e lhe mostrar que a sua necessidade não estava no seu cântaro, nem muito menos nas suas escolhas, aflições, ou rejeição, mas sim, na sua voz interna QUE GRITAVA EM se sentir aceita por ALGUÉM. Pois foi a PALAVRA DA VERDADE que a fez esquecer do seu cântaro, do qual era a sua necessidade, e voltar para a cidade que tanto a odiava, e se colocar como porta-voz das boas novas? (João 4:28).

Isso está lá no capítulo (João 4:41 diz: "E, por causa da Sua palavra, muitos outros creram. E dissera à mulher (samaritana): 'Agora cremos não somente por causa do que você disse, pois nós mesmos O ouvimos e sabemos que é realmente o Salvador do Mundo. JESUS TEM UMA PALAVRA PRA VOCÊ, E ESTA PALAVRA É A VERDADE DA QUAL TODOS NÓS NECESSITAMOS.

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

Causas Sociais e Causos

Observar o comportamento das pessoas em locais públicos é interessante e devastador ao mesmo tempo. Deixar os carrinhos de supermercado na vaga de carros ou nas ruas próximas, um exemplo de falta de educação e empatia. Estacionar o carro ocupando duas vagas em ruas próximas ao Centro da cidade. Deixar copos e descartáveis espalhados por não colocar no local adequado.

Em ambientes corporativos, não recolher as sobras do almoço ou do café, entrar na frente dos outros em filas, burlar o sistema de senhas, pedir preferência sem ter direito a ela. E outras tantas coisas desagradáveis que acontecem em locais públicos ou de uso de área comum.

Tais comportamentos refletem a educação obtida em casa, e é passada para a pró-

xima geração por seus exemplos. O mais interessante é que os mesmos seres que praticam essas "ações" são aqueles que reclamam da chefia, da administração, do servidor, do atendente, enfim, a hipocrisia!



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

Palavras & Versos

Contemple o nascer do sol, a lua nova...

Hoje, a vida está assim: só se faz algum gesto para o outro esperando algo em troca. A velha frase "toma lá e dá cá" rege nossas interações diárias. Estamos sem tempo para tudo, pois estamos constantemente pensando que o mundo vai acabar.

Precisamos compreender o amanhã hoje, pois, para os anos do mundo, um dia, ou mesmo um ano, são coisas de muito pouco tempo. Somando isso ao universo, nossa pressa nos leva a viver menos.

Por que não paramos para contemplar o nascer do sol, a lua nova, sentir a brisa da manhã e o sussurro do vento que vai e vem?

Por que não ouvimos o som das ondas do mar, o canto dos pássaros,

a revoada das borboletas?

O que sei é que, com pressa ou com calma, temos nossa moradia aqui na Terra e o tempo que conta para Deus. Ele saberá se não joguei minha vida fora, se vivi todos os dias que Ele me deu, não perdendo nenhum segundo.



José Paes, Aposentado

SINDICATO DOS TRABALHADORES DO SERVIÇO PÚBLICO MUNICIPAL DE COSMÓPOLIS

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

DIA 23/02/2024 - 18h00

O SINDICATO DOS TRABALHADORES DO SERVIÇO PÚBLICO MUNICIPAL DE COSMÓPOLIS, em conformidade com o CAPÍTULO VII, ARTIGOS 19 A 31, convoca todos os SERVIDORES PÚBLICOS MUNICIPAIS DE COSMÓPOLIS, SÓCIOS E NÃO SÓCIOS DO SINDICATO, para participarem da ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA, que se realizará no dia 23/02/2024 (SEXTA-FEIRA) na sede do Sindicato dos Trab. Serv. Públ. Mun. Cosmópolis, sito à RUA DUQUE DE CAXIAS, 69, Centro, às 18h00 em 1ª convocação, com 50% + 1 de Servidores, ou às 18h30, em 2ª convocação, com qualquer número de Servidores presentes, para discutir e aprovar a seguinte ordem do dia:

1. PAUTA DE REIVINDICAÇÃO DA DATA BASE 2024-2025

1. Outros assuntos

André Fabiano Landucci
PRESIDENTE
Cosmópolis, 15 de fevereiro de 2024

EXAUSTÃO

Síndrome de Burnout: funcionário desmotivado, esgotado, triste... pode estar sofrendo deste mal

Doença pode se manifestar em 1 mês de trabalho, ou durante um período mais longo dentro da organização

Tratamento exige abordagem psicoterápica, mudança no estilo de vida e até uso de medicamentos

E aí, como você está se sentindo no seu trabalho? Cansado, esgotado, desmotivado, sobrecarregado, ou passando por alguma coisa que te tire seu sono e seu bem-estar. Se você está se sentindo assim, não se preocupe, você não está sozinho. Hoje, uma das doenças que mais atinge os colaboradores de uma empresa, e que é uma síndrome, se chama "Síndrome de Burnout", ou "Síndrome do Esgotamento Profissional". Essa síndrome não tem tempo para aparecer, pode se manifestar em 1 mês de trabalho, ou durante um período mais longo dentro da organização. É um estado de exaustão física, mental e emocional, resultado de uma exposição a situações de depressão e estresse, e hoje também de perseguição dentro da empresa. Mas, esse não é um mal somente do meio corporativo e pode se estender a outras áreas da vida, devido a mesma exposição.

Quais então os sintomas da Síndrome de Burnout?

- Isolamento social: afastar-se do convívio de amigos, familiares, colegas de trabalho e outros.
- Exaustão constante: sentir cansaço excessivo frequentemente, mesmo após boas horas de sono.
- Desmotivação: perda de interesse no trabalho ou em atividades que antes da síndrome eram motivos de felicidade e prazer.
- Perda de desempenho das funções: diminuição da produtividade e na qualidade do trabalho desenvolvido.
- Negatividade: tudo o que acontecer ao seu redor, seja na vida profissional ou pessoal, é culpa sua, "você que não tem capacidade".
- Problemas de saúde, distúrbios digestivos, insônia, apatia, dores de cabeça e outros.

Mas, então, o que pode esgotar (dar início) à Síndrome de Burnout?

- Falta de reconhecimento, não ser reconhecido ou recompensado pelo seu trabalho.
- Falta de apoio emocional ou de recursos físicos para execução do seu trabalho (máquinas e equipamentos), impedindo, assim, uma melhor qualidade no final do seu trabalho.
- Carga de trabalho excessivo, ter pouco tempo para finalizar o trabalho que passaram para você executar, cobranças excessivas.
- Falta de controle sobre suas atividades: você não é o dirigente do seu trabalho, dependendo de terceiros para finalização dos resultados.
- Conflito de valores: é o que é mais importante? Seu trabalho ou sua vida pessoal.

em se tratando do mercado de trabalho, é sabido que, cada vez mais, os empregados se vêm cobrados, muitas vezes exaustivamente, por metas e resultados, o que por si só já pode ser considerado um alerta para o início de doenças psicológicas, em especial, o Burnout.

Isso posto, tal comodidade passou a ser inserida no rol de doenças da Organização Mundial da Saúde - OMS, com o CID (Cadastro Internacional de Doenças) de nº 11 e, assim que diagnosticada, o empregado deve apresentar o atestado devidamente assinado pelo médico responsável junto a seu empregador, tendo direito a uma licença médica por um período mínimo de 15 dias.

Comprovada a doença ocupacional, o empregado terá direito a afastamento pelo INSS por prazo indeterminado e com os mesmos direitos garantidos pela CLT. Ainda, a depender da extensão dos danos psicológicos causados, o trabalhador diagnosticado com Burnout poderá rescindir seu contrato de trabalho indiretamente, devendo o empregador arcar com todos os direitos trabalhistas devidos àquele empregado, quais sejam, aviso prévio indenizado, 13º salário, férias atrasadas e multa de 40% sobre o FGTS.

Por fim e não menos importante, é possível que o empregado pleiteie junto à Justiça do Trabalho uma indenização pelos danos morais e materiais advindos da Síndrome de Burnout.

Por tudo isso, cuide-se. Lembre-se que o maior bem da vida é sua saúde física, mental e espiritual. Estando bem, você cresce como pessoa e como profissional.

Segundo a advogada trabalhista Dra. Beatriz Scandolera, especialista nas áreas Cível, Trabalhista e Previdenciária,

Além disso, as mudanças no estilo de vida do paciente são fundamentais. Uma rotina mais organizada e a prática regular de atividades físicas ajudam na obtenção de bons resultados.

Segundo a advogada trabalhista Dra. Beatriz Scandolera, especialista nas áreas Cível, Trabalhista e Previdenciária,

Segundo a advogada trabalhista Dra. Beatriz Scandolera, especialista nas áreas Cível, Trabalhista e Previdenciária,



Beatriz Scandolera
Advogada - Cível, Trabalhista e Previdenciária



Odair Camargo
Consultor RH
Headhunter / Coaching

Para solucionar o jogo, basta preencher com números de 1 a 9 as linhas verticais e horizontais sem repeti-los.

		1		4		5
9			1		3	
		3		9		7
		4		6		8
3			5		2	
		6		7		1
		7		2		4
1			7		8	
		9		3		6

© Revistas COQUETEL

ASSOCIAÇÃO DOS PROPRIETÁRIOS E MORADORES DAS CHACARAS ITÁLIA
CNPJ. 05.939.894/0001-01
ESTM CMS-470, s/n - Bairro Itapavussu
Cosmópolis/SP CEP: 13.151-352
Data: 02/03/2024
Horário: 14h30 primeira chamada/15h segunda chamada
Local: Rua Siena, n. 124, Bairro Itapavussu-Residencial Chácara Itália, Cosmópolis, SP (Chácara da Sônia)

A Associação dos Proprietários e Moradores das Chácara Itália, pessoa jurídica de direito privado, inscrita no CNPJ. 05.939.894/0001-01, com sede na ESTM CMS-470, S/N - Bairro Itapavussu, na cidade de Cosmópolis/SP, neste ato representada pela presidente do conselho diretor, Sônia Maria da Silva, CPF nº 005.657.548-31, proprietária da QL: B-6, em cumprimento à atribuição estatutária da Associação, vem através do presente convocar a todos os Associados a participarem da Assembleia Geral ordinária a ser realizada na data de **02 de março de 2024 (sábado), na Rua Siena, n. 124, Bairro Itapavussu -Residencial Chácara Itália, Cosmópolis, SP (Chácara da Sônia), às 14h30 em primeira chamada e 15h00 segunda chamada** com a seguinte ordem do dia:

- ITEM A - ORÇAMENTOS PARA INSTALAÇÃO DE 2.000 METROS DE REDE LAMINADA NO RESIDENCIAL;
- ITEM B - REVISÃO DO ORÇAMENTO DE CFTV;
- ITEM C - PERFURAÇÃO DE UM POÇO NOVO OU ESTAÇÃO DE TRATAMENTO DE ÁGUA COM FLUORETO;
- ITEM D - PRESTAÇÃO DE CONTAS ANO DE 2023;
- ITEM E - PREVISÃO ORÇAMENTÁRIA 2024;
- ITEM F - ELEIÇÃO CONSELHO DIRETIVO MANDATO 01/03/2024 A 01/03/2026, CONFORME ESTATUTO;
- ITEM G - ASSUNTOS GERAIS.

Observações:

- * DIREITO DE VOTO: a cada unidade caberá o direito a 01 (um) voto, independentemente de sua fração ideal, não podendo participar e nem tomar parte nas deliberações as unidades que estiverem em atraso com o pagamento de sua contribuição conforme termos do Artigo 1.335 - Inciso III, do Código Civil.
- * A ausência dos senhores associados não o desobrigam de aceitar como tácita concordância aos assuntos que forem tratados e deliberados.
- * É lícito aos associados se fazerem presente na Assembleia por intermédio de procurador portando procuração com assinatura reconhecida firma e documento de identificação com foto.

Cordialmente,

Cosmópolis, 15 de fevereiro de 2024.

Presidente da Associação dos Proprietários
e Moradores das Chácara Itália

Siga-nos

GAZETA de COSMÓPOLIS TV JAGUARI

3872-2582 - AVENIDA DA SAUDADE, 442

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br © Revistas COQUETEL

Qualquer agrupamento populacional	Maior ídolo do Vasco da Gama	Ação entre amigos	Via-(-): o caminho feito por Jesus (Rel.)	Espanhol
Exagerei no açúcar	O espaço sideral	O ocupante do berço		A energia obtida do vento
▶	▶	▶		▶
Ajuda gratuita; favor			Lista; relação	
▶			Encenar (no Teatro)	
Relativa ao gato		Fibra têxtil de tapetes	▶	
Olha de novo		Peritos (fig.)		
▶		Adélia Prado, escritora mineira		Sua capital é Rio Branco (sigla)
Giselle (?), atriz da TV	Aparada (a barba)	▶		
▶	Aquele homem			
Acorda	▶			Registro de reunião de condomínio
Fruto de sabor amargo				▶
▶		Via (?): liga o RJ a SP		Sujeira acumulada nos móveis
▶		▶	Refletor de luz em shows	
Um, em inglês	Adorno dos santos	(?) farpado, proteção de cercas		
▶	É puro, no campo			
Ricky (?), cantor porto-riquenho	▶			Criança, no Can-dómbé (bras.)
▶			Conseguiu	Tipo de exame de urina (sigla)
			A índole da bruxa (Lit. inf.)	▶
Enlouquecer (gíria)	Glândula (?)			
Dispositivo elétrico	▶			
▶		São medidas em metros quadrados		

SEUS PASSATEMPOS PREFERIDOS SEM SAIR DE CASA

#FaçaCoquetel @editoracoquetel @coquetel

ASSINE AGORA! www.coquetel.com.br

Solução

S	V	E	R	V	E	T	E	R
V	I	R	V	V	W	I		
E	A	E	I	L	R	V	R	I
I	N	I	L	R	V	W		
T	O	P	E	R	V	W		
I	O	S	O	E	N	O		
V	R	S	O	T	I	R		
V	L	J	E	S	E	O		
V	O	V	S	V	O			
C	V	E	R	E	I	L		
I	W	V	R	E	A	R		
T	O	R	V	N	I	T	E	
O	I	C	I	F	E	N	E	R
E	O	D	I	N	U	M	O	
I	S							

9	2	7	3	1	4	6	5	8
3	6	8	5	9	2	7	4	1
4	5	1	2	8	6	7	3	9
1	3	4	7	4	8	5	6	5
6	9	2	7	4	8	4	9	6
8	7	7	5	9	6	3	3	7
2	1	4	4	6	3	8	4	7
7	1	1	9	6	5	2	3	8
4	7	8	7	1	7	5	9	6
6	4	4	3	8	7	1	5	9
6	9	8	5	4	9	3	4	7



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

SAÚDE MENTAL INFANTIL

Entenda como a psicologia pode ajudar as crianças

Objetivo é trazer à criança a percepção de suas emoções e o entendimento da motivação de diferentes comportamentos através do livre brincar

Com essa abordagem, proporciona um ambiente confortável e acolhedor para sua expressão livre



Infância é um período de muita bagunça e diversão

O mundo infantil é um ambiente de descobertas, curiosidade e exploração. A infância é uma experiência única, com características próprias que obedecem a um ritmo diferenciado pela subjetividade e pode ser entendida por diferentes etapas. A criança insere-se em um universo criativo e imaginativo que exige um cuidado específico e lúdico voltado para o desenvolvimento de suas habilidades e fortalecimento de suas potencialidades.

Neste período, as frustrações, as decepções, a expectativa do outro sobre si são percebidas de uma forma muito intensa e, às vezes, podem oferecer uma pressão maior do que a criança consegue assimilar. É exatamente neste contexto que a Psicologia Infantil entra.

A criança não expressa emoções, sentimentos, an-

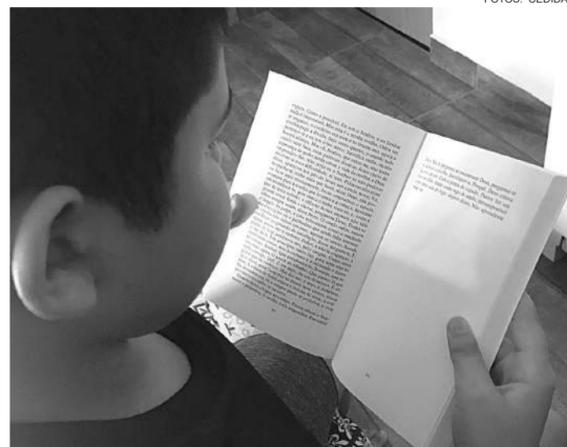
gústia e medos em palavras. Por isso, a Psicologia Infantil entra com a proposta de trazer à criança a percepção de suas emoções e o entendimento da motivação de diferentes comportamentos através do livre brincar. Com essa abordagem, proporciona um ambiente confortável e acolhedor para sua expressão livre.

Através de recursos terapêuticos, como jogos, bonecos, desenhos, atividades criativas, ocorre a psicoeducação e a aprendizagem quanto à autorregulação de sentimentos e emoções, dando à criança a oportuni-

dade de modular seu próprio comportamento.

Neste ambiente, a criança aprende a lidar com frustrações, perdas, críticas, ansiedades, medos, expectativas e resignificar experiências que antes eram-lhe desagradáveis e sofríveis. Importante salientar que a psicoterapia infantil envolve todo o entorno da criança, trabalhando em parceria com os pais e o ambiente escolar.

Durante todo o processo terapêutico, há o acolhimento aos pais através da psicoeducação e do estreitamento de laços em uma



Trabalho é feito em parceria com os pais e a escola

genuína relação de ajuda e como um suporte aos professores. Os professores são grandes protagonistas no processo de observação do comportamento da criança.

A grande pergunta que fica é: quando saber que meu filho precisa de um psicólogo? Abaixo, estão listados alguns dos sinais que podem responder a essa pergunta:

1. Choro excessivo;
2. Mudança súbita de comportamento;
3. Ficar doente frequentemente;

4. Agressividade;
5. Dificuldade com interações sociais;
6. Agitação;
7. Intolerância com as pessoas ao seu redor;
8. Dificuldade de aprendizagem;
9. Pesadelos frequentes;
10. Constipação e problemas para fazer cocô;
11. Xixi na cama;
12. Dificuldade de dormir sozinha;
13. Isolamento social;
14. Atraso na fala ou caminhar;
15. Morte na família;
16. Separações e per-

das diversas;
17. Mudanças diversas.

Lembrando sempre que a infância é um período de muita bagunça, diversão, exploração, inúmeras perguntas cheias de "por quês" e muitas risadas.

Quando os pais perceberem uma diminuição dessas peraltices e atividades próprias do desenvolvimento desse período, a Psicologia Infantil estará pronta para ajudá-los e acolhê-los.

FOTOS: CEDIDAS

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Danyelle Fernandes
Psicóloga Clínica - Terapia Cognitivo Comportamental | CRP: 06/190891
(19) 97141-3700
@psidanyfernandes

HÁBITO

O cafézinho de cada dia é vilão ou mocinho?

Pesquisa indicou que o café é um agente redutor do risco de alguns tipos de câncer devido a substâncias antioxidantes, anticarcinogênicas e antiteratogênicas

Consumo moderado, de em média até quatro xícaras por dia, torna o cérebro mais atento e capaz de suas atividades intelectuais



Café estimula memória e concentração

O café é um dos alimentos mais amplamente estudados na dieta, não só por ser uma das bebidas mais apreciadas em todo o mundo, como também pelas suas propriedades nutricionais e funcionais, contendo várias substâncias, sendo a cafeína um dos mais estudados e conhecidos.

A cafeína é um psicoestimulante mais consumido a nível mundial, sendo 75% do seu consumo feitos sob a forma de café, constituindo, assim, principal fonte de cafeína na alimentação humana. Além do café, a cafeína é encontrada em chás, na erva mate, no guaraná, no chocolate, em refrigerantes, em medicamentos e suplementos.

Mas e agora, o café é vilão ou mocinho? Então, vamos agora conversar um pouco, pois na nutrição tudo irá depender do indivíduo.

A preocupação com o uso da cafeína teve início na década de 70, quando alguns estudos mostraram que este composto poderia ser responsável pela diminuição do peso ao nascer, indicando, assim, que gestantes deveriam interromper a ingestão de bebidas que continham cafeína em sua com-

posição. Levando em consideração que os dados advindos da literatura são conflitantes e que a maior parte dos estudos analisados não apontam para efeitos maléficos, considera-se segura a ingestão de cafeína em quantidades menores que 4,6 mg/kg para indivíduos vistos como saudáveis. Entretanto, quando se trata de gestantes, as dosagens acima de 150 mg por dia de cafeína podem ser prejudiciais. Ou seja, mais de três xícaras de café por dia.

Atualmente, o consumo de café tem sido incentivado por especialistas da área de saúde, assim desmistificando antigos tabus que relacionavam o café e a cafeína com alterações maléficas para o organismo. A pesquisa indicou que o café é um agente redutor do risco de alguns tipos de câncer devido a substâncias antioxidantes, anticarcinogênicas e antiteratogênicas. O consumo em quantidades moderadas, de em média até quatro xícaras por dia, torna o cérebro mais atento e capaz de suas atividades intelectuais, diminui a incidência de apatia e depressão e estimula a memória, atenção e concentração e, portanto, me-

lhora a atividade intelectual.

Contudo, um outro aspecto apontado como negativo é a relação entre café e insônia. De fato, este é um dos efeitos do café quando consumido em doses elevadas. Neste sentido, a recomendação é que o consumo à noite deverá ser em pequenas doses ou, em casos de alta sensibilidade à cafeína, poderá ser suspenso neste horário. Essa orientação também ocorre aos problemas de hipertensão arterial, problemas cardíacos, gastrite e azia decorrentes a alta ingestão de café. Sendo assim a redução do consumo ou exclusão do café podem minimizar este efeito.

Outros estudos recentes apontam a cafeína como substância potencializante para o emagrecimento, pois ela ativa o lipólise. A lipólise ocorre quando nosso organismo usa a gordura que está em excesso no nosso corpo e transforma ela em glicose para ser usada como energia para nossas atividades, sendo levadas em consideração, a atividade física, patologias, sensibilidade à cafeína e peso corporal, idade para a prescrição correta.

Em janeiro de 2018, a ANVISA publicou os limites máximos em relação ao consumo habitual de cafeína. Foi concluído que a ingestão diária de até 400 mg (aproximadamente 5,7 mg/kg) consumidos ao longo do dia, provenientes de todas as fontes alimentares, não causaria preocupação com a segurança para adultos saudáveis, exceto mulheres grávidas. Além disso, uma recomendação diária de 400 mg exclusiva para atletas foi permitida, com a ressalva que a dose única não pode ultrapassar 200 mg. A informação disponível sobre a segurança de uso da cafeína em suplementos alimentares é insuficiente para obter um nível seguro de consumo por crianças, gestantes e lactantes.

Nessa situação, com os dados literários conflitantes que se dão pelo fato do café conter substâncias com efeitos antagônicos em potencial, estabelece-se que o uso moderado do café não é considerado prejudicial à população vista como saudável, entretanto, existem alguns subgrupos dessa população, como gestantes, crianças, indivíduos

com patologias hepáticas, indivíduos com hipertensão arterial, arritmias cardíacas ou predisposição a esses dois últimos fatores, precisam ficar atentos e evitar o consumo do café e de fontes de cafeína, ou ter um maior controle dessa ingestão.

Qualquer dúvida, busque sempre orientação de um profissional da saúde de sua confiança para te ajudar

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Angelica de Almeida
Nutricionista
Contato:
WhatsApp: 19984024490
Instagram:
@angelicadealmeidanutri
@cafsaude
Clínica CAF Saúde
Rua Luiz Leflock, 599 - Tele-
fone: 19 3812 1894



OFERTAS

TODA SEMANA

3ª FEIRA HORTIFRUTI

4ª E 5ª FEIRA CARNE



TENDA
SUPERMERCADO

A qualidade que você merece!

☎ 19 3872-6342
R. MONTE CASTELO, 1000
COSMÓPOLIS - SP



Encanto da Natureza ESCOLA DE PINTURA

Matrículas abertas

Aula 1h30m - R\$ 35,00



José Saulo Ribeiro
Artista Plástico

R. Ewald Sillas Eprechet, 222 - Jardim Eldorado
F. 19 3872-7435 - Cosmópolis - SP

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!

ECONOMIA E SAÚDE MENTAL

Departamento de Turismo promove dois grandes eventos neste mês de fevereiro

Cosmópolis sediará o 1º Encontro das Artesãs e Artesãos da Estação SESI de Cultura e a 9ª Edição da Ecotur - Caminhada de Ecoturismo

Eventos serão realizados nos dias 24 (sábado) e 25 (domingo)

Neste mês de fevereiro, teremos dois grandes eventos do Departamento de Turismo.

No dia 24 (sábado), será realizado o 1º Encontro das Artesãs e Artesãos da Estação SESI de Cultura de Cosmópolis! Neste dia, teremos uma roda de conversa com Izabel Ribeiro e Telma Silva com o tema: "A importância do artesanato para a economia e saúde mental das artesãs e artesãos". Também contaremos com exposição dos participantes e um show incrível de encerramento!

Já no dia 25 (domingo), teremos a 9ª Edição da Ecotur - Caminhada de Ecoturismo de Cosmópolis! Nesta edição, iremos até a Gruta do Carrapicho, com tempo para explorar a Trilha Molhada. Essa Ecotur é grau leve de dificuldade e não necessita de inscrição, basta comparecer às 7h, em frente ao Trailer de Suco do Luís (a 100 m do trevo do bairro Cidade Alta - Estrada SP 133).

Contamos com a presença de todos e, para esclarecer qualquer dúvida, entrar em contato através do Instagram (@turismocosmopolis) e do Facebook (Turismo Cosmópolis).

ARTES: DEPARTAMENTO DE TURISMO

9ª ecotur

CAMINHADA DE ECOTURISMO DE COSMÓPOLIS

Data: 25/02 (dom) Saída: às 7h, em frente ao Trailer de Suco do Luís (a 100m do trevo do bairro Cidade Alta - Estrada SP133)

Grau de dificuldade: Leve

Roteiro

- Distância: 9km ida e volta
- Ponto de partida: Trailer de Suco do Luís
- Destino: Gruta do Carrapicho
- Tempo para os participantes explorarem a Trilha Molhada



24 DE FEVEREIRO 11H30 AS 16H

I ENCONTRO DAS ARTESÃS E ARTESÃOS DA ESTAÇÃO SESI DE CULTURA DE COSMÓPOLIS

PROGRAMAÇÃO

11h30 | Abertura

12h | Roda de conversa com Izabel Ribeiro Domingues e Telma Silva:
"A importância do artesanato para a economia e saúde mental das artesãs e artesãos"

13h | Exposição

15h | Show de encerramento "Pés na Terra"

INSPIRAÇÃO

Escritor Juh Brilliant está em processo de lançamento de seu terceiro livro, intitulado "Amigas Para Sempre..."

Obra é uma reflexão sobre 'ghosting' e responsabilidade afetiva nas relações interpessoais

Ficção totalmente independente, ricamente ilustrada

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



O autor Laércio Luís Custódio Junior, também conhecido como Juh Brilliant, está em processo de lançamento de seu terceiro livro, intitulado "Amigas Para Sempre...". Ele compartilhou alguns 'insights' sobre sua nova obra, que promete ser profundamente reflexiva, colocando o leitor para pensar.

De acordo com Juh, o título do livro, "Amigas Para Sempre...", marca uma mudança significativa em relação aos trabalhos anteriores do autor. Enquanto seus livros anteriores tinham elementos semiautobiográficos, este é uma ficção totalmente independente, ricamente ilustrada.

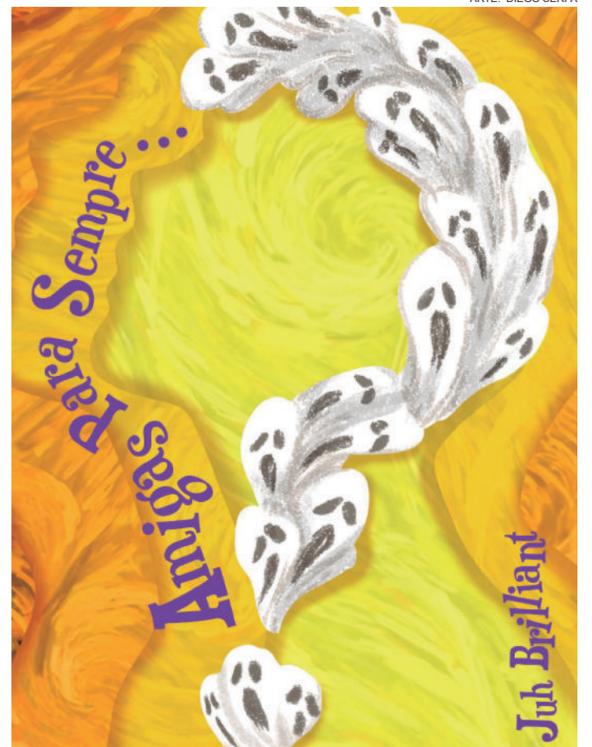
A temática principal do novo livro gira em torno de questões de 'ghosting', saúde mental e irresponsabilidade afetiva. O "ghosting" abordado pelo autor é um termo que representa a ação de interromper abruptamente toda comunicação com uma pessoa sem aviso prévio ou explicação, desaparecendo sem deixar rastros, ignorando completamente mensagens ou tentativas de contato. A história convida os leitores a explorar o ponto de vista de uma narradora sem características específicas, que enfrenta o 'ghosting' praticado por sua melhor amiga. Por meio dessa jornada dolorosa, o autor propõe uma reflexão sobre os efeitos dos laços humanos e a importância do cuidado ao estabelecê-los ou rompê-los.

A inspiração para o livro veio das experiências pessoais de Juh e da observação dos impactos do 'ghosting' na saúde mental das vítimas. Ele espera que o livro traga mais consciência sobre essa prática pouco discutida e incentive aqueles que sofreram ou praticaram 'ghosting' a repensar suas ações e buscar apoio psicológico. "Com certeza, meu maior foco com este livro é reforçar o cuidado com a saúde mental e, principalmente, lembrar que responsabilidade afetiva é muito importante nas relações humanas...", conta.

O processo de escrita foi desafiador para Juh, já que

Juh espera que o livro traga mais consciência sobre essa prática pouco discutida e incentive aqueles que sofreram ou praticaram 'ghosting' a repensar suas ações e buscar apoio psicológico

ARTE: DIEGO SERPA



este é seu primeiro livro que não é semiautobiográfico. No entanto, o autor abraçou a oportunidade de explorar novas perspectivas e formas artísticas. "O processo de escrita foi, definitivamente, diferente, mas o desafio de me propor a escrever algo, de certa forma, fora da minha zona de conforto, não foi de enfrentamento, e, sim, de acolher novas perspectivas e formas que minha arte pode tomar...", conta.

A partir do novo livro "Amigas Para Sempre...", Juh deseja transmitir uma mensagem poderosa sobre a importância do cuidado com a saúde mental e da

responsabilidade afetiva. Ele ainda espera que o livro provoque uma reflexão profunda nos leitores e os encoraje a praticar o autocuidado e a empatia com os outros.

Embora, por enquanto, não tenha uma data de lançamento específica, o autor planeja lançar o livro no primeiro semestre deste ano. Ele está atualmente no processo de curadoria das ilustrações, uma novidade para ele, e está comprometido em disponibilizar o livro tanto em formato físico quanto digital, tornando-o acessível a um público mais amplo e descentralizando o processo de entrega.

W O R S H I P N I G H T

JESUS for ALL!



DJ PV • JULIANO SON

8 E 9 DE MARÇO ÀS 19H,
FAZENDA MANÁ, ARTUR NOGUEIRA – SP

INGRESSOS EM:
TICKETGOSPEL.COM.BR
JESUS4ALL@GMAIL.COM
OU PELO QR CODE



CURSO DE DESENHISTA DE MECÂNICA

IDADE MÍNIMA: 14 ANOS (TURMAS DA TARDE)
CARGA HORÁRIA DO CURSO: 80 HORAS AULA
DIAS DA SEMANA: 2° E 4°
TARDE: DAS 14H ÀS 17H
INÍCIO: 26/02/2024
TÉRMINO: 19/06/2024

DOCUMENTOS PARA INSCRIÇÃO:

*XEROX (RG - CPF E COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA)
INSCRIÇÕES ABERTAS: ESCOLA MILTON FRUNGILLO
3872 – 3631 - RUA OTTO HERBST, 35
CHÁCARA SANTO ANTÔNIO

COSMÓPOLIS
FelizCidade



CNPJ: 00.466.407/0001-48 - 1 UNID- R\$283,14

ALCOOLISMO

Você está preocupado com a maneira de beber de alguém? O Al-Anon é para você!

Parentes e amigos de alcoólicos compartilham sua experiência, força e esperança, a fim de solucionar os problemas que têm em comum

Alcoolismo é uma doença que atinge a família. Uma mudança nas atitudes pode ajudar na recuperação

desse modo, pode vir a trazer danos à saúde física e mental do indivíduo.

Qualquer pessoa pode vir a se tornar um alcoólico. Não existe distinção, fala-se também em predisposição (genética).

Como fica a Família?

A família também acaba ficando doente, angustiada e emocionalmente afetada; principalmente, por não saber lidar com o alcoolismo de seu companheiro(a), filho(a), parente ou amigo.

Onde a Família pode encontrar ajuda?

Através dos Grupos Familiares Al-Anon.

Os Grupos Familiares Al-Anon são uma associação de parentes e amigos de al-

coólicos que compartilham sua experiência, força e esperança, a fim de solucionar os problemas que têm em comum. Eles acreditam que o alcoolismo é uma doença que atinge a família e que uma mudança nas atitudes pode ajudar na recuperação.

Um programa de vida que proporciona mudanças de atitude que levam à conquista da autoestima e da serenidade.

No Blog do Grupo Al-Anon você encontra o mais próximo à sua cidade da região de Campinas-SP: <https://siacalaranon.blogspot.com/>

(Fonte: Blog do SIACAR)

Em Cosmópolis, os Grupos Familiares Al-Anon - Vida Nova fazem reuniões todas as segundas-feiras, às 16h30, no Salão Paroquial Nossa Sra. Aparecida, que fica na Rua São Paulo S/Nº - Sala 03.

"Você se preocupa com a quantidade que uma outra pessoa bebe?"

Você tem problemas financeiros por causa da maneira de beber de outra pessoa?

Você mente para encobrir que uma outra pessoa bebe?

Você acha que se o alcoólico o amasse, ele pararia de beber para agradá-lo?

Planos são cancelados e refeições atrasadas por causa do alcoólico?

Você faz ameaças, como: "se você não parar de beber, eu o deixarei?"

Você ficou magoado ou envergonhado pelo comportamento do alcoólico? (...)" (*S-17)

No dia 18 de fevereiro, é comemorado o Dia Nacional de Combate ao Alcoolismo. Você sabe o que é Alcoolismo?

O Alcoolismo é considerado uma doença (segundo a Organização Mundial da Saúde Americana), e um de seus sintomas é o incontrolável desejo de beber. Esta torna-se uma doença progressiva - isso significa que a vontade de beber aumenta e,





 /minsaude
 /ministeriodasaude
 /MinSaudeBR

Saiba mais em
gov.br/mosquito

DISQUE SAÚDE **136**



CNPJ 00.468.407/0001-48 | Valor Total R\$1.132,56

COMBATE AO MOSQUITO

PARA FAZER DIFERENTE, PRECISAMOS AGIR ANTES

Evite água parada e elimine os criadouros do mosquito.

Vamos agir juntos para que as histórias de dengue, chikungunya e Zika não se repitam



Mantenha a caixa-d'água bem fechada.



Receba bem os agentes de saúde e os de endemias.



Amarre bem os sacos de lixo.



Não acumule sucata e entulho.



Coloque areia nos vasos de planta.



Guarde pneus em locais cobertos.



Limpe bem as calhas de casa.



Esvazie garrafas PET, potes e vasos.

Em caso de sintomas, procure uma Unidade de Saúde e não tome remédios por conta própria



MINISTÉRIO DA SAÚDE



COSMÓPOLIS FelizCidade



EM AÇÃO

Guarda Municipal localiza uma das máquinas roubadas em canteiro de obras da CDHU

Equipamento encontrado é uma retroescavadeira Caterpillar, que estava escondida em meio à mata

Maquinário estava na Vicinal Antônio Nogueira (ANT-142), antiga Estrada São Bento

Na manhã de terça-feira (13), as equipes de Patrulhamento Convencional da Guarda Civil Municipal (GCM) localizaram uma das máquinas que foram roubadas no canteiro de obras da CDHU (Companhia de Desenvolvimento Urbano), instalado no bairro Souza Queiroz II.

O equipamento localizado é uma retroescavadeira Caterpillar, que estava escondida em meio à mata na Vicinal Antônio Nogueira (ANT-142), antiga Estrada São Bento.

O maquinário foi apresentado na Delegacia de Polícia e depois devolvido à empresa proprietária.

A Guarda Municipal continua empenhada em encontrar a segunda máquina roubada, que é uma pá carregadeira, também da marca Caterpillar.

[Relembre o caso...](#)

Bandidos rendem segurança e roubam pá carregadeira e retroescavadeira em canteiro de obras no Souza Queiroz II

Na madrugada de segunda-feira (12), bandidos renderam o segurança e roubaram uma pá carregadeira e uma retro escavadeira que estavam em um canteiro de obras localizado no bairro Souza Queiroz II.

De acordo com o histórico, o representante da empresa recebeu ligação de funcionários informando que uma pá carregadeira e uma retro escavadei-



Equipamento foi roubado durante a madrugada



Canteiro de obras da CDHU

ra, ambas da marca Caterpillar, haviam sido roubadas.

Por volta da 00h00min, o segurança da empresa foi surpreendido por três pessoas armadas de pistola. Sob forte ameaça, ele foi rendido e amarrado. Em torno de 01h00min, chegaram outras pessoas para retirar as máquinas, que foram levadas do local ao amanhecer.

O segurança foi encontrado amarrado na chegada dos funcionários da empresa pela manhã.

Construção da CDHU

O prefeito Junior Felisbino postou em suas redes sociais que ali é a construção da CDHU (Companhia de Desenvolvimento Habitacional e Urbano) e a notícia é frustrante. Segundo ele, "no espaço, estamos realizando a primeira etapa, fazendo a terraplanagem para, em seguida, construir as 234 casas do Programa Nossa Casa - CDHU.

É revoltante toda essa situação, mas, nossa Guarda Municipal já está trabalhando para encontrar os assaltantes".

INTERVENÇÃO POLICIAL

Homem que atentou contra GM não resiste aos ferimentos e entra em óbito

Indivíduo, de 40 anos, sacou uma faca e foi em direção ao GM que estava preso pelo cinturão no forro do telhado da Escola Alemã

Foi localizado um saco preto, contendo utensílios de alumínio e fiação de cobre, já do lado de fora do prédio

O indivíduo, de 40 anos, sem residência fixa, que atentou contra um Guarda Municipal (GM) na tarde de quarta-feira (14), na Escola Alemã, durante tentativa de furto ao local, não resistiu aos ferimentos e entrou em óbito.

A ocorrência teve início às 15h20 de quarta-feira (14), quando as equipes da GM foram acionadas via CECOM (Central de Comunicação), onde as viaturas de patrulhamento convencional VTR-20, 21 e 22 atenderam o chamado do solicitante (responsável pela edificação da Escola Alemã), relatando que um indivíduo teria adentrado pelo telhado e estaria em cima do forro, possivelmente realizando furto.

Com a chegada das equipes, foi informado, via rede de rádio, que foram ouvidos barulhos no forro, momento em que as equipes do DAESP - Divisão de Ações Especializadas, ROMU-03, se deslocaram para apoio.

Com a chegada do GEPAR e ROMU e o responsável que já estava no local, o prédio foi aberto e foi realizada uma varredura.

Foi localizado um saco preto, contendo utensílios de alumínio e fiação de cobre, já do lado de fora do prédio.

Durante a varredura, foi identificado o autor, tentando se esconder no forro, momento



Todos os envolvidos compareceram à Delegacia

em que foi dada voz de prisão e solicitado que ele se levantasse, porém, com resistência, o indivíduo retirou algumas telhas e tentou fuga pelos telhados.

Com o local cercado, o GM que se encontrava também no forro foi até a abertura na tentativa de abordagem do autor, porém, com o espaço reduzido, ele acabou ficando impedido pelo cinturão, não conseguindo subir para o telhado.

Neste momento, o autor sacou uma lâmina e partiu em direção ao GM, o qual deu ordens para soltar a faca, bem como as equipes em solo.

Em seguida, foram realizados disparos de espingarda calibre 12 GAUGE, com munições de menor potencial ofensivo, não obtendo êxito na ação do autor. Em ato contínuo, foram realizados disparos de arma de fogo, vindo a atingir 01 disparo, cessando a injusta agressão.

O indivíduo tentou fuga, ainda pelo telhado, momento em que se deitou no telhado com ferimentos visíveis e foi aciona-

da a ambulância.

Foi realizada uma ação para remoção do indivíduo, onde, com êxito e menor risco possível, as equipes conseguiram colocar o indivíduo ao solo, sendo resgatado pelo setor de ambulância até o Pronto Atendimento da Santa Casa de Misericórdia, onde ficou sob observação em estado grave, aguardando transferência para um centro de tratamento intensivo especializado, mas, acabou evoluindo a óbito.

Foi solicitada a presença da Polícia Científica no local, através da equipe de perícia e fotógrafo.

Todos envolvidos compareceram à Delegacia de Polícia, onde foi elaborado Boletim de Ocorrência de natureza por Furto/ Tentativa de Homicídio/ Homicídio/ Morte por Decorência de Intervenção Policial.

Divisão de Ações Especializadas (DAESP) - ROMU-03

BOPC: CC9876/2024

BOGM: 84157/2024

MANDADO DE PRISÃO

Homem procurado pela justiça é capturado pela Polícia Militar

Equipe se deparou com um veículo, onde o condutor rapidamente mudou de direção ao notar a presença policial

Foi dada a ordem de parada, porém, ele aumentou a velocidade

Um homem, de 35 anos, pintor, procurado pela justiça, foi capturado pela Polícia Militar (PM) na madrugada de sábado (10) à 00h25min, na Rua Monte Castelo.

Durante deslocamento para atendimento de ocorrência, a equipe se deparou com um veículo, onde o condutor rapidamente mudou de direção ao notar a presença policial. Foi dada a ordem de parada, porém, ele aumentou a velocidade, mas, foi abordado alguns quarteirões à frente.



Durante pesquisa, foi constatado o mandado de prisão

Na busca pessoal, nada de ilícito foi encontrado, porém, na consulta via COPOM, foi verificado tratar-se de procurado

pela justiça.

O averiguado foi conduzido até Delegacia de Polícia, onde permaneceu preso.

EM PATRULHAMENTO

Menor de 17 anos é detido pela ROMU com 79 porções de entorpecentes

Ele foi avistado encostado em um veículo parado, contando grande volume de dinheiro em cédulas variadas

Ele também tinha um papel de 'contabilidade', dinheiro e celular dentro da pochete

Um adolescente, de 17 anos, foi detido pela Guarda Civil Municipal (GCM), através da equipe de ROMU, acusado de tráfico de drogas, no fim da tarde de domingo (11), às 17h45, na Rua Luiz Strazzacappa, no bairro Cidade Alta.

Durante patrulhamento pelo local, o menor foi avistado encostado em um veículo parado, contando um volume de dinheiro em cédulas variadas.

Foi realizada a abordagem e foi localizada, em suas mãos, a quantia de R\$ 170,00.

Em busca pessoal, em uma pochete na sua cintura, foram localizados R\$ 54,00; 03 microtubos com substância aparentando ser cocaína; um pacote com erva esverdeada aparentando ser maconha; e um papel de 'contabilidade', bem como um celular de mar-



Depois de registrada a ocorrência, menor foi liberado

ca Motorola.

Questionado, ele alegou estar na prática do tráfico e que iria "abastecer a loja" para um próximo traficante, indicando um local na esquina contrária a do local de abordagem, e uma sacola contendo mais porções de substâncias aparentando ser cocaína e maconha.

Os entorpecentes foram localizados e o indivíduo, bem como todo material, foram apresentados na Delegacia de Polícia, onde o Delegado determinou a elaboração do Boletim de Ocorrência como "Ato infra-

cional por tráfico de drogas". Em seguida, o menor foi liberado à sua genitora.

Foram apreendidos os seguintes materiais: R\$ 218,50 em notas e moedas diversas; 68 microtubos com substância aparentando ser cocaína; 11 porções de ervas esverdeadas aparentando ser maconha; 01 celular de marca Motorola; e 01 papel com anotações de 'contabilidade' do tráfico.

BOGM: 36210/2024

BOPC: BZ8807/2024

DAESP - Divisão de Ações Especializadas: ROMU-03

Memória Esportiva Panathlon



1964 - Cosmopolitano F. C.

Em pé: Tito Trevenzolli, Agenor, Edegar Susigan, João Böttcher, Servílio de Fáveri, Celso "Bolão" Nallin, Dinha de Fáveri e Flávio Arruda. Agachados: Zé Zorzetto, Toninho Corajoso, Zé Carlos Böttcher, Rivail, Adão Luca, Geraldo Zucchini e Sérgio "Refrego" Godoi

SP 332

Motorista de Gol se perde e capota no trevo próximo ao Ginásio de Esportes

Ele disse que foi fechado por um caminhão e acabou se perdendo

Condutor não teve ferimentos

O motorista de um Gol, prata, acabou se perdendo e capotou o veículo no trevo próximo ao Ginásio de Esportes, na Rodovia Professor Zeferino Vaz, SP 332, no fim da tarde desta terça-feira (13).

De acordo com informações preliminares, o condutor, que saiu ileso, disse que foi fechado por um caminhão, se perdeu e capotou o veículo, vindo a parar no gramado de um canteiro.



Equipe de ROMU deu apoio no local do acidente

Chovia no momento do acidente.

O veículo foi retirado do local pelo guincho da concessionária Rota das Bandeiras.

A Guarda Municipal, através da equipe de ROMU, preservou o local juntamente com a viatura de apoio da Rota das Bandeiras.

DIVERSIDADE

Quero sair do armário. E agora?

Lutas enfrentadas pela população LGBTQIAPN+ são várias, sérias e profundas

Encontrar uma rede de apoio entre amigos, aliados e profissionais de saúde mental realmente pode ser crucial

Para muitas pessoas LGBTQIAPN+, sair do armário (forma popular de chamar o ato de assumir sua sexualidade) é sobre uma jornada repleta de incertezas. A pressão social, o medo de rejeição e a possibilidade de enfrentar hostilidade de amigos e familiares são somente alguns dos possíveis cenários. A sociedade como um todo impõe normas rígidas de gênero e sexualidade, o que torna a aceitação de si mesmo um processo complexo e doloroso, e a aceitação social um processo ainda mais complexo e doloroso – infelizmente, é negável.

As lutas enfrentadas pela população LGBTQIAPN+ ao sair do armário são várias, sérias e profundas. Por exemplo: além do medo de serem excluídos ou discriminados, muitos enfrentam ameaças reais à segurança e ao bem-estar emocional e físico. A falta de apoio da família e da comunidade ao redor pode levar a consequências devastadoras, como depressão, ansie-

dade, baixa autoestima, insegurança, e até mesmo suicídio. É uma batalha travada silenciosamente, por medo das consequências de se exercer totalmente como se é de fato.

Entender o momento certo para sair do armário pode ser uma tarefa árdua, especialmente em ambientes familiares LGBTQIAPN+fóbicos. É importante considerar a segurança emocional e física ao decidir compartilhar sua identidade com os outros, assim como lembrar que nem todas as famílias reagirão da mesma forma, e que pode ser vital buscar apoio fora do ambiente familiar, se necessário. Buscar grupos de apoio LGBTQIAPN+ pode fornecer um espaço seguro para compartilhar experiências, obter orientação e encontrar apoio emocional durante o processo de sair do armário, que pode correr bem, ou não, diante das particularidades de cada âmbito. O senso de pertencimento à comunidade LGBTQIAPN+ pode ser um verdadeiro norte. Ter acesso a recursos e informações sobre direitos LGBTQIAPN+ pode ajudar a capacitar indivíduos a transitar pelos desafios legais e sociais que possam surgir. Encontrar uma rede de apoio entre amigos, aliados e profissionais de saúde

de mental realmente pode ser crucial.

Por fim, a jornada de sair do armário é única para cada pessoa, e é importante lembrar que a autenticidade e a autoaceitação são conquistas valiosas que merecem ser celebradas e protegidas sempre.

Livro: Guia prático para sair do armário: para você e para aqueles que desejam evoluir (autores: Raffaella di Girolamo Frigeiro e Jaime Parada Hoyl).

Filme: "Com Amor, Simon" (Star+).

Por: JuhBrilliant (@juhbrilliant) – Autor independente dos livros "O Menino das Meias" e "BRILHANTE?!", pedagogo e fotógrafo

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Juh Brilliant
Escritor, pedagogo e fotógrafo
@juh_brilliant

NOSTALGIA

Antigas excursões: vamos relembrar?

Destinos como Aparecida/SP, Pirapora do Bom Jesus/SP, praias, são exemplos de lugares bastante procurados

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Crianças brigavam para ir na "janelinha" e tão pouco havia cintos de segurança disponíveis para os passageiros

Em meados das décadas de 1970 e 1980, a demanda era grande; era fretado um ônibus que passava nos pontos pré-estabelecidos pelo organizador da excursão. Muitos dos passeios eram religiosos.

Destinos como Aparecida/SP, Pirapora do Bom Jesus/SP, praias, são exemplos de lugares bastante procurados.

Para o destino de Aparecida, por exemplo, o ônibus passava nos pontos combinados já na primeira hora do dia, para que osromeiros tivessem tempo de aproveitar a cidade.

Anterior aos ônibus, existiam as jardineiras, que transportavam nos anos 1940 e 1950, época em que as rodovias eram bem diferentes do que temos hoje.

A desvantagem da jardineira

era ser menos ágil e confortável que o ônibus, segundo a minha avó.

Coisas inesquecíveis das excursões: atrasos e horas de espera no ponto combinado, o forte odor que se propagava do salgadinho quando alguém abria o pacote no ônibus, o tradicional frango com farofa que alguns levavam, o compartilhamento de café, as novas amizades... Interação social total.

As crianças brigavam para ir na "janelinha" e tão pouco havia cintos de segurança disponíveis para os passageiros.

A captura de momentos durante a viagem era feita principalmente com câmeras fotográficas analógicas. As pessoas tiravam fotos em filmes fotográficos e a revelação das imagens ocorria posteriormente.

Seja nas décadas das jardineiras ou nos dias atuais, como os ônibus, todos que iam às excursões tinham boas histórias pra contar, e sempre valeu a pena.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Juliana Schionato,
Comerciante

Raio X

FOTO: GAZETA DE COSMÓPOLIS TV JAGUARI



Tronco de árvore na Rua Santa Gertrudes chama a atenção pelo tamanho e raízes que invadiram a calçada, chegando até o asfalto

CADASTRO

INSS convoca beneficiários para prova de vida em 2024

Aposentados e pensionistas que nasceram em janeiro, fevereiro e março são os primeiros a serem chamados

Após a notificação, o prazo é de 60 dias para regularização

O Instituto alega que não foi possível fazer o cruzamento automático das informações para todos os segurados, e que em torno de 4 milhões de beneficiários não tiveram sua prova de vida garantida eletronicamente.

Os segurados que não tiveram sua prova de vida realizada de forma eletrônica/automática estão recebendo uma notificação do INSS para que possam, dentro de 60 dias após notificado, realizar a prova de vida e não ter seu benefício cessado.

A convocação do INSS aos segurados está acontecendo de acordo com a data de aniversário, e através de mensagens pelo telefone celular, aplicativo do INSS ou Banco onde a pessoa recebe o pagamento do benefício, mas caso não localize o seguro, irá enviar um servidor do INSS até o endereço residencial cadastrado junto ao Instituto.

Atenção: se você não sabe se sua prova de vida foi feita de forma automática, acesse o site ou app "meu inss" e garanta sua prova de vida por ali.

Cuidado com fraudes: não responda mensagens ou passe informações pessoais por telefone. Na dúvida, desligue a ligação recebida e ligue no telefone do INSS (135) ou acesse o app, ou em último caso se dirija até uma Agência do INSS.

Sempre faça os procedimentos pelos canais oficiais do Instituto.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



Dra. Cintia Menezello
Advogada - Especialista em Direito Previdenciário
OAB/SP 377.607
MPA Advogados Associados

COMPORTEAMENTO

A exposição nas redes e os desdobramentos na vida real

Ação nas redes sociais é o reflexo da sociedade atual imediatista e consumista que valoriza o ter e não o ser

Por outro lado, há os adeptos de "aquilo que ninguém sabe, ninguém estraga"...

popular, atraente, cada vez criando mais e mais conteúdos virtuais, e como a internet jamais estaciona, o novo está sempre chegando e pessoas vão ficando para trás, e essas tendo que lidar com essa espécie de abandono. Seu tempo já acabou! Outros chegam com novas ideias mais criativas.

Mas também há um outro lado, aqueles que só olham, não se envolvem, raramente curtem algo, não expõem a vida particular. São adeptos da frase do Filósofo Confúcio: "O silêncio é um amigo que nunca trai", ou seja, "aquilo que ninguém sabe, ninguém estraga", pois muitas vezes o invejoso está apenas esperando saber da vida da pessoa para saber o ponto fraco e prejudicá-la.

E o que é a inveja senão "a dor pela boa sorte do outro, estimulada por aquele que tem o que deveríamos ter". As redes sociais são justamente esse lugar de fantasias e ilusões, um palco repleto de imagens e vidas perfeitas que todo mundo deseja para si. A inveja é um sentimento que faz parte do ser humano, ele pode ficar mais intenso em alguns momentos da vida dependendo da fase que está se passando. A maioria das pessoas o negam sentir, pois é considerado um sentimento vil, ruim, negativo. Outros, nessa negação em si, acabam por projetar no outro dizendo que são as pessoas que o invejam.

Ao se olhar ao redor, pode-se ver pessoas bem-sucedidas no trabalho, adquirindo bens materiais, fazendo viagens, tendo relacionamentos saudáveis e outras tantas realizações de sonhos. Deparar-se com isso desperta sim nas pessoas o desejo de também ter e viver tudo isso, e não há nada errado em querer isso para si, já que para tanto é esperado que a pessoa se movimente, corra atrás, trabalhe muito, estude, busque mudanças,

se conheça e muito mais. Todo mundo tende a buscar o que deseja para si a partir do que vê no mundo, e as outras pessoas fazem parte dele, e isso não é a inveja. Isso é o desejo que move o ser humano.

Inveja é não querer que o outro tenha, é desenvolver a raiva, o ódio e o ressentimento pelo outro ter a felicidade que essa pessoa não tem ou até mesmo ter pensamentos e comportamentos que caminham para a destruição do outro.

Portanto, esse ponto do sentimento da inveja é destruidor de si mesmo e dos seus relacionamentos. A pessoa, muitas vezes, vive esses episódios de repetição da inveja e nem mesmo se dá conta, não conhece isso nela própria, apenas sente-se vítima da vida, das pessoas, até dos próprios pais. Sente-se injustiçada, e vive no questionamento do porque a vida dela é assim, porque não tem sorte como os outros. Essa maneira de enxergar a vida não vai mudar "do nada", há de se reconhecer a necessidade de ajuda psicológica/psicanalítica para identificar-se as raízes dessa inveja patológica que pode estar na base da construção da autoestima e da autoconfiança que são características da personalidade construídas desde a primeira infância.

FOTO: ARQUIVO PESSOAL



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

E-COMMERCE

Agência Shopee Xpress é instalada em prédio comercial da Gazeta de Cosmópolis

Espaço alternativo do Jornal, agora também é dividido com o ponto de coleta, com retirada e devolução

Este é um benefício para a população de nossa cidade que, agora, pode usufruir desta facilidade

México, Chile e Colômbia.

Agência em Cosmópolis
"Em nossa agência, os vendedores da Shopee poderão trazer seus pedidos para serem postados e deixados em nosso depósito até a chegada do caminhão, que passa todos os dias (de segunda a sexta); não trabalhamos aos sábados, domingos e feriados. Após a venda, o vendedor aguarda a emissão da etiqueta. Assim que estiver liberada, faz o pacote e traz o pedido para nós. Esse procedimento dispensa a utilização dos Correios.

Os compradores da Shopee terão a opção de retirar suas encomendas e também fazer a devolução na agência Shopee Express de Cosmópolis", esclarece o diretor Gelson D'Aolio.

Fonte de Renda

Muitas pessoas começam a vender na Shopee como fonte de renda alternativa, para ajudar no orçamento da família, porém, a loja pode crescer de tal forma e se tornar a 1ª fonte de renda da família.

A 1ª Agência da Shopee foi instalada recentemente nas dependências da Gazeta de Cosmópolis, que funciona na Avenida da Saudade, 442 – Vila Kalil.

A Shopee, a cada dia, se firma mais no Brasil. Hoje, ela é o 3º maior E-Commerce no Brasil, atrás apenas do Mercado Livre (1º lugar) e Amazon Brasil (2º).

Foi inicialmente lançada em Singapura, em 2015, e desde então, expandiu seu alcance para a Malásia, Tailândia, Taiwan, Indonésia, Vietnã, Filipinas, e Brasil (primeiro país a lançar o serviço fora da Ásia em 2019). A Polônia foi o primeiro país a lançar no continente europeu. Em 2021, a Shopee aumentou os seus serviços de comércio eletrônico no



Ponto de coleta, retirada e devolução na agência Shopee Xpress

"A maioria das pessoas compra na Shopee. Elas são atraídas pelos preços baixos e, muitas vezes, porque recebem 'cupons de desconto' que dão direito a frete gratuito, mesmo em compras abaixo de R\$ 79,00", diz o diretor.

Este é um benefício para a população de nossa cidade que, agora, pode usufruir desta facilidade.

"Para vender na Shopee, é muito simples. É muito fácil

postar os produtos na plataforma. No início, não há necessidade de CNPJ, pode ser por CPF, porém, aconselho o 'seller' (vendedor) se profissionalizar e começar a vender com CNPJ, pois isso aumenta bastante a visualização dos produtos. Outras vantagens muito grandes em vender na Shopee são: você vende para todo o Brasil; o dinheiro das vendas entra na conta corrente em poucos dias; e você não

corre o risco de levar calote, pois só envia a mercadoria após o pagamento feito pelo cliente na plataforma da Shopee", explicou o diretor

Investimento, criatividade e incentivo

O diretor Gelson D'Aolio finaliza dizendo que "no E-commerce, para iniciar, não precisa de muito investimento - claro que um bom capital de giro ajuda muito

, mas você precisa, sim, ter bons 'nichos', ou seja, produtos que caem no gosto do consumidor. Criatividade também conta muito. O início não é fácil, mas muita gente, hoje, ganha um bom dinheiro com a Shopee que, a cada dia, se firma mais no Brasil. Em Cosmópolis, muita gente já vende nesta plataforma. Estamos de portas abertas para incentivar este comércio eletrônico em nossa cidade", finaliza.

Tapeçaria do Isaias



Conserto e reforma de estofados

Mais de 38 anos de experiência

F. 3882.1333

R. Monte Castelo, 1.114

CONSULTAS

LEITURAS DE CARTAS, TARÔ
E TRABALHOS ESPIRITUAIS

F. 3872-6487 Falar com Abigail

99545-5530





O SUPERMERCADO DA *nossa gente!*

É MAIS PRODUTO!

É MAIS BARATO!

É MAIS ENXUTO!

aQUI, você leva **mais**
pagando **menos!**

FIQUE DE OLHO na etiqueta

PREÇO NORMAL

\$\$

PREÇO COM
MAIS UNIDADES

\$



CLIENTE VIVA

COSMÓPOLIS: AVENIDA MONTE CASTELO, 289 - VILA DAMIANO / TELEFONE: (19) 3812-9550

EXPRESSÃO PESSOAL

Toxina Botulínica e Criolipólise estão entre os procedimentos mais procurados

É importante destacar que a valorização da estética deve ser equilibrada com a valorização da diversidade e da autenticidade

Promover a aceitação de diferentes padrões de beleza e incentivar uma relação saudável com a própria imagem

A estética desempenha um papel significativo na vida da mulher, pois influencia a autoestima, confiança e percepção de si mesmas.

Através da expressão pessoal e cuidado com a aparência, muitas mulheres encontram empoderamento e uma forma de se destacarem na sociedade. Além disso, a estética pode impactar suas interações sociais, oportunidades profissionais e até mesmo sua saúde mental, já que uma imagem positiva de si mesma pode contribuir para o bem-estar emocional.

No entanto, é importante destacar que a valorização da estética deve ser equilibrada com a valorização da diversidade e da autenticidade, promovendo a aceitação de diferentes padrões de beleza e incentivando uma relação saudá-



Foto 1 - Toxina botulínica

dável com a própria imagem.

São vários os procedimentos que têm o intuito de elevar a autoestima da mulher. Entre eles, destacam-se: criolipólise de placas, toxina botulínica, aplicação de enzimas, entre outros.

Nas fotos a seguir, podemos ver o antes e depois de alguns

procedimentos.

Foto 1- Toxina Botulínica: desempenha um papel significativo na medicina estética e terapêutica. Seu uso é amplamente reconhecido na redução de rugas faciais e linhas de expressão, proporcionando uma aparência mais jovem e



Foto 2 - Crio de Placas - Criolipólise

suavizada. Além disso, a toxina botulínica é utilizada para tratar uma variedade de condições médicas, como distúrbios neurológicos, espasticidade muscular, hiperidrose (suor excessivo) e enxaquecas crônicas.

Foto 2- Crio de Placas: A criolipólise de placas é um procedimento estético não invasivo que visa reduzir a gordura localizada através do resfriamento controlado das células adiposas.



Taty Lima
Empreendedora
Biomédica Esteta
Pós-graduada em
Biomedicina Estética
F. 19 19 98102-4945
@tatylimaesthetic

EMPREENDEDORISMO

Nova Diretoria da ACICO assume com metas claras para o biênio 2024-2026

Fabiana Dester é eleita e continua como presidente da ACICO

Nova gestão tem como foco fortalecer influência da associação

A Associação Comercial e Industrial de Cosmópolis (ACICO) terá uma nova gestão pelos próximos dois anos, com a chapa única encabeçada pela presidente eleita Fabiana Dester. A eleição ocorreu após o prazo de inscrição das chapas se encerrar em 09/01/2024, sem o registro de outras candidaturas, garantindo a continuidade da atual diretoria.

Chapa Única e Nova Composição da Diretoria

A nova diretoria da ACICO para o biênio 2024-2026 será composta pelos seguintes membros:

Presidente: Fabiana Dester
Vice-Presidente: Synara Lemos

1ª Tesoureira: Neila Silva
2ª Tesoureira: Nelson Matunaga

1ª Secretária: Karina Dias
2ª Secretário: Francisco Machuca

Suplentes:
Natália Idalgo
Dárcio Peretti
Naiara Rolfsen
Carolina Bonifácio
Conselho Consultivo:
Bruna Chaves
Daniela Camilo

Metas da nova gestão

A nova gestão tem como

foco fortalecer a representatividade e influência da associação, promover o desenvolvimento econômico local, e fornecer suporte e recursos para os sócios, incluindo programas de capacitação, consultoria, networking e outros recursos para ajudá-los a prosperar. Além disso, a diretoria pretende advogar em nome dos interesses comerciais locais, promovendo o comércio e incentivando os consumidores a apoiar empresas e comprar produtos e serviços dentro da comunidade, através de campanhas de marketing e iniciativas promocionais. A gestão também buscará fomentar parcerias e colaborações, estabelecendo alianças estratégicas.

Como se tornar um associado e benefícios

Para se tornar um associado, basta agendar uma visita da equipe comercial da ACICO, que explicará as vantagens da associação. Após isso, é necessário preencher a ficha de sócio com informações da empresa. A mensalidade dá direito ao associado de acesso a serviços gratuitos ou com valores especiais, incluindo assessoria jurídica, convênio médico e odontológico, certificado digital, aluguel das salas e auditório, cursos e descontos nos comércios parceiros da ACICO. Esses benefícios também se estendem aos funcionários registrados nas empresas associadas.

A ACICO, representada pela presidente Fabiana Dester, agradece a todos que se voluntariaram para a composição da Diretoria e do Conselho para o biênio 2024-2026. A nova gestão se compromete a trabalhar com empenho e dedicação para o crescimento e fortalecimento do comércio e indústria local, e está aberta para visitas e sugestões.



Eleição teve chapa única e nova composição da Diretoria



Nova gestão se compromete a trabalhar com empenho e dedicação para o crescimento e fortalecimento do comércio e indústria local

SAUDÁVEL

Muffin de frutas para lanche escolar

As aulas começaram e, com elas, a preocupação de um lanche rápido e saudável para seus filhos levarem para a escola.

Nayara Pires, Chef Patissier da Des Rêves Confeitaria, separou uma receita fácil, rápida e pra lá de deliciosa para nossos pequenos.

Torne esse momento mais especial e chame-os para ajudar na produção.



Nayara Pires
Des Rêves Confeitaria
Bolos - Doces - Bar de Brigadeiro - Kits Festa Escola - Cursos
(19) 99969-5545



Muffin de Frutas

Ingredientes

4 bananas (3 amassadas, 1 para decorar)
3 ovos
1 xícara de farinha da sua preferência
1 colher de óleo de coco
Frutas secas (damasco, uva passa, ameixa)
1 colher de adoçante ou açúcar de coco
1 colher de fermento em pó

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes e leve para assar em forma de muffin por 25 minutos.
Cada muffin tem cerca de 100 calorias.

SAUDADE ETERNA

VALTER

Querido filho, hoje, se ainda estivesse aqui, estaria completando 55 anos. Não cansamos de dizer diariamente sobre falta que você faz em nossas vidas.

Ninguém está preparado para a perda, porém, a dor de um filho dilacera a alma e faz os olhos deixarem clara a dor da partida, a dor da saudade.

Você, Valter, partiu demasiadamente cedo, não há um dia que não sentimos a sua ausência, a falta de seus risos, do seu olhar, seu jeito carinhoso de ser.

Deus foi muito generoso nos dando um filho maravilhoso e isso jamais esqueceremos. Você sempre será luz em nossas vidas, e sabemos que o amor verdadeiro é infinito, por isso, sempre estará presente. Um dia, nos reencontraremos...

SAUDADE SEMPRE, ESQUECER JAMAIS...

Seus pais que te amam infinitamente
Maria Aparecida e José de Jesus,
Tio Luiz, Tia Quitéria e prima Camila



EM AÇÃO

Junior Felisbino faz balanço dos três anos à frente da Prefeitura de Cosmópolis

Cerimônia foi realizada no Auditório da Escola Paulo Freire

Prefeito falou das principais ações realizadas no período

O prefeito Junior Felisbino realizou, na manhã desta sexta-feira (9), um balanço com as principais ações realizadas nos seus três anos à frente da Prefeitura de Cosmópolis. A cerimônia foi realizada no Auditório XV de Outubro, nas dependências da Escola Paulo Freire, e teve a participação de secretários, vereadores, comerciantes, autoridades e munícipes.

Essas foram as principais ações separadas por cada setor:

- Administração
- Conquista da CND
- Contas aprovadas pelo TCE
- Aumento do benefício de vale alimentação
- Aumento do subsídio em convênios médicos
- Compromisso do aumento salarial
- Distribuição de Kits Natalinos
- Novo Ambulatório Ocupacional do Servidor Municipal

Saúde

- Pandemia;
- Criação de um centro de enfrentamento exclusivo a COVID-19
- Melhorias no hospital, com novas UTIs
- Adoção de manter o comércio aberto, cuidando também da economia local
- Campanha "Vacina no Braço Comida no Prato"
- Criação do Ambulatório Médico Especializado, o AME Cosmópolis – atendimento de demandas represadas há anos
- Cirurgias de alta complexidade em parceria com o estado
- Mais de 2 mil castrações em um novo ambulatório veterinário
- Novas ambulâncias
- Reformas dos prédios da UBS's
- Reconhecimento aos profissionais de enfermagem, com carga de 30 horas
- Inauguração CEO+, entrega atendimento odontológico para todos

Empregabilidade

- Colocamos em funcionamento a EMEP Milton Frungillo – cursos profissionalizantes gratuitos
- Nova ETEC, com dois cursos técnicos
- Quase 8 mil vagas de emprego ofertadas, diversas entrevistas em massa e quase 6000 empregados
- Além das parcerias com Petrobras, Bolsa Trabalho e outras ações
- UNIVESP Cosmópolis conta com nove cursos nas áreas de Computação, Licenciatura e Negócios

Educação

- Merenda premiada



Evento teve a participação de secretários, vereadores, comerciantes, autoridades e munícipes

- Kit uniformes
- Kit escolar no início do ano letivo
- Inauguração de uma nova escola de ensino complementar – oferta de 200 novas vagas
- Sistema Cosmópolis de Ensino
- Compromisso: administração garante remuneração para Educadores
- Projeto Primeira Infância Cidadã (PIC) elabora Plano Municipal pela Primeira Infância (PMPI)
- Villa-Musical: de 80 para 4.594 alunos em três anos de crescimento musical exponencial

Promoção Social

- Mais de 10 Mil Cestas Distribuídas em Dois Anos pelo Fundo Social de Solidariedade
- CRAS atende 17 Mil cosmopolenses com encaminhamentos e orientações
- Ações intensificadas entregam 4.220 peças de agasalhos e cobertores a famílias

Obras

- Um novo contrato de Transporte com 4 Ônibus novos
- Pavimentação dos Blocos, no bairro Laranjeiras
- Reforma das Unidades de Saúde
- Novo prédio da Vigilância Epidemiológica
- Novo centro odontológico CEO+
- Nova Farmácia Municipal
- Novo Centro de Especialidades Médicas Municipal
- Entrega no novo prédio do CREAS
- Nova sede do Serviço de Atenção Domiciliar entre outros.
- Melhorias em mais de 150 km estradas rurais
- CMS-470 recebe recapeamento
- Mais de 500 matrículas de escrituras entregues no programa 'Cidade Legal' garantindo dignidade a moradores
- Reforma de dois reservatórios de água
- Mais de 150 km de estradas rurais recuperadas para garantir conforto e segurança
- Excelência na Limpeza Ur-

bana: Destaque da Coleta de Lixo de Cosmópolis

- Programa Asfalto Novo – mais de 30 ruas recapeadas
- Cosmópolis inovou, com a iluminação pública 100% LED
- Maior obra da história - Avenida de Desenvolvimento, que ligará Cosmópolis a Paulínia sem pedágio

Segurança Pública

- Investimento para a segurança das mulheres: nova viatura da mulher e aplicativo
- Tecnologia a serviço da segurança: App 'Comércio + Seguro'
- Cosmópolis investe em oito novas viaturas para aprimorar a segurança
- Nova Sede da Guarda Municipal
- Nova Base de ações especializadas da ROMU

Investimento em indústria

- Uma nova lei de incentivo fiscal para a instalação de novas empresas
- Criamos o programa Desenvolve Cosmópolis, que promove a proximidade com o setor comercial e industrial, amplificando as vantagens que a cidade oferece
- Além de novas instalações e ampliações de empresas e indústrias, gerando emprego e renda
- Diversas novas empresas nacionais e multinacionais já estão em contato através dos programas Desenvolve Cosmópolis e Desenvolve São Paulo, do Estado

Cultura e Esporte

- Entrega do Areninhas
- Investimento em atividades esportivas para jovens
- Recuperação do Ginásio de Esportes
- Esquadrilha da fumaça
- Retomada da Festa do Trabalhador
- Cosmópolis revive o Carnaval
- Magia Natalina Ilumina Cosmópolis com a 'Caravana Iluminada da Coca-Cola'
- Retorno da 'Festa do Imigrante' reúne cosmopolenses.

mês de conscientização e combate à

LEUCEMIA



CNPJ 00.468.407/0001-48 | Valor Total R\$283,14

NOVOS PADRÕES

Federação Paulista de Futebol exige ajustes cruciais no Estádio Thelmo de Almeida

Reformas visam melhorar experiência dos torcedores e atletas para o Campeonato Paulista

Existe um manual de vitória e todas as equipes devem se adequar a essas exigências

A Federação Paulista de Futebol (FPF) recentemente destacou uma série de ajustes necessários no Estádio Thelmo de Almeida, casa do Cosmopolitano Futebol Clube (CFC), com o intuito de aprimorar as condições para os jogos do Campeonato Paulista. Juan Oliveira, vice-presidente do Cosmopolitano Sports, compartilhou os detalhes dessas mudanças cruciais para o estádio.

Segundo Juan Oliveira, os principais ajustes exigidos pela FPF incluem a instalação de camarotes e cabines de imprensa, a setorização das torcidas e a ampliação da capacidade de público, com o aumento das arquibancadas. Além disso, uma reforma e aprimoramento do gramado também estão entre as prioridades, visando garantir partidas de futebol de melhor qualidade e uma experiência visual mais agradável para os espectadores. "Com a reforma e aprimoramento do gramado, certamente teremos partidas de futebol de melhor qualidade, permitindo que os atletas demonstrem suas habilidades sem dificuldades com o campo", conta.

A FPF mantém critérios rigorosos em relação aos estádios, exigindo uma qualidade de gramado para proporcionar conforto aos jogadores. Existe um manual de vitória e todas as equipes devem se adequar a essas exigências. O diálogo com o clube social Cosmopolitano F. C. é fundamental para preservar a identidade original da equipe, incluindo a cor do estádio.

O prazo final para a conclu-



Obras devem ficar prontas na primeira semana de março

são das obras é na primeira semana de março, enquanto o Campeonato Paulista está programado para iniciar na segunda quinzena de abril.

Juan Oliveira enfatiza os benefícios esperados dessas reformas, que incluem um estádio mais confortável para os torcedores, tanto locais quanto visitantes, e melhorias que podem beneficiar diretamente o desempenho dos atletas em campo.

Com as mudanças, o Estádio Thelmo de Almeida está

se preparando para receber os jogos do Campeonato Paulista com padrões elevados de qualidade e conforto, oferecendo uma experiência melhor tanto para os espectadores quanto para os jogadores. "Os benefícios esperados incluem um estádio mais confortável para nossos torcedores, tanto locais quanto visitantes. Para nossos atletas, esperamos que se sintam beneficiados pelas melhorias, refletindo positivamente em seu desempenho em campo", conclui Juan.

MEIO AMBIENTE

Rua Francisco Tavano será interditada para corte de eucaliptos do 'Clube Cosmopolitano'

Ação pretende garantir mais segurança para todos nos arredores

"A intenção da Diretoria é reflorestar o clube com árvores de pequeno porte para sombra"



Avaliação constatou que as raízes estão pressionando o muro, aumentando o risco de queda

nício, optaram pela retirada dos eucaliptos. O presidente ressaltou que novas árvores serão replantadas no local, garantindo não apenas a segurança, mas também a preservação ambiental. "A intenção da Diretoria é reflorestar o clube com árvores de pequeno porte para sombra", explica.

A interdição temporária da rua Francisco Tavano visa ga-

rantir a segurança dos trabalhadores envolvidos na operação e dos transeuntes que circulam pela região. Com essa mudança, o Cosmopolitano reforça seu compromisso com a segurança e o bem-estar dos sócios e da comunidade local, ao mesmo tempo em que contribui para a preservação do meio ambiente, por meio do replantio de novas árvores.

FOTO ARQUIVO: DEFESA CIVIL

de 1º de Janeiro a 30 de Junho

ALISTAMENTO MILITARNascidos em 2005 ou anos anteriores
alistamento presencialNascidos em 2006
alistamento onlineDocumentos necessários:
CPF, RG e Comprovante de Endereço

MULTA: R\$5,91 | TAXA: R\$5,91 | TOTAL: R\$11,82

2ª via de Documento Militar

- somente para cidadãos até 45 anos de idade
 - acima de 45 anos,
- somente se constante do SERMILMOB

Presencialmente na Junta Militar
para quem não possui certificado digitalCaso já possua certificado digital, consultar:
www.alistamento.eb.mil.br/certificadosmilitaresDocumentos necessários:
CPF e RG

MULTA: R\$17,73 | TAXA: R\$5,91 | TOTAL: R\$23,64

COSMÓPOLIS
FelizCidade

CNPJ 00.488.407/0001-48 | Valor Total R\$233,14

PRODUTOS
ARTESANAIS E NATURAIS

saboresminasbrasil

F. 19 3770-4343

Rua Ponciano Tonussi, 128 - Parque Dona Esther - Cosmópolis - SP

- Queijos
- Doces
- Manteiga de garrafa
- Bolachas
- Castanhas
- Sementes
- Temperos
- Carne seca

Dia 17/02 (sábado) das 8 às 12 horas
estão todos convidados para o
aniversário de 40 anos da Clínica
Veterinária do Dr. Sidnei!Com a participação da feirinha de
adoção do Mudando Destinos!Venha comemorar com a
gente e traga seu pet para
receber um mimo!Rua Max Hergert n 110
(19) 38721334**• Inaugurado o AME Cosmópolis •**

CNPJ 00.488.407/0001-48 | Valor Total R\$566,28

Especialidades atendidas:

- Neurologista Clínica Adulto
- Vasculista
- Dermatologista
- Otorrinolaringologista
- Endocrinologista
- Oftalmologista
- Ortopedista
- Gastroenterologista
- Psiquiatra adulto
- Cardiologista
- Urologista

Avenida Ester, 1367 | Jardim de Faveri
(19) 3872-1127SECRETARIA DE
SAÚDECOSMÓPOLIS
FelizCidade



BomMED

Saúde a qualquer distância!

O serviço de TELEMEDICINA do Grupo Bom Pastor.

- Disponível 24h;
- Receita médica;
- Médicos especialistas;
- Livre quanto a doenças pré-existentes;

E muito mais!



WhatsApp: **0800 950 1010**
grupobompastor.com.br

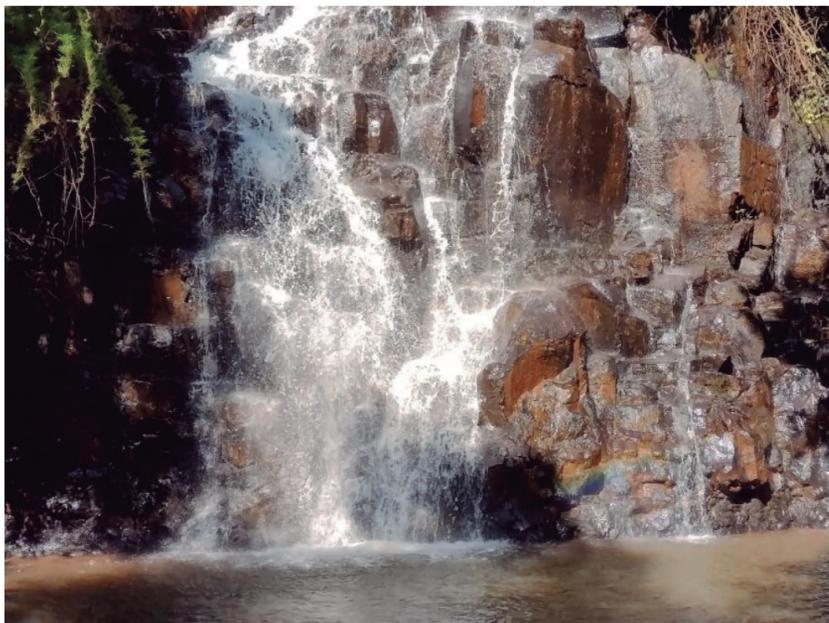
Cosmópolis I (24h): Rua Campinas, 1332, Jd. Bela Vista | 19 3204.8262.
 Cosmópolis II: Avenida 9 de Julho, 23, Centro | 19 3812.4345.

ESPORTE

Pedal de cicloturismo leva aventureiros para a Serra do Itaqueri na região de Rio Claro

Eduardo Gabbai é o idealizador e responsável pelo desafio em meio à natureza

O ponto alto da aventura é o Morro do Fogão, conhecido também como Mirante



Ciclistas terão a oportunidade de contemplar a beleza natural da área, com paradas estratégicas em pontos como a Cachoeira do Valentim e a Cachoeira do Abismo

Em uma proposta que junta aventura, desafio e apreço pela natureza, o cicloturismo ganha destaque com um pedal que garante a vista de belas paisagens. Organizado por Eduardo Roberto Gabbai, o pedal leva os ciclistas a percorrerem um trajeto desafiador pela região de Rio Claro, com destaque para a Serra do Itaqueri.

O percurso, com saída programada de Cosmópolis em uma van fretada especialmente para transportar as bicicletas, inicia-se em Charqueada. É lá que os participantes darão início à jornada, enfrentando o relevo montanhoso e desafiador que caracteriza a região. "É um percurso desafiador, mas muito satisfatório de fazer, as paisagens são lindas e a experiência é muito boa, porém, o nível de preparação é para intermediários", conta.

Com uma distância total

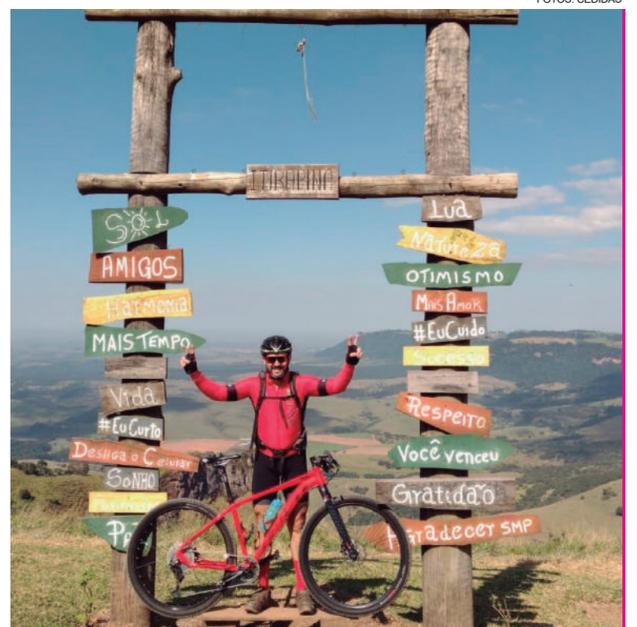
de 63 km e um acumulado de 1.200 metros de subida, o pedal pode ser uma experiência única para os amantes do ciclismo. O ponto alto da aventura é o Morro do Fogão, conhecido também como Mirante, que proporciona uma vista deslumbrante da região. "É gratificante e lindo chegar ao mirante, faz todo o pedal valer a pena...", esclarece.

Ao longo do percurso, os ciclistas terão a oportunidade de contemplar a beleza natural da área, com paradas estratégicas em pontos como a Cachoeira do Valentim e a Cachoeira do Abismo. Além disso, o trajeto oferece mirantes ideais para fotografias me-

moráveis, proporcionando momentos de conexão com a natureza e de imersão na paisagem local.

Com um número limitado de vagas, sendo apenas 14 disponíveis na van, a experiência promete ser exclusiva e intimista. O valor da inscrição é de R\$ 125,00 por participante, garantindo acesso a um passeio que une desafio físico, superação e contato direto com a natureza.

Para os interessados em participar desse pedal, o contato pode ser feito com Eduardo Gabbai pelo WhatsApp (19) 98137-6410 ou pelo Instagram @eduardo_gabbai



FOTOS: CEDIDAS



"É gratificante e lindo chegar ao mirante, faz todo o pedal valer a pena...", esclarece Gabbai

Vacina Pfizer Baby

Crianças de
06 meses a
4 anos e 11
meses

*são 3 doses
no total

CNPJ 00.468.407/0001-48 | Valor Total R\$566,28

A Vacina Pfizer Baby está disponível nas Unidades de Saúde com sala de vacina: CSII, Jardim de Faveri, Andorinhas, Tide Aranha, Henrique Scursioni, Vila Cosmo

Segunda a sexta-feira,
das 07h30 hrs às 15h30



CONVIVÊNCIA

Campanha da Fraternidade 2024 traz o tema 'Fraternidade e Amizade Social'

É uma ferramenta a mais, para vivenciar este tempo litúrgico tão rico que nos prepara para a Páscoa do Senhor

Lema é 'Vós dois todos irmãos e irmãs'

FOTO: DIVULGAÇÃO CNBB

A Campanha da Fraternidade deste ano traz como tema: "Fraternidade e Amizade Social"; e o lema: "Vós dois todos irmãos e irmãs". (Mt 23, 8).

A vida fraterna como resposta de Jesus à conduta excludente, da fé superficial e individualista. O tema deste ano está em comunhão com a Carta Encíclica Fratelli Tutti, do Papa Francisco. Inspirada pela vida de São Francisco de Assis, propõe um projeto de fraternidade baseado na amizade social e no amor político, tendo o diálogo como caminho necessário para a cultura do encontro (CF 2024: Texto-Base, n.15).

Segundo Dom Ricardo Hoppers, bispo auxiliar da Arquidiocese de Brasília (DF) e secretário-geral da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB), o tema e o lema da Campanha refletem a preocupação do episcopado brasileiro em aprofundar a fraternidade como contraponto ao processo de divisão, ódio, guerras e indiferença que tem marcado a sociedade brasileira e o mundo. No cartaz a comunidade é representada por uma casa, local onde são acolhidos os irmãos e irmãs para a partilha do alimento e da vida. Ao redor de uma mesa, se encontram personagens de diferentes etnias e idades, remetendo à amizade de Deus com os homens.

A celebração da fé ao redor de uma mesa, com pão, vinho e fraternidade, é o principal símbolo da comunidade. Além



Campanha teve início na Quarta-feira de Cinzas

disso, os alimentos na mesa recordam as refeições de Nosso Senhor Jesus Cristo. Já as janelas indicam uma casa aberta aos desafios do mundo e da realidade.

O Papa aparece no centro da cena, apoiado em sua bengala, expressando que, apesar de suas limitações, ele propõe ao mundo a amizade social por meio de sua Encíclica Fratelli Tutti, mostrando que é um caminho necessário para garantir a boa convivência e a subsistência de todos os seres humanos.

A Campanha da Fraternidade não substitui toda a riqueza

za que a liturgia da quaresma traz, nem tem essa pretensão, pelo contrário a CF, é uma ferramenta a mais, para vivenciar este tempo litúrgico tão rico que nos prepara para a Páscoa do Senhor.

Em todas as paróquias do Brasil, a CF tem seu início na quarta-feira de cinzas.

Que Deus nos ajude a seguir as Palavras das Sagradas Escrituras e enxergar o outro como um irmão, nunca como adversário e muito menos inimigo.

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



CNPJ 00.468.407/0001-48 | Valor Total R\$283,14

ADOLESCÊNCIA PRIMEIRO GRAVIDEZ DEPOIS

Viva o melhor de cada tempo

GRAVIDEZ NÃO COMBINA COM ADOLESCÊNCIA e traz consequências para toda a vida. Informe-se. Reflita. Converse com sua família. Planeje seu futuro e procure informações em uma Unidade de Saúde.





Kumon.
Quem faz
APRENDE
para *a vida*

MÉTODO INDIVIDUALIZADO
MATRÍCULA GRÁTIS
DE 22.01 A 20.03.2024
INGLÊS PORTUGUÊS MATEMÁTICA

Unidade Cosmópolis: (19) 99522-4289/97136-6951
Orientadora: Patrícia Ogando
Endereço: Rua Antônio Carlos Nogueira, 985
Instagram/Facebook: @kumoncosmopolis
E-mail: patricia.ogando@unidadekumon.com.br

FOLIA

CarnaMagia consolida-se como o 'carnaval da família'

Edição 2024 resgatou a tradição na região central, marco histórico dos carnavais cosmopolenses

Evento retornou à 'Praça do Coreto'

O CarnaMagia concluiu as folias na noite da terça-feira (13), consolidando-se como o 'carnaval da família' em Cosmópolis, presença marcante em todos os dias das festividades na 'Praça do Coreto'.

A edição 2024 resgatou a tradição na região central, marco histórico dos carnavais cosmopolenses, retornando com o evento na 'Praça Major



Arthur Nogueira', a popular 'Praça do Coreto', com área coberta para alimentação, barracas culinárias e shows na 'Praça do Relógio', com grande espaço livre para os foliões.

A 'Corte Real do CarnaMagia', formada pelo Rei Momo, Rainha e Princesas, conduziu o samba nas Praças, com animação da 'Próxima Parada Banda Show', convidados especiais da cidade e região, como a 'Ala Show Verde Rosa' de Mogi Guaçu (SP).

Uma saudosa tradição resgatada pelo CarnaMagia, integrada desde 2023, foi a participação dos boizinhos e vaquinhas de carnaval, recriados seguindo os mesmos moldes do passado, confeccionados artesanalmente pela família Inocêncio, gerações do mestre 'José Inocêncio', saudoso sambista do Baguá.

A Prefeitura de Cosmópolis, por meio das suas secretarias municipais, agradece aos apoiadores culturais, comerciantes e foliões pela realização de mais um 'CarnaMagia', firmando como um dos maiores eventos familiares da região.

Assessoria de Comunicação da Prefeitura Municipal de Cosmópolis



CARNAVAL 2024

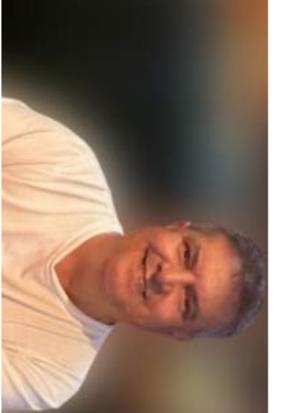
Foi realizado, no último fim de semana, o carnaval do Cosmopolitano Futebol Clube. Foram três dias de folia, contando com um baile noturno na segunda-feira (12) e duas matines estendidas no domingo (11) e na terça-feira (13). O baile noturno contou com a participação especial da bateria da Ala Show da Gaviões da Fiel, enquanto a banda Bang Bang ficou responsável por animar as matinês. O evento foi aberto para sócios e não-sócios.

A galeria completa de fotos, que foram clicadas por 'Fegadoli Foto e Filme', pode ser vista no site da TV Jaguari. Acesse www.tvjaguari.com.br.

Atuante em:
- Causas sociais,
- Eventos esportivos,
- Eventos culturais,
- Segurança pública.

@comendadorcarlosduo

COMENDADOR CARLOS DUÓ



COMENDADOR CARLOS DUÓ

@comendadorcarlosduo

Atuante em:
- Causas sociais,
- Eventos esportivos,
- Eventos culturais,
- Segurança pública.

CARNAVAL 2024

fegadolli
FOTO E FILME



CASA DE BATERIAS MAXIMUS

TROQUE A BATERIA DO SEU VEÍCULO SEM SAIR DE CASA

(19) 3882-2853 (99) 9797-5121 (97) 147-5689

Atendimento de Qualidade

Rua Campinas, 824 - Bela Vista - Cosmópolis - SP

REDE TEC-LUB 4 IRMÃOS

TROCA DE ÓLEO EXPRESS

19 3204-8959/ 98353-1344

R. Marcelo Lugli, 259
Bela Vista IV - Cosmópolis



ESPAÇO GAIA

Aulas de ballet, Jazz, Hip-hop, Dança do ventre, Tecido. Ballet adaptado Adulto e infantil.

(19) 99146-3201

Avenida Marginal, 825 - Jd. de Fávéri Cosmópolis - SP

CHAVEIRO ROBERTO

Abertura de auto - residência
Troca de segredo em geral
Fechaduras para residência
Tudo sobre o ramo de chaveiro

Atende em domicílio

99380-0609
98194-2820

R. ZACHARIAS DE QUEIROZ NABÃO, 101



Baccarin Seguros

Baccarin Corretora de Seguros

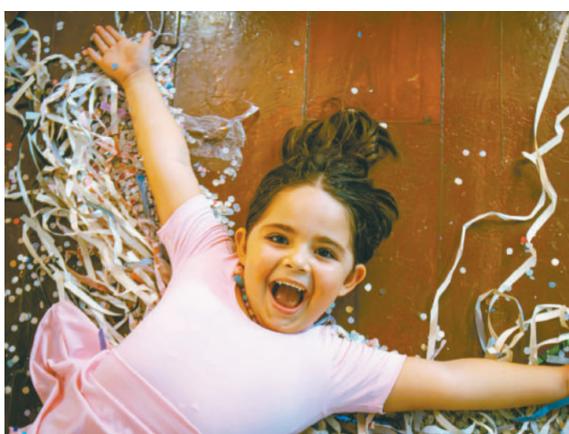
Seguro:

- Empresarial
- Residencial
- Veículo
- Vida
- Saúde
- Consórcio
- Financiamento

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



SIS - Sistema Integrado de Saúde
R. Dr Moacir do Amaral, 131 - Bela Vista
Telefone: (19) 3812-2444



COSMOPOLITANO FUTEBOL CLUBE

F. 19 3872-1917

Bomba's Bar

F. 3812-3124
Rua Campinas, 826



A.J. Carbinatti BATERIAS

MOURA

F. 19 3872.2967
R. CAMPINAS, 1291
CHÁCARA HORIZONTE
COSMÓPOLIS - SP

AZEVEDO'S CAR AUTO CENTER

Reparo de módulo de injeção
Suspensão
Freio
Motor
Injeção Eletrônica

3872-4249
R. Gustavo Eprecht, 386



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

J.W. COUTINHO

19 3872-1152/ 3872-7312
97159-6064

R. Santo Rizzo, 738
www.jwmoveis.com.br
E-mail: jw_moveis@hotmail.com

AUTO LANCHES KEROKERO
SUPLEMENTO O MELHOR

3872-5340

Antonio Carlos Nogueira, 1613
Cosmópolis / SP

CARNAVAL 2024

STUDIO DIEGO TETZNER
 Beleza Bem-estar
 F. 3800-4644 | 98114-0353
 Rua Ataliba de Carvalho 815



ZERO GRAU
 DISTRIBUIDORA DE BEBIDAS
DISQUE BEBIDAS F. 3812.5427
 Monte Castelo, 1193
 Vila Cosmopolita - Cosmópolis

Kozo Deco
 pisos e acabamentos
 19 99494-3555
 Mais de 350 modelos e 67.000 m em estoque
PISOS E ACABAMENTOS
 19 99494-3535
 Av. da Saudade, 3077
 Parque das Laranjeiras



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

Serralheria Neves
 Venda e instalação de ferro de PVC
 Portões Eletrônicos
 Corrimãos e estruturas metálicas
 Serralheria em geral
Fones: 3812-2106 99659-0957
 Rua Santo Rizzo, 864 - Vila Kalil



LAVA RÁPIDO LIGEIRINHO
 F. 97405-2213
 Baroneza Geraldo de Rezende, 282
 Centro - Cosmópolis - SP

Célia Modas
 TAMANHOS DO 36 AO 54
 19 98289-0638
 R. João Aranha, 822 - Centro



Cosmodent
 CL. 11.496
 o sorriso é natural em pessoas bem tratadas
Dr. João B. C. Dias
 Odonto estética e prótese
 CROSP 58.108
Dra. Leticia P. Pereira
 Odontopediatra
 Ortopedia e Ortodontia
 CROSP 55.918
3872-5662
 Santa Gertrudes, 435 - (Esquina do Gepan)

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



Sonho das Neivas
 Aluguel e venda de roupas para festas
 Rua XV de Novembro, 51 - Centro
 Artur Nogueira
 F. 3877-1579

MARTELIHO
 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



Tatiane Salvador
 CLÍNICA GERAL E ENDODONTIA
 CRO/SP 94048
 (19) 3872-6119
 Rua Coetano Achilles Avancini, 436
 Vila Kalil, Cosmópolis/SP

Imposto de Renda 2024
 Pessoa Física
 Dorival Carlos Tetzner
 dorivalcarlos3011@gmail.com
F. 19 3812-2490 95 99166-0267
 Rua Otto Herbst nº 627 - fundos
 Vila Damiano (ao lado do Enxuto)

A Gazeta de Cosmópolis também está no Instagram

 Siga-nos
 GAZETA de COSMÓPOLIS
TV JAGUARI