

GAZETA de COSMÓPOLIS

ANO XXV - Nº 2252 - Desde 1995 COSMÓPOLIS, SEXTA-FEIRA, 31 DE JANEIRO DE 2025 CONCLUÍDA EM 30/01/2025, ÀS 22h00 DISTRIBUIÇÃO GRATUITA - 12 PÁGINAS

A Executiva abre 90 vagas de emprego em entrevista aberta no CRTC de Cosmópolis Pág. 11

Foto: UNICAMP



Ranking internacional coloca Unicamp entre as 150 melhores universidades do mundo

Unicamp ganhou destaque nas áreas de Ciências Sociais e Educação, de acordo com ranking britânico Pág. 4

Foto: Calendarr



Intolerância religiosa no Brasil cresceu mais de 80%, diz estudo

Religiões de matriz africana, como umbanda e candomblé, enfrentaram crescimento significativo nas agressões Pág. 12

Cidade

Cosmópolis cria Secretaria de Governo e Relações Institucionais

A nova pasta busca fortalecer a articulação política e captação de recursos para o município

Ocorrência

Fiscalizações da EMTU apreenderam 11 veículos irregulares em 2024

Operações contra o transporte não autorizado e clandestino

Saúde

Volta às aulas exige avaliação oftalmológica de crianças e adolescentes

Dificuldades no desempenho escolar podem ser sinais de problemas de visão

Ser Mulher

Mulheres tem escolhido ter filhos mais tarde

Estudo do IBGE revela aumento de 63% nas gestantes entre 35 e 39 anos

Felisbino planeja infraestrutura e habitação em seu segundo mandato

Prefeito fala sobre as dificuldades enfrentadas, avanços, conquistas e planos



Prefeito reeleito Junior Felisbino compartilha planos para o futuro de Cosmópolis em entrevista.

Foto: PMC Pág. 12

Cosmópolis recebe repasse de R\$373,3 mil do estado para combate à dengue



Foto: PMC

Pág. 3

Doação de sangue acontece nesta sexta-feira (31)



Foto: PMC

Pág. 5

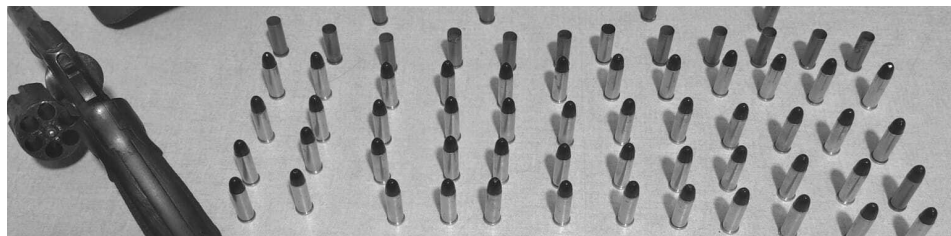
Ocorrências

FLAGRANTE

Homem é preso em flagrante após disparos com arma de fogo

Revólver, munições e disparos para o alto levaram o suspeito a prisão

Foto: Guarda Municipal



A Guarda Municipal de Cosmópolis apreendeu um homem em flagrante por posse ilegal de arma de fogo e disparos em via pública, na Estrada Municipal, no sábado (25). Após denúncia de disparos, as equipes, com apoio da VTR Inspetoria, foram até a residência indicada, onde o mora-

dor permitiu a entrada dos agentes. Durante as buscas, foi encontrado um revólver calibre 38 com seis munições, além de 16 munições deflagradas e 42 intactas. O homem confessou ter efetuado disparos para o alto. Ele foi encaminhado ao plantão policial, onde a prisão em flagrante foi decretada.

ALERTA

Defesa Civil alerta para temporais em Cosmópolis

Chuva intensa pode causar alagamentos, ventos fortes e quedas de granizo

A Defesa Civil alerta para tempestades moderadas a fortes em Cosmópolis e todo o estado de São Paulo até domingo (2). O mau tempo pode trazer chuvas intensas, raios, ventos fortes e granizo, aumentando os riscos de alagamentos, enxurradas e deslizamentos. A instabilidade é causada por um canal de umidade sobre a região Sudeste, intensificando as chuvas a partir desta sexta-feira (31). A recomendação é evitar áreas de risco e permanecer em lugares seguros. Em emergências, acione a Defesa Civil (199), Bombeiros (193) ou

Polícia (190). O alerta segue até segunda-feira (3).



Foto: Internet

QUEDA

Árvore de 12 metros cai após sessão extraordinária

Defesa Civil foi acionada para remoção; não houve feridos nem danos materiais

Uma árvore de aproximadamente 12 metros caiu nas proximidades do estacionamento da Câmara Municipal de Cosmópolis no fim da tarde desta terça-feira (28). O incidente ocorreu logo após o término da sessão extraordinária. A Defesa Civil foi acionada para realizar a remoção completa da árvore, incluindo suas raízes, garantindo a segurança da área. Ninguém ficou ferido, e não houve danos a veículos ou prédios públicos.



Foto: Defesa Civil

IRREGULARIDADE

Fiscalizações da EMTU apreenderam 11 veículos irregulares em Cosmópolis em 2024

Operações contra o transporte não autorizado e clandestino de passageiros aconteceram em toda a RMC ao longo do último ano

Entre janeiro e dezembro de 2024, a EMTU, em parceria com a Polícia Militar de São Paulo, realizou 304 operações contra o transporte coletivo irregular na região de Campinas, com 11 veículos apreendidos em Cosmópolis. As ações visam garantir mais segurança e qualidade ao sistema, combatendo o transporte clandestino. Na Região Metropolitana de Campi-

nas, 155 fiscalizações resultaram em 8.708 veículos averiguados e 131 apreendidos. A EMTU também realizou 2.917 operações em cinco regiões metropolitanas, com 29.440 abordagens e 835 apreensões. Veículos autorizados são inspecionados periodicamente, garantindo segurança e conforto aos passageiros.



Foto: EMTU

GAZETA de
COSMÓPOLIS
TV JAGUARI

Fundação: 26/02/95
Redação e Anúncios
Rua Campinas, 484, Jardim Bela Vista
Cosmópolis – SP
CEP 13150-580
TELEFONE e WHATSAPP:
(19) 99992-1007

Circulação:
Cosmópolis

Horário:
Segunda a Sexta, das 10h às 18h.
Periodicidade: Semanal

ASSESSORIA, EDITORIA, REVISÃO E
JORNALISTA RESPONSÁVEL
Uzze Publicidade Produções Ltda.

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

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

Cidade

Investimento

Cosmópolis recebe repasse de R\$ 373,3 mil do estado para combate à dengue

Repasse para a Região de Campinas é de R\$ 25,5 milhões

Cosmópolis foi contemplada com R\$ 373,3 mil do repasse de R\$ 25,5 milhões que o governo estadual destinou à região de Campinas para intensificar o combate à dengue. O recurso faz parte do Incentivo à Gestão Municipal (IGM) do SUS, voltado ao enfrentamento de arboviroses urbanas. Com o avanço do sorotipo 3 da dengue, a cidade está em alerta e intensifica medidas preventivas, como orientações à população e reforço em unidades de saúde. Febre alta, dores no corpo e man-

chas vermelhas são os principais sintomas. Ao identificá-los, moradores devem buscar atendimento médico imediatamente. Além de Cosmópolis, cidades como Artur Nogueira (R\$ 562,4 mil), Paulínia (R\$ 572,5 mil), Campinas (R\$ 6,1 milhões) e Holambra (R\$ 78 mil) também foram contempladas com o repasse estadual. Os recursos visam reforçar as ações de combate à dengue e mitigar os impactos da circulação do sorotipo 3 na região.



Foto: PMC

Segurança

Cidade oficializa curso para novos Guardas Municipais

Cerimônia marcou o início da formação de 34 agentes, com 750 horas de capacitação para reforçar a segurança pública em Cosmópolis



A Prefeitura de Cosmópolis realizou a cerimônia de oficialização do Curso de Formação para 34 novos Guardas Municipais, no Auditório 15 de Outubro, da Escola Educador Paulo Freire, na última sexta-feira (24).

O evento contou com a presença do Prefeito Junior Felisbino, da Primeira-Dama Isabel Teixeira Felisbino, da Secretária de Segurança Pública, Lilian Sant'Anna, e autoridades locais. O curso, com mais de 750 horas, pre-

para 31 homens e 3 mulheres para reforçar a segurança pública, abordando legislação, técnicas operacionais, defesa pessoal e controle de distúrbios civis, garantindo agentes bem treinados para atuar em Cosmópolis.

Política

Cosmópolis cria Secretaria de Governo e Relações Institucionais

A nova pasta busca fortalecer a articulação política e captação de recursos para o município



Foto: TV Jaguari

A Prefeitura de Cosmópolis anunciou a criação da Secretaria Municipal de Governo e Relações Institucionais, formalizada pela Lei nº 4.507, de 12 de dezembro de 2024. A Câmara aprovou o projeto em sessão extraordinária nesta terça-feira (28), garantindo a operação imediata da pasta, que será comandada pelo ex-vereador Elcio Amâncio. A nova secretaria tem como objetivo

fortalecer laços com os governos estadual, federal e municipal, além de integrar políticas públicas na Região Metropolitana de Campinas. Suas funções incluem a captação de recursos, a representação do município e a articulação de projetos estratégicos. Dois vereadores se opuseram ao projeto, alegando falta de prioridade e questionando seu impacto financeiro.

MUITO PRAZER

Somos a  casa·vecchia cafeteria



Rua 7 de setembro 578 - Centro

(19) 99644-9946

Venha nos visitar e conhecer os cafés incríveis que trabalhamos e provar nossos lanches, toasts, bolos e doces diversos

Não gosta de café????

Aqui também é seu lugar, temos opções de bebidas sem café

@casavecchiacafeteria

Região Metropolitana de Campinas

Alerta

Americana confirma segunda morte por dengue na região de Campinas

Vítima é um homem, de 41 anos, que contraiu o sorotipo 2 da doença. Óbito aconteceu no dia 12 de janeiro

A Prefeitura de Americana (SP) confirmou a segunda morte por dengue na região de Campinas em 2025. A vítima, um homem de 41 anos com hipertensão arterial, contraiu o sorotipo 2 da doença. Ele foi internado em 4 de janeiro, após apresentar sintomas como febre, dor muscular e sangramento gengival. O homem relatou que os sintomas começaram cinco dias antes da internação. Apesar do atendimento, ele faleceu em 12 de

janeiro. A primeira morte do ano foi registrada em Amparo (SP), no mesmo dia 4, e envolveu uma mulher de 46 anos. A estância turística decretou emergência devido ao aumento de casos, registrando um surto nos primeiros dias do ano. O decreto permite ações emergenciais, como a compra de insumos e a contratação de serviços sem licitação, para intensificar o combate ao mosquito *Aedes aegypti*, transmissor da doença.



Foto: Carlos Bassan/ Prefeitura de Campinas

Avanço

CPFL investirá mais de R\$ 1,2 bilhão em medidores de energia inteligentes

Companhia investirá na compra e instalação de medidores inteligentes, que substituirão os modelos atuais

OBNDES aprovou R\$ 800 milhões para a modernização de medidores de energia em três concessionárias da CPFL, incluindo a CPFL Paulista, que atende Cosmópolis e outros 233 municípios de São Paulo. Com o investimento total de R\$ 1,2 bilhão, os medidores inteligentes substituirão os modelos atuais entre 2025 e 2029, permitindo transmissão remota e em tempo real do consumo. A CPFL Paulista receberá R\$ 326,3 milhões para o projeto. Os novos medi-

dores trarão benefícios como redução de erros nas leituras, eliminação de deslocamentos e maior controle do consumo pelos clientes, ajudando na economia e no consumo consciente de energia elétrica.

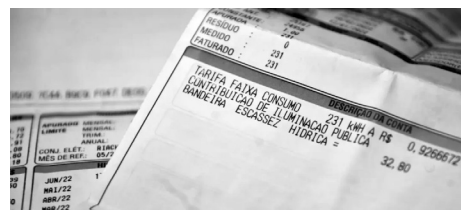


Foto: Marcello Casal Jr./Agência Brasil

Diversão

Servidores públicos e crianças têm entrada gratuita no Hopi Hari no mês de fevereiro

Crianças de até 12 anos e aniversariantes de fevereiro também podem visitar o parque temático sem custos até o final do mês

Durante todo o mês de fevereiro, servidores públicos municipais, estaduais e federais podem aproveitar a entrada gratuita no parque temático Hopi Hari. A promoção é válida de 1º a 28 de fevereiro, das 11h às 19h30, exceto no dia 16, quando o parque estará fechado para evento exclusivo. Para garantir o benefício, é preciso fazer cadastro no site e apresentar holerite e documento com foto no Balconi di Cidadanis. Além disso, crianças até 12

anos e aniversariantes de fevereiro também têm entrada gratuita, com comprovação de idade e data de nascimento.



Foto: Hopi Hari

Destaque

Ranking internacional coloca Unicamp entre as 150 melhores do mundo

Com relação ao ano passado, Unicamp ganhou destaque nas áreas de Ciências Sociais e Educação, de acordo com ranking britânico

A Unicamp (Universidade Estadual de Campinas) está entre as 150 melhores universidades do mundo em Artes e Humanidades e Educação, segundo o ranking THE World University Rankings by Subject 2025, divulgado nesta quarta-feira (22). A universidade ocupa a 126ª posição nessas áreas e manteve sua colocação em

outras seis. O ranking, elaborado pela consultoria britânica Times Higher Education (THE), avalia instituições globais com base em 18 indicadores divididos em cinco pilares, como ensino, pesquisa e impacto. Para o professor Renato Garcia, assessor da Pró-Reitoria, o resultado deve ser comemorado.



Foto: UNICAMP

Saúde

Aquecimento global

O impacto das mudanças climáticas na saúde humana

Alterações no clima intensificam problemas respiratórios, doenças infecciosas e agravam a saúde mental

As mudanças climáticas estão deixando marcas profundas na saúde global. O aumento de eventos extremos, como ondas de calor e enchentes, intensifica doenças respiratórias e cardiovasculares, especialmente em idosos e crianças. Segundo a OMS, entre 2030 e 2050, mudanças climáticas podem causar 250 mil mortes adicionais por ano, devido a desnutrição, malária, diarreia

e estresse térmico. Comunidades vulneráveis sofrem mais, agravando desigualdades. Também cresce o impacto na saúde mental, com traumas gerados por desastres naturais. Especialistas alertam que ações imediatas para mitigar o aquecimento global são essenciais para proteger a saúde pública e o futuro do planeta.



Foto: jcomp / Freepik

Fonte: Organização Mundial da Saúde (OMS)

Desempenho

Volta às aulas em 2025 exige avaliação oftalmológica de crianças e adolescentes

Especialista destaca que dificuldades no desempenho escolar podem ser sinais de problemas de visão

Com o fim das férias, além da compra de materiais, a avaliação oftalmológica deve ser prioridade. O Dr. Fernando Ramalho, do Oftalmos – Hospital de Olhos, alerta que dificuldades escolares podem indicar problemas de visão. "Os pais costumam associar baixo rendimento a mau comportamento, mas miopia, estrabismo, astigmatismo e hipermetropia podem interferir", explica. Muitas crianças não percebem a dificuldade para enxergar, tornando essencial a consulta oftalmológica antes do ano letivo. Sintomas como dor de cabeça e cansaço ao ler

são sinais de alerta. Detectar cedo garante melhor aprendizado e bem-estar.



Foto: Freepik

Descanso

Ciclos do sono: a chave para uma vida saudável

Entender as fases do sono e sua importância é essencial para melhorar a saúde física e mental

O sono é dividido em ciclos que alternam entre as fases REM (movimento rápido dos olhos) e não REM, cada uma desempenhando funções cruciais. Durante o sono não REM, o corpo se recupera fisicamente, enquanto a fase REM é responsável pela consolidação da memória e pela regulação emocional. Cada ciclo dura cerca de 90 minutos e se repete de 4 a 6 vezes por noite. Quando esses ciclos são interrompidos, surgem consequências como dificuldade de concentração, irritabilidade e maior risco de doenças crônicas, incluindo hipertensão e diabetes. Além disso, es-

tudos mostram que um sono de qualidade fortalece o sistema imunológico e melhora a produtividade. Para garantir benefícios à saúde, especialistas recomendam de 7 a 9 horas de sono por noite, priorizando um ambiente tranquilo e uma rotina consistente.



Foto: Freepik Fonte: National Sleep Foundation

Solidariedade

Primeira doação de sangue de 2025 acontece nesta sexta-feira (31)

A campanha acontecerá até as 12:00h, no salão social da Paróquia Nossa Senhora Aparecida; um simples gesto que pode salvar vidas

A primeira campanha de doação de sangue de 2025 em Cosmópolis acontece nesta sexta-feira (31), reunindo voluntários no salão social da Paróquia Nossa Senhora Aparecida. A ação é fruto da parceria entre a Prefeitura e o Hemocentro da Unicamp e contou com a participação dos novos guardas municipais, que aderiram à iniciativa para incentivar a população a doar. A campanha reforça a importância da doação para manter os estoques abastecidos e garantir atendimento a pacientes que necessitam de transfusão. O calendário anual prevê novas

coletas nos meses de março, maio, julho, setembro e novembro, ampliando as oportunidades para que mais pessoas contribuam com esse ato de solidariedade e ajudem a salvar vidas, atendendo a crescente demanda dos hospitais da região. Além disso, a organização destaca que doar sangue é um processo seguro e rápido, que pode ser feito a cada dois meses para homens e a cada três meses para mulheres. Compareça ao local até as 12:00h para doar, e para mais informações, e datas da campanha, acesse as redes sociais da Secretaria de Saúde.



Fotos: PMC

Meu Pet

Meu Animal, meu xodó

Para participar mande mensagem no WhatsApp (19) 9992-1007. É gratuito!

Nome completo do dono:
Rayssa Barbosa.

Nome e idade do xodó:
Bob, 3 anos.

Há quanto tempo você tem o animal:
3 anos.

Como foi a escolha? Ele que nos escolheu, na véspera de Natal de 2021! Foi nosso presente!

Seu xodó é muito bagunceiro? Demais! Ele deixa vários brinquedos espalhados pela casa.

O que você mais gosta no seu animalzinho? Ele é muito companheiro e super social.

O que vocês fazem juntos? Brincadeiras, passeios e até dormi-

mos juntos.

Quantos animais você tem em casa? Dois.

Qual é o prato predileto do seu xodó? Ele é fanático por bananas.

Qual punição você acha justa para as pessoas que maltratam animais? Passar um dia inteiro na pele do animal que maltrataram.

Conte um momento marcante entre vocês? Quando ele conheceu uma cachoeira pela primeira vez.

Por que ter um animal de estimação em casa? Ter um pet é tipo ter um terapeuta grátis e uma fábrica de risadas ao mesmo tempo.



Foto: Arquivo Pessoal

Adote um!

Conheça alguns dos animaizinhos que estão disponíveis para adoção

Essa ação beneficia ambas as partes, tanto o bichinho como o tutor, que tal levar um amigo para casa?



MACHO - CASTRADO



MACHO - CASTRADO



MACHO - CASTRADO



MACHO - 3 MESES

Os cachorrinhos das fotos acima estarão disponíveis na feira de adoção da 'Mudando Destinos' neste sábado (01), que acontecerá na Rua Dr. Campos Sales. Leve seu RG e comprovante de residência. Você pode entrar em contato com os responsáveis pelo Facebook: Mudando Destinos. Ao adotar um animal, você está fazendo a diferença. Além de proporcionar

um lar amoroso para um ser necessitado, você também se torna parte de um movimento maior, promovendo a conscientização sobre a importância da adoção responsável e incentivando outras pessoas a seguirem o mesmo caminho. Os animais de estimação podem ajudar a combater a depressão e a solidão, além de diminuir o estresse.

Comportamento

Companheirismo entre pets melhora bem-estar de animais que ficam sozinhos

Ter um segundo animalzinho pode reduzir o estresse e a solidão de pets que passam muitas horas sozinhos em casa

Pets que ficam longos períodos sozinhos em casa podem apresentar sinais de ansiedade, tédio e até mesmo comportamentos destrutivos. Adotar um segundo animal como companhia pode ser uma solução para proporcionar mais interação e conforto. “Ter um companheiro ajuda a reduzir o estresse, estimula a socialização e torna o ambiente

mais saudável para os pets”, explica a médica veterinária Vitória Idalgo. No entanto, ela reforça que é importante considerar a compatibilidade entre as espécies, temperamentos e o espaço disponível em casa. Com a introdução adequada, a convivência entre dois pets fortalece o vínculo emocional e promove uma rotina mais feliz e equilibrada.



Foto: Freepik

Treinamento

Vacinação pet: protegendo a saúde e segurança do seu melhor amigo

Manter o calendário vacinal em dia é fundamental para prevenir doenças graves e garantir o bem-estar dos animais



Foto: Freepik

A vacinação é uma das principais formas de proteger cães e gatos contra doenças graves, como cinomose, parvovirose e raiva. Além de preservar a saúde dos pets, ela também contribui para a segurança de outros animais e humanos. “As vacinas são indispensáveis para prevenir enfermidades que podem ser fatais ou causar sérias complica-

ções”, explica a médica veterinária Vitória Idalgo. Especialistas recomendam iniciar a imunização ainda filhotes, com reforços anuais conforme o calendário indicado pelo veterinário. A prática não só aumenta a longevidade dos animais, mas também evita surtos de zoonoses, protegendo toda a comunidade.

Nacional

Redes sociais

Pesquisadores dizem que decisões da Meta ameaçam liberdade no Brasil

Especialistas denunciam falhas nas novas diretrizes da Meta, empresa controladora do Facebook, Instagram e WhatsApp

Em audiência pública em Brasília, pesquisadores e membros da sociedade civil criticaram as novas políticas da Meta, que afrouxaram a moderação de conteúdo e permitiram publicações preconceituosas. A professora Rose Marie Santini, da UFRJ, apontou que as mudanças nas políticas de checagem e moderação representam uma ameaça à sociedade. Ela criticou a falta de transparência dos algoritmos que definem quais vozes serão silenciadas. A professora Beatriz Kira, da Universidade de Sussex, alertou para a disseminação de conteúdos sexistas e misóginos, enquanto Pedro Hartung, do Instituto Alana, defendeu maior proteção às crianças na internet. Victor De Wolf, da ABGLT, destacou a violência contra a

comunidade LGBT e a permissão de conteúdos discriminatórios, o que agrava as violências contra este grupo.



Foto e fonte: Agência Brasil

Preconceito

Intolerância religiosa no Brasil cresceu mais de 80%, diz estudo

Religiões de matriz africana, como umbanda e candomblé, enfrentaram crescimento significativo nas agressões

O Brasil registrou 3.853 violações por intolerância religiosa em 2024, um aumento de mais de 80% em relação a 2023, que teve 2.128 casos, segundo o Disque100. São Paulo lidera com 919 ocorrências, seguido por Rio de Janeiro (764) e Bahia (223). As religiões de matriz africana, como umbanda e candomblé,

tiveram aumento significativo. O candomblé passou de 58 para 214 casos, e a umbanda de 84 para 234. Os evangélicos também apresentaram aumento, com 111 violações. Em 2025, já são 178 casos registrados, com destaque para SP (60), Rio de Janeiro (21) e Bahia (19).



Fonte: CNN Brasil

Foto: Calendarr

PROGRAMAÇÃO GRATUITA 01 A 15 SETEMBRO

OMBELA: A ORIGEM DAS CHUVAS
Contaçon de História
Quinta, às 15h

06
fev

HOJE TEM FESTA NO CÉU
Espetáculo Teatral
Sexta, às 15h

07
fev

INVESTIGANDO E DEDICANDO POEMAS
Oficina Literária
12 DE FEVEREIRO
Quarta, às 15h



ESTAÇÃO SESI DE CULTURA DE COSMÓPOLIS

13
fev

PERSONALIZAÇÃO DE CADERNOS
Oficina (trazer o próprio caderno)
Quinta, às 15h



CAFÉ, POEMAS E CANÇÕES
Sarau – Microfone aberto para recital
14 DE FEVEREIRO
Sexta, às 19h

15
fev

IV TORNEIO DE TÊNIS DE MESA
*Crianças a partir de 11 anos

11h – Inscrições presenciais
13h – Abertura do Torneio
15h30 – Premiação Geral

Ser Mulher

Contraceptivos

Escolhendo o melhor anticoncepcional: eficácia, segurança e outros benefícios

Descubra como os anticoncepcionais podem melhorar sua saúde e qualidade de vida



Escolher um método anticoncepcional não é só sobre evitar gravidez, mas também sobre saúde e praticidade. Se você busca um método anticoncepcional confiável, é importante conhecer as opções mais seguras. O DIU de cobre e o DIU hormonal têm taxa de falha de apenas 0,1%, enquanto o implante hormonal, um pequeno bastão inseri-



do sob a pele do braço, tem uma taxa de falha ainda menor, de 0,05%, tendo uma eficácia ligeiramente maior do que a laqueadura (esterilização feminina). Entretanto, a laqueadura é considerada definitiva e o implante dura até três anos e pode ser removido a qualquer momento. A pílula anticoncepcional é eficaz em 99,9%, mas precisa ser to-



Fotos: Freepik e Internet

mada corretamente todos os dias. Já a camisinha, essencial para prevenir ISTs, pode falhar entre 8% e 20% se não for usada direito. Cada método tem seus prós e contras, e a escolha deve ser feita com orientação médica para encontrar o método ideal para você e garantir mais segurança e bem-estar.

Autoconhecimento

Como realizar o autoexame de mama e identificar sinais de alerta

Entenda a importância de conhecer seu corpo e como isso pode ajudar na detecção precoce do câncer de mama



Fotos: Freepik



O autoexame de mama é uma técnica simples de observação e toque que ajuda a identificar mudanças nas mamas, como caroços ou alterações na forma e na pele. Para realizá-lo, observe suas mamas em frente ao espelho e, depois, com os braços

levantados, apalpe-as com as pontas dos dedos, em movimentos circulares, do centro para as extremidades. O exame deve ser feito cinco dias após a menstruação, enquanto as mulheres que já passaram pela menopausa podem realizá-lo a qualquer momento.

Embora seja essencial para perceber alterações, o autoexame não substitui a mamografia, que é fundamental para o diagnóstico precoce. Detectar mudanças cedo aumenta as chances de um tratamento eficaz.

Tempos modernos

Mulheres tem escolhido ter filhos mais tarde para priorizar carreira e realizações pessoais

Estudo do IBGE revela aumento de 63% nas gestantes entre 35 e 39 anos; enquanto a taxa de gestantes de até 19 anos caiu 23%

A proporção de mulheres que engravidam mais tarde no Brasil aumentou nas últimas décadas. Um estudo do IBGE, de 2021, revelou um aumento de 63% na taxa de gestantes entre 35 e 39 anos, enquanto a taxa de nascimentos entre mães de até 19 anos caiu 23%. Esse adiamento da maternidade está relacionado ao foco nas carreiras, busca por estabilidade financeira e à mudança no padrão de casamento, que ocorre mais tarde. Contudo, a gravidez após os 35 anos está associada

a riscos como hipertensão, diabete gestacional, anormalidades cromossômicas, como a síndrome de Down, e parto prematuro. O planejamento reprodutivo, que inclui exames de reserva ovariana e cuidados com a saúde, é essencial para reduzir esses riscos e garantir uma gestação saudável. A orientação médica sobre a preservação dos óvulos e a escolha do momento certo para engravidar são fundamentais para as mulheres que optam por "adiar" a maternidade.



Foto: Freepik

Caderno de Jesus

Mensagem da Semana

O Deus da multiplicação

Quando confiamos no Senhor, Ele supre nossas necessidades e transforma o impossível em realidade

A viúva que buscou Eliseu estava aflita, mas confiou em Deus. Quando enfrentamos desafios e recorremos ao Senhor, Ele age de forma sobrenatural, suprimindo nossas necessidades. Sua misericórdia se renova a cada manhã (Sl 57.2), e Ele pode fazer infinitamente mais do que pedimos (Ef 3.20). Nem sempre nossos planos se cumprem como queremos, mas devemos permanecer firmes em Seus caminhos, confiando em Sua direção. Deus tem prazer em nos encher de paz e alegria. Quem caminha com Cristo, guarda Seus mandamentos e permanece em Seu amor tem a certeza da vitória, pois Ele é poderoso para transformar o impossível em realidade e continua sendo o mesmo ontem, hoje e sempre (Hb 13.8).



Pastor Gessivaldo

Mensagem da Semana

O convite que transforma

Jesus nos chama a segui-Lo, e Sua vida é o maior exemplo de amor, empatia e perdão. Você já considerou aceitar esse chamado?

Ao longo da vida, recebemos inúmeros convites e, com a maturidade, aprendemos a avaliá-los com mais critério. Pesamos custos, tempo e princípios antes de decidir. Mas há um convite especial: o de Jesus. Ele nos ensinou a amar, perdoar e ajudar o próximo. Segui-Lo significa aprender com Ele e viver conforme Seus ensinamentos. Quem melhor para nos guiar do que aquele que foi o maior exemplo? Jesus disse: "Vinde após mim" (Mc 1:17). Você já pensou em aceitar esse chamado? Reflita e, se desejar, fale com Ele em oração. Que Deus te abençoe e te fortaleça nessa caminhada!



Pastor Sival

Palavra

Versículo Semanal: o poder do amigo que se faz irmão nas dificuldades

Provérbios 17:17 "Em todo tempo ama o amigo e na angústia se faz o irmão"

O versículo de Provérbios 17:17, "Em todo tempo ama o amigo e na angústia se faz o irmão", nos ensina sobre a profundidade da amizade genuína. O verdadeiro amigo é aquele que, além de estar presente nos momentos felizes, se mantém ao nosso lado nas dificuldades, oferecendo apoio e conforto. Esse amor incondicional reflete a ideia de que, na dor e no sofrimento, as relações mais fortes se revelam. O versículo também destaca a importância de construir amizades sólidas, que vão além das circunstâncias, sendo uma base sólida de suporte nos momentos mais desafiadores da vida.



Foto: Freepik

Falecimentos

24/01/25 - Benir Marson, 80 anos

25/01/25 - Liberato Cunha, 86 anos

26/01/25 - Pedro Antônio dos Santos, 81 anos

27/01/25 - Jair Antonio Gallo, 75 anos

27/01/25 - Suellen Maciel Rufino, 41 anos

28/01/25 - João Carlos Couto, 75 anos

29/01/25 - Marcos Antonio R. Abranche, 74 anos

29/01/25 - José da Rocha, 73 anos

29/01/25 - Edvaldo Luiz da Silva, 66 anos

Entretenimento

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Evento cinematográfico da Serra Gaúcha	Capital constitucional da Bolívia	Tipo de cantil rústico	Slogan de campanhas educativas do trânsito
		A mais lacônica das respostas	Ainda, em espanhol
Parceria comercial			
Lente (?): corrige a miopia (Oftalm.)	Programa danoso ao computador	Designação popular da "garganta" (Anat.)	Sensação causada pela monotonia
		O "turista" de Aparecida (SP)	
O outro membro em um casal	Ozzy Osbourne, cantor de rock		Elaine Bast, jornalista brasileira
			Tecnologia da Informação (abrev.)
(?)-ray, o sucessor do DVD			Átomo em desequilíbrio elétrico
Desmancha tecido para franjá-lo	"(?) babal", expressão indiana	O da Libertadores em 2023 foi o Fluminense	Ácido do código genético (sigla)
			Ideia (?): pensamento constante
Mistura de cereais		Mente, em inglês	
Arte, em inglês		O mais pobre dos hemisférios terrestres (abrev.)	
			Nesse lugar
		Extensão do arquivo do Word (Inform.)	Porta, em inglês
Leoa, loba e cadela	Oberdan Júnior, dublador carioca	(?)-de-moça, variedade de pimenta	Déjà (?): que se tornou banal (fig.)
Fundou a 1ª faculdade do Brasil (1808)			
Fonte do tofu			
		Ave de rapina que simboliza a sabedoria	

BANCO 2/vu. 3/are — art — aün. 4/door — mind. 5/sucre. 10/divergente.

39

SUDOKU

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Exemplo

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

1 Preencha os espaços em branco com algarismos de 1 a 9, de modo que cada número apareça apenas uma vez na linha.

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

2 O mesmo deve acontecer em cada coluna. Nenhum número pode ser repetido, e todos os números de 1 a 9 se encontram presentes.

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

3 Nos quadrados menores (3x3), a regra é a mesma: aparecem números de 1 a 9, mas nenhum se repete.

A

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

B

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

3

#FaçaCoquetel

Assine e receba no conforto da sua casa!

www.assinecoquetel.com.br



Acesse nosso site!

COQUETEL

@coquetel | @editoracoquetel

Solução

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

#FaçaCoquetel

Assine e receba no conforto da sua casa!

www.assinecoquetel.com.br



Acesse nosso site!

COQUETEL

@coquetel | @editoracoquetel

Solução

A

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

B

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

Classificados

Oportunidade

A Executiva abre 90 vagas de emprego em entrevista aberta nesta sexta-feira

Entrevista de emprego será aberto no Centro de Referência do Trabalhador de Cosmópolis (CRTC)



Foto: PMC

A empresa A Executiva promoverá, nesta sexta-feira (31), às 9h, uma entrevista aberta no Centro de Referência do Trabalhador de Cosmópolis (CRTC) para preencher 90 vagas de emprego em Paulínia. As vagas são destinadas a moradores de Cosmópolis cadastrados no CRTC, com oportunidades para homens e mulheres acima de 18

anos e alfabetizados. As oportunidades incluem 80 vagas para ajudante de produção, sem experiência prévia exigida, e 10 vagas para costureiro(a), com seis meses de experiência. Os interessados devem comparecer ao CRTC com documentos originais e currículo impresso. O CRTC está localizado na Rua Otto Herbst, nº 65, Centro.

Aprendizado

Curso gratuito de cuidador de idosos abre inscrições em Cosmópolis

Capacitação oferecida pelo Fundo Social de Solidariedade ocorre na EMEP Milton Frungillo e aceita inscrições online



Foto: PMC

O Fundo Social de Solidariedade de Cosmópolis abriu inscrições para o curso gratuito de cuidador de idosos. A capacitação acontece na EMEP Milton Frungillo e também permite inscrições online pelo site cursosfussp.sp.gov.br. Para participar, é necessário ter pelo

menos 18 anos e apresentar CPF, RG e comprovante de endereço. O curso faz parte do programa de qualificação profissional do Fundo Social de São Paulo, proporcionando novas oportunidades no mercado de trabalho.

Concurso

Unicamp abre concursos públicos para oito vagas de nível superior

A Universidade disponibiliza oportunidades para profissionais de diversas áreas, com salários de até R\$ 9.250,17

A Universidade de Campinas (Unicamp) divulgou a abertura de três editais de concurso público para preenchimento de oito vagas em cargos de nível superior. As vagas são para Profissional de Apoio Administrativo - Analista de Recursos Humanos (seis vagas), Profissional de Apoio Universitário - Engenheiro Eletricista (uma vaga) e Médico Neurologista (uma vaga). Os aprovados terão carga horária entre 24 e 40 horas semanais, com salários de R\$ 8.809,68 a R\$ 9.250,17. As inscrições ocorrem de 3 de fevereiro a 10 de março, até 23h59, exclusivamente pelo site da Unicamp. A taxa é de R\$ 200. Os candidatos passarão por prova objetiva, conforme descrito no edital. O concurso tem validade de dois anos, prorrogável por igual período, a critério da Universidade.



Foto: Katemangostar/ Freepik

CRTC

Centro de Referência do Trabalhador de Cosmópolis

Auxiliar De Limpeza Ambos Os Sexos (01 Vaga)
Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Manutenção Predial Masculino (01 Vaga)
Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Vendas Feminino (01 Vaga) - Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Operações Masculino (10 Vagas) - Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Produção Masculino (02 Vagas) - Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Motorista (01 Vaga)
Expira Dia 10/02/2025

Ajudante Geral Masculino (01 Vaga) Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Loja Ambos Os Sexos (02 Vagas) Expira Dia 10/02/2025

Ajudante De Carga E Descarga (02 Vagas) Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Torneiro Mecânico (02 Vagas) Expira Dia 10/02/2025

Ajudante De Pedreiro Masculino (15 Vagas) Expira Dia 10/02/2025

Ajudante De Obras (05 Vagas)
Expira Dia 10/02/2025

Ajudante De Obras (04 Vagas)
Expira Dia 10/02/2025

Almoxarife Masculino (01 Vaga)
Expira Dia 10/02/2025

Almoxarife Masculino (06 Vagas)
Expira Dia 10/02/2025

Assistente De Instalador De Redes Ambos Os Sexos (30 Vagas)
Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Produção (01 Vaga)
Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Lavanderia Masculino (01 Vaga) - Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Produção Feminino (01 Vaga) - Expira Dia 10/02/2025

Auxiliar De Produção - Usinagem (01 Vaga) - Expira Dia 10/02/2025

Política

Entrevista

Felisbino planeja infraestrutura e habitação em seu segundo mandato

Prefeito reeleito fala sobre as dificuldades enfrentadas, avanços, conquistas e planos para o futuro da cidade

Desde que assumiu a Prefeitura de Cosmópolis, Júnior Felisbino enfrentou grandes desafios, como uma dívida superior a 150 milhões de reais. "O primeiro desafio foi colocar a casa em ordem e trabalhar para que as dívidas do passado fossem negociadas", explica. A pandemia também impactou a gestão, exigindo foco na saúde. "Tivemos que priorizar a área da saúde no início do primeiro mandato", conta. Neste segundo mandato, Felisbino busca avanços estruturais. "A população nos escolheu para continuar nosso trabalho. Retomamos as obras da rodoviária, do posto de saúde do Betim

e da Avenida do Desenvolvimento", afirma. Outra prioridade é a infraestrutura hídrica. "Tratamos 30% do esgoto e queremos chegar a 100% até 2028. Estamos investindo em novos reservatórios e na captação de água", diz. A Prefeitura criou o Desenvolve Cosmópolis, capacitando mais de 5.000 pessoas e incentivando a chegada de novas empresas, gerando cerca de 800 empregos. Além disso, a cidade será beneficiada com 150 novas casas pelo programa Minha Casa Minha Vida. "Essa conquista é essencial para oferecer mais dignidade e qualidade de vida à nossa população", conclui Felisbino.



Foto: Arquivo pessoal

Esportes

Aulas gratuitas

Inscrições abertas para treinos de bicicross em Cosmópolis

Treinos são abertos para todas as idades e acontecem em diferentes horários na Pista de Bicicross do Ginásio Municipal

As aulas de bicicross voltaram no dia 6 de janeiro, oferecendo treinos gratuitos para todas as idades na Pista de Bicicross "Rodrigo Custódio da Silva", no Ginásio Municipal de Esportes. Com horários variados durante a semana – segundas, quartas e sextas, das 15h às 17h; terças e quintas, das 8h30

às 10h30 e das 19h às 21h – a iniciativa busca atender crianças, jovens e adultos. O objetivo é incentivar a prática esportiva, melhorar o condicionamento físico e formar novos atletas. As inscrições são feitas na pista, sem custo para os participantes.



Foto: PMC



O.C.T., ORGANIZAÇÃO CIDADÃOS TRANSFORMADORES
 OSCIP – Organização da Sociedade Civil de Interesse Público
 CNPJ: 04.995.794/0001 - 21 – Cosmópolis Estado de São Paulo
 CEP: 13.150.000 - (19) – 98609 – 8272

Edital de Convocação nº 01 - O.C.T., Organização Cidadãos Transformadores - 2025.

EDITAL DE COVOCAÇÃO DA O.C.T., ORGANIZAÇÃO CIDADÃOS TRANSFORMADORES.

A O.C.T., ORGANIZAÇÃO CIDADÃOS TRANSFORMADORES, neste ato representado por seu Exmo. Senhor Presidente - Márcio Roberto Batista, de acordo como estabelecido em suas normas e regras as quais lhe são conferidas no **Artigo. 21º) - Compete a Assembleia Geral Ordinária Iten. (C), também as quais lhe são conferidas no Artigo. 22º) - Compete a Assembleia Geral Extraordinária - Itens. – (II – III – VI), de seu Estatuto Social Vigente, convoca, todos seus associados e associados membros da O.C.T., Organização Cidadãos Transformadores, como também todos os novos candidatos convidados para a Assembleia Geral Extraordinária, que se realizará em 12 de fevereiro de 2025, com primeira chamada às 19hs, com a presença de 1/5 de seus associados e associados em dia com suas obrigações sociais e financeiras, como em segunda convocação às 19:30min, podendo deliberar validamente com qualquer número de seus associados e associados, conforme as suas disposições Estatutárias, sendo deliberado o seguinte ordem do dia:**

- A) Preenchimento das Vagas em Vacância, conforme Termo de Exoneração do Ministério da Justiça e Segurança Pública, complemento de vacância para a Diretoria e Conselhos da OSCIP;
- B) Alteração da Razão Social da O.C.T. Organização Cidadãos Transformadores, passando de, (Banco de Desenvolvimento e Crédito da O.C.T., Organização Cidadãos Transformadores, para O.C.T., Organização Cidadãos Transformadores);
- C) - Alteração de Endereço de Sede de Bauru SP, para a nova Sede em Cosmópolis SP;
- D) O novo Estatututo Social da O.C.T. Organização Cidadãos Transformadores.

A AGE, se realizará na Câmara Municipal de Cosmópolis, as 19hs, localizada na Rua Getúlio Vargas nº 500 – Centro - Cosmópolis, Estado de São Paulo, CEP: 13.150.000.

O deliberado na mesma obrigará a todos seus associados, ainda que ausentes ou discordantes.

Cosmópolis, Estado de São Paulo, 12 de fevereiro de 2025.

Márcio Roberto Batista

Presidente da O.C.T.