



Fundo Social de Paulínia envia doações a moradores de Rio Bonito, no Paraná

Ação solidária reúne roupas, colchões, mantas e mais de 100 travesseiros destinados a famílias afetadas por tornado

Pág. 06

Câmara de Paulínia aprova projetos de prevenção e combate à pedofilia e também políticas de proteção social

Projetos incluem ações educativas, criação da Sala Lilás e iniciativas nas áreas de saúde, cidadania e cultura

Pág. 06



RMC

Após prisão em operação da PF, Câmara de Hortolândia aprova licença sem pagamento de vice-prefeito

Afastamento é válido por prazo indeterminado e foi aprovado com 17 votos favoráveis. Cafu Cesar (PSB) já havia sido exonerado do cargo de secretário de Governo

NACIONAL

Em derrota do governo, Câmara aprova PL Antifacção sem mudanças pedidas

A Câmara dos Deputados aprovou o texto-base do projeto de lei antifacção enviado pelo governo Lula e relatado pelo deputado de oposição, Guilherme Derrite (PP-SP)

OPORTUNIDADE

Concurso do IBGE oferece mais de 9 mil vagas.

O prazo para inscrição é até às 23h59 do dia 11 de dezembro. A taxa de inscrição é de R\$ 38,50

OCORRÊNCIA

Duas pessoas morrem em acidente grave na Zeferino Vaz, em Campinas

Batida envolveu pedestre, picape e carreta; rodovia teve bloqueios durante a madrugada

SAÚDE

Câmara de Paulínia realiza palestras sobre saúde da mulher e do homem

Evento unificou ações do Outubro Rosa e Novembro Azul e reforçou a importância da prevenção

ESPORTE

Torneio SP Kart Rental no Kartódromo San Marino edição



No próximo dia 22 de novembro, Paulínia será o centro das atenções do kart rental nacional

Paulínia recebe secretário estadual e firma convênios para ampliar inclusão e acessibilidade

Os programas fazem parte das ações da Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência

Foto: PMP



A Prefeitura de Paulínia recebeu na manhã da quarta-feira (19), o secretário de Estado dos Direitos da Pes-

soa com Deficiência, Marcos da Costa, para a assinatura de convênios e apresentação de programas que irão fortalecer as políti-

cas de inclusão e acessibilidade no município.

O encontro aconteceu no Paço Municipal e contou com

a presença do prefeito Danilo Barros, autoridades locais, representantes de entidades e municípios interessados em

conhecer os novos projetos destinados às pessoas com deficiência.

Pág. 03

Portais iluminados e ações de prevenção à saúde do homem foram destacados no Novembro Azul em Paulínia pelo prefeito Danilo Barros

A ação representa não só valorização da cidade, mas também o compromisso da gestão com segurança, bem-estar e conscientização da população

Foto: PMP



Pág. 03

Prefeito Danilo Barros anuncia salto tecnológico com implantação do SEI e diz adeus à papelada na administração pública

O SEI começará a funcionar no primeiro trimestre de 2026

Foto: PMP



A Prefeitura de Paulínia está iniciando uma das maiores transformações administrativas dos últimos anos: a implantação do SEI – Serviço Eletrônico de Informações, sistema digital que substituirá processos e documentos

em papel por protocolos totalmente eletrônicos.

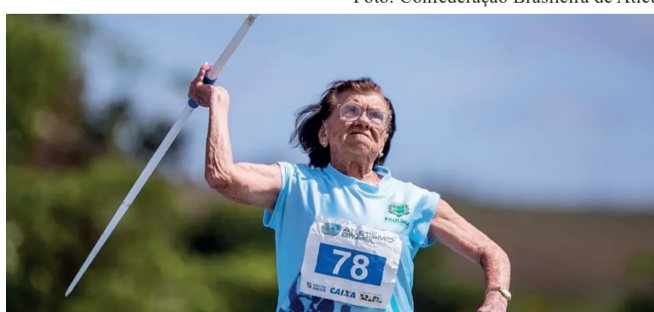
O anúncio foi feito pelo prefeito Danilo Barros, que destacou o compromisso da gestão com inovação, modernização e eficiência.

Pág. 03

Com três medalhas na Taça Brasil Master de Atletismo, atleta paulinense de 92 anos se destaca

Nascida em Cosmópolis em 1933 ela é exemplo de vitalidade e disciplina

Foto: Confederação Brasileira de Atletismo



Alsira Maziero Botim, de 92 anos, atleta de Paulínia, se destaca na V Taça Brasil Master Loterias Caixa de Atletismo, realizada nos dias 8 e 9 de novembro, em Bragança Paulista. Competindo na categoria 90 a 94 anos, ela conquistou três meda-

lhas: no lançamento do disco, no arremesso do peso e no lançamento do dardo, celebrando os resultados ao lado da equipe de Paulínia, que participou do evento com a maior delegação, com 115 atletas.

Pág. 05

Paulínia reduz roubos de veículos e vira a 4ª cidade mais segura da RMC

Município registra avanço nos índices de segurança e sobe no ranking regional e nacional, segundo dados do IBGE, Ministério da Saúde e SSP

Foto: PMP



Além da redução dos crimes contra veículos, Paulínia ganhou destaque regional em um novo levantamento baseado em dados do

IBGE e do Ministério da Saúde. Em 2025, o município foi classificado como a 4ª cidade mais segura da Região Metropolitana de Campinas (RMC), ficando

atrás apenas de: Valinhos; Indaiatuba; Americana.

Pág. 03

Duas pessoas morrem em acidente grave na Zeferino Vaz, em Campinas

Batida envolveu pedestre, picape e carreta; rodovia teve bloqueios durante a madrugada

Foto: Divulgação/internet



Um acidente grave na Rodovia Professor Zeferino Vaz, em Campinas, deixou duas pessoas mortas na noite desta terça-feira (18). A colisão aconteceu por volta das 23h, no km 118, sentido Paulínia.

De acordo com as informações, o motorista de uma picape atropelou um pedestre que estava na pista. Com o impacto, perdeu o

controle do veículo, atravessou o canteiro central e bateu de frente com uma carreta que seguia no sentido contrário. Tanto o pedestre quanto o condutor da picape morreram no local.

A carreta, atingida na colisão, tombou e caiu em uma área de barranco às margens da rodovia. O motorista sofreu ferimentos moderados e foi encaminhado ao pronto-socorro de Paulínia por equipes da

Rota das Bandeiras.

A ocorrência provocou bloqueios nos dois sentidos da Zeferino Vaz, que só foi sendo liberada gradualmente ao longo da madrugada. A operação de resgate mobilizou quatro viaturas do Corpo de Bombeiros, além de equipes da Polícia Militar Rodoviária e da Polícia Técnico-Científica, responsáveis pela perícia no local.

Roubo em pedágio: Dupla é presa pela PM e menino de 13 anos diz ter sido obrigado a participar de crime na Anhanguera

Assalto ocorreu na noite do sábado (15), na Rodovia Anhanguera (SP-330), em Valinhos

Foto: Leandro Ferreira/fotoarena/Estadão conteúdo



Dois jovens, de 21 e 24 anos, foram presos em flagrante, e um adolescente, de 13 anos, foi apreendido na noite do último sábado (15), após um roubo em uma praça de pedágio da Rodovia Anhanguera (SSP-330), em Valinhos.

Com os suspeitos, foram apreendidos R\$ 165 em dinheiro e três celulares. O garoto disse à polícia que foi obrigado a participar do crime. As armas utilizadas não foram encontradas.

A Secretária de Segurança Pública (SSP) de São Paulo afirmou que as vítimas relataram ter sido rendidas e ameaçadas

com arma de fogo e facas.

Segundo a Polícia Militar (PM), o roubo ocorreu no KM 81, no acesso da Rodovia Anhanguera, no bairro Joapiranga, em Valinhos.

As equipes fizeram buscas pelo bairro Vale Verde e pelas proximidades da área do pedágio, quando encontraram duas pessoas consideradas suspeitas pela PM por terem as características informadas pelas vítimas do roubo.

Um dos suspeitos abordados confessou a participação no roubo. Com ele, a PM apreendeu quantia em moedas. Ele apontou a localização do ado-

lescente que também agiu no crime.

Ameaça de morte

O jovem foi encontrado em casa e relatou que foi obrigado a participar do roubo após receber ameaça de morte de um dos envolvidos, que estaria armado.

O adolescente foi encaminhado à Unidade de Internação Provisória (UIP). Os outros dois foram autuados em flagrante por roubo e corrupção de menor.

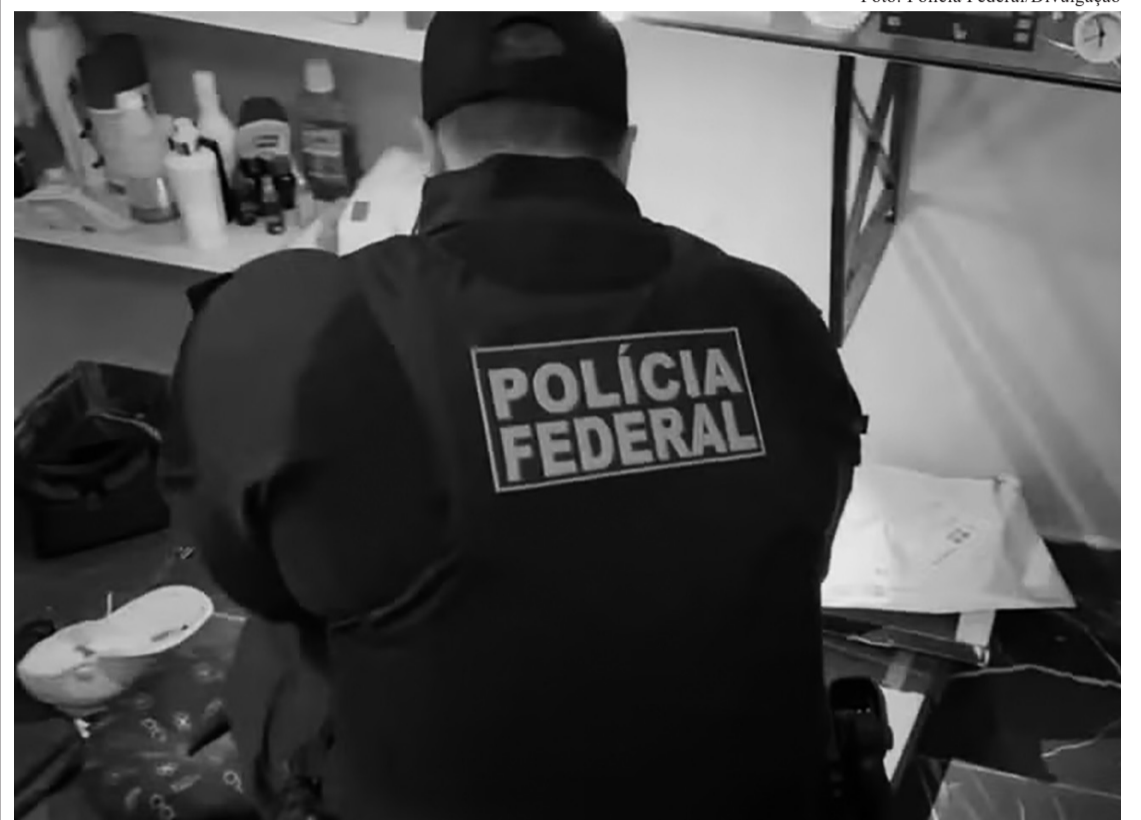
O adolescente ainda contou à polícia que lhe foi dada uma faca para que ele a usasse durante o roubo.

Fonte/reprodução: g1 - Campinas e região, SP

PF prende dois suspeitos e apreende computadores em ação contra abuso sexual infantil

Prisões ocorreram em Mogi Guaçu e Mogi Mirim. Equipamentos apreendidos serão enviados à perícia.

Foto: Polícia Federal/Divulgação



A Polícia Federal (PF) prendeu duas pessoas e cumpriu quatro mandados de busca e apreensão na terça-feira (18), em Campinas, Mogi Mirim e Mogi Guaçu, em uma ação voltada ao combate à exploração sexual infantil na internet.

Segundo a PF, as prisões ocorreram em Mogi Guaçu e Mogi Mirim. Em todos os endereços, foram apreendidos computadores, celular

res e outros equipamentos, que serão enviados à perícia para rastrear a origem dos arquivos, identificar os envolvidos e esclarecer o papel de cada suspeito.

As decisões foram autorizadas pela Justiça Federal de Campinas. De acordo com os investigadores, as apurações começaram em diferentes frentes, incluindo:

Um trabalho de inteligência que identificou usuários ligados à troca de conteúdo criminoso;

Uma denúncia enviada ao canal Comunica PF e confirmada após análises técnicas;

Indícios de produção de material de exploração, cuja existência será confirmada ou afastada a partir da análise dos dispositivos apreendidos;

Conversas localizadas em grupos virtuais onde arquivos de abuso eram possivelmente vendidos.

Fonte: g1 - Campinas e Região

Suspeito de sequestrar mulher em Campinas é preso dois dias após o crime

Vítima foi mantida refém por cerca de duas horas e obrigada a fazer transferência bancária

Foto: Polícia Militar



Um homem suspeito de sequestrar uma mulher no bairro Nova Europa, em Campinas, foi preso pela Polícia Militar na quarta-feira (19), dois dias depois do crime. A vítima havia sido abordada na tarde de segunda-feira (17) em frente a uma creche canina onde costuma deixar seu animal de estimação.

Câmeras de segurança registraram o momento em que a mulher estaciona o carro por volta das 16h27 e, enquanto mexia no celular, foi surpreendida pelo criminoso. Armado, ele a obrigou a retor-

nar ao veículo e entrou pelo banco traseiro.

Segundo o boletim de ocorrência, a vítima foi mantida refém por aproximadamente duas horas, dirigindo sob ameaça por diferentes trechos de Campinas e também pela região de Valinhos. Durante o trajeto, o suspeito a forçou a acessar contas bancárias, entregar celular e cartão de crédito, além de realizar um PIX de R\$ 6 mil.

A mulher relatou que não sofreu agressões físicas, mas permaneceu em constante estado de medo enquanto obedecia às ordens do

sequestrador. Após circular por vários pontos, o criminoso mandou que ela entrasse na Rodovia Anhanguera, onde desceu próximo a um viaduto e fugiu levando os pertences. Os itens não foram recuperados.

Na quarta, o suspeito foi identificado e detido pela Polícia Militar. A vítima informou que tem condições de reconhecê-lo e foi orientada a comparecer à delegacia responsável para colaborar com as investigações.

O caso foi registrado no 1º Distrito Policial de Campinas como extorsão e roubo.

Jornal de Paulínia
FUNDADO EM 17 DE MARÇO DE 1967

UZZE PUBLICIDADE PRODUÇÕES LTDA | CNPJ 03.268.766/0001-40

Anúncios: comercial@jornaldepaulinia.com.br

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

Contatos

Vendas de anúncios, proclamas, editais, encartes e classificados
comercial@jornaldepaulinia.com.br / Telefone e WhatsApp (19) 99650-8080
Releases, coberturas e sugestões de pauta
redacao@jornaldepaulinia.com.br

Acesse o site do JP



Paulínia reduz roubos de veículos e vira a 4ª cidade mais segura da RMC

Município registra avanço nos índices de segurança e sobe no ranking regional e nacional, segundo dados do IBGE, Ministério da Saúde e SSP

Além da redução dos crimes contra veículos, Paulínia ganhou destaque regional em um novo levantamento baseado em dados do IBGE e do Ministério da Saúde. Em 2025, o município foi classificado como a 4ª cidade mais segura da Região Metropolitana de Campinas (RMC), ficando atrás apenas de: Valinhos; Indaiatuba; Americana.

O resultado representa um salto importante: em 2024, segundo a

plataforma My Side, Paulínia ocupava a 6ª posição no ranking de segurança da RMC.

Entre as 20 cidades mais seguras do Brasil

No cenário nacional, Paulínia também avançou. Em 2025, o município foi apontado pelo IBGE como a 19ª cidade mais segura do país, reforçando o impacto de políticas públicas eficazes e do trabalho conjunto entre Prefeitura e forças de segurança.

Segundo o Instituto, a melhora expressiva na segurança está ligada

a fatores como:

investimentos em infraestrutura urbana e social;

implementação de políticas públicas modernas;

ações de prevenção e patrulhamento;

e um modelo de desenvolvimento sustentável que prioriza a qualidade de vida da população.

Os indicadores mostram que a administração atual tem conseguido promover avanços consistentes, refletindo tanto na percepção da população quanto nos números oficiais.



Foto: PMP

Prefeito Danilo Barros anuncia salto tecnológico com implantação do SEI e diz adeus à papelada na administração pública

O SEI começará a funcionar no primeiro trimestre de 2026



Foto: PMP

A Prefeitura de Paulínia está iniciando uma das maiores transformações administrativas dos últimos anos: a implantação do SEI – Serviço Eletrônico de Informa-

ções, sistema digital que substituirá processos e documentos em papel por protocolos totalmente eletrônicos.

O anúncio foi feito pelo prefeito Danilo Barros, que desta-

cou o compromisso da gestão com inovação, modernização e eficiência. O SEI começará a funcionar no primeiro trimestre de 2026, e os servidores municipais já estão sendo capacitados

para operar a nova plataforma.

Segundo o prefeito, o sistema representa um marco para a administração pública municipal.

“Estamos caminhando para uma Paulínia mais moderna,

prática e sustentável. A burocracia em papel está ficando para trás. Esse é um passo importante para agilizar processos, economizar recursos e facilitar o atendimento à população”, afirmou Danilo.

Menos papel, mais agilidade

Com o SEI, processos que hoje nascem em formulários impressos passarão a ser totalmente digitais. Isso significa:

fim da papelada e da tramitação física de documentos;

redução de custos com impressão e armazenagem;

mais rapidez e transparência na análise dos processos;

sustentabilidade e menor impacto ambiental.

A Prefeitura reforça ainda que o novo sistema proporcionará mais segurança na gestão documental, já que todas as informações ficarão registradas e organizadas digitalmente.

Danilo Barros destacou que a modernização integra uma série de investimentos planejados para colocar Paulínia entre as cidades mais inovadoras da região.

“Estamos construindo uma cidade mais conectada, eficiente e pronta para o futuro”, afirmou o prefeito.

Com a implantação do SEI, Paulínia se junta ao grupo de municípios que adotam soluções digitais para otimizar o serviço público, reduzir burocracias e melhorar o atendimento ao cidadão.

Portais iluminados e ações de prevenção à saúde do homem foram destacados no Novembro Azul em Paulínia pelo prefeito Danilo Barros

Foto: PMP



A ação representa não só valorização da cidade, mas também o compromisso da gestão com segurança, bem-estar e conscientização da população

Paulínia está ainda mais bonita e consciente neste mês de novembro. Os portais de entrada da cidade receberam nova iluminação e ganharam a cor azul em referência ao Novembro Azul, campanha de prevenção e cuidado com a saúde do homem.

O prefeito Danilo Barros destacou que a ação representa não só valorização da cidade, mas também o compromisso da ges-

tão com segurança, bem-estar e conscientização da população.

“Comemoração, portais iluminados e a cidade mais bonita. Refizemos as iluminações e, neste mês, eles ganham a cor especial do Novembro Azul, um lembrete importante para cada homem: cuidar da saúde é essencial. Com os portais novamente iluminados, oferecemos mais segurança e visibilidade para quem passa por eles. Passo a passo,

dia a dia, detalhe a detalhe, com muito trabalho e muita fé, nós vamos avançando.”

A iniciativa reforça o empenho do prefeito em revitalizar espaços públicos, melhorar a iluminação e transformar a cidade em um ambiente cada vez mais acolhedor, seguro e consciente. Durante todo o mês, as ações de saúde voltadas aos homens também serão ampliadas pela Prefeitura.

Paulínia recebe secretário estadual e firma convênios para ampliar inclusão e acessibilidade

Os programas fazem parte das ações da Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência

A Prefeitura de Paulínia recebeu na manhã da quarta-feira (19), o secretário de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiência, Marcos Lacoste, para a assinatura de convênios e apresentação de programas que irão fortalecer as políticas de inclusão e acessibilidade no município.

O encontro aconteceu no Paço Municipal e contou com a presença do prefeito Danilo Barros, autoridades locais, representantes de entidades e municípios interessados em conhecer os novos projetos destinados às pessoas com deficiência.

Durante a cerimônia, o secretário Marcos da Costa destacou o compromisso do Governo do Estado em apoiar municípios que avançam em políticas públicas voltadas



Foto: PMP

à inclusão.

“Viemos a Paulínia para firmar uma parceria importante, que leva programas e ferramentas da Secre-

taria para ampliar a acessibilidade e melhorar a qualidade de vida das pessoas com deficiência”, afirmou.

O prefeito reforçou que a assina-

tura dos convênios representa mais um passo para uma cidade mais justa e acessível.

“Paulínia tem avançado mui-

to na inclusão, e receber esses programas reforça nossa responsabilidade com cada cidadão. É um trabalho conjunto que traz resultados reais para a população”, destacou.

Embora os detalhes técnicos devam ser divulgados pela Prefeitura nos próximos dias, os convênios assinados incluem iniciativas voltadas a:

Acessibilidade em prédios públicos,

Tecnologias assistivas,

Capacitação de servidores,

Orientação às famílias,

Ampliação de políticas municipais de apoio às pessoas com deficiência.

Os programas fazem parte das ações da Secretaria de Estado dos Direitos da Pessoa com Deficiên-

cia, que atua em parceria com os municípios para garantir igualdade de oportunidades, participação social e eliminação de barreiras urbanísticas, comunicacionais e atitudinais.

A cerimônia, aberta ao público, reuniu moradores, lideranças e representantes de instituições que atuam com pessoas com deficiência.

O ato reforçou a integração entre o Governo do Estado e a Prefeitura de Paulínia na construção de uma cidade mais inclusiva e alinhada aos princípios da Lei Brasileira de Inclusão.

A Prefeitura deve anunciar, nos próximos dias, o cronograma de implementação dos programas firmados e os impactos previstos para a rede municipal.

Saúde

Câmara de Paulínia realiza palestras sobre saúde da mulher e do homem

Evento unificou ações do Outubro Rosa e Novembro Azul e reforçou a importância da prevenção

A Câmara Municipal de Paulínia promoveu, na manhã desta segunda-feira (17), duas palestras dedicadas aos cuidados integrais com a saúde da mulher e do homem, em uma programação que uniu as campanhas do Outubro Rosa e do Novembro Azul.

A primeira palestra foi conduzida por Pedrina de Sousa Amaral dos Santos, enfermeira e coordenadora do Ambulatório de Oncologia de Paulínia. Ela apresentou informações sobre prevenção do câncer



Foto: CMP

de mama, destacou sinais de alerta e reforçou a importância do acolhimento e da busca por diagnóstico precoce.

Na sequência, o urologista Mathews Botelho Santos abordou a prevenção do câncer de próstata, explicou o cenário da doença no Brasil e detalhou o fluxo de atendimento aos pacientes na cidade, tanto no hospital quanto no Ambulatório de Saúde do Homem. O médico também falou sobre outros tipos de câncer e alertou para a necessidade de avaliações periódicas. Segundo

ele, muitos homens ainda negligenciam a própria saúde, seja por preconceito, seja por dependência das companheiras. Ele lembrou que, a partir dos 50 anos, todos devem realizar exames de próstata, o toque retal e o PSA, que são complementares.

Ao final das apresentações, os presentes participaram de uma "disputa saudável" para testar os conhecimentos adquiridos, com provas de Passa ou Repassa e Jogo da Memória. O time masculino levou a melhor.

Primeira unidade inteligente do SUS será no hospital da USP

Iniciativa pretende reduzir tempo de espera de emergência

O primeiro Instituto Tecnológico de Emergência do país, o hospital inteligente do Sistema Único de Saúde (SUS), será construído no Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (HC-FMUSP). Segundo o Ministério da Saúde, a iniciativa poderá reduzir o tempo de espera na emergência em 25%, com atendimento passando de uma média de 120 minutos para 90 minutos.

O investimento para essa unidade, de R\$ 1,7 bilhão, será garantido a partir de uma cooperação com o Banco do BRICS, que fará a avaliação final da documentação protocolada pelo ministério. A previsão é que a unidade entre em funcionamento em 2029.

Para a implantação do hospital, o governo federal assinou acordo de cooperação técnica (ACT) com o HC e a Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo, que cederá o terreno para a unidade. Esse era o último documento para a conclusão do pedido de financiamento junto ao banco.

A unidade faz parte da Rede Nacional de Hospitais e Serviços Inteligentes e Medicina de Alta Precisão do SUS, lançada pela pasta para modernizar a assistência hospitalar no país. A gestão da unidade e a operação serão de responsabilidade do HC, com custeio compartilhado entre o Ministério da Saúde e a secretaria de saúde do estado de São Paulo.

Além da redução do tempo de



Foto: Divulgação/Internet

espera por atendimento no pronto-socorro, o ministério afirmou que a expectativa é que o hospital acelere o acesso a UTIs, reduza o tempo médio de internação e aumente o número de atendimentos. Isso porque a unidade será totalmente digital, com uso de inteligência artificial, telemedicina e conectividade integrada.

O hospital terá capacidade anual para atender 180 mil pacientes de emergência e terapia intensiva, 10 mil em neurologia e neurocirurgia e 60 mil consultas ambulatoriais de neurologia. Segundo o governo federal, a estrutura seguirá os padrões internacionais de sustentabilidade, com certificação verde e sistemas de acompanhamento de consumo energético, água e resíduos.

Fonte: Agência Brasil de Notícias

Brasil tem 37 casos de sarampo, mas ainda é área livre da doença

Em Paulínia o último registro da doença foi em setembro de 2019

Os casos de sarampo no Brasil, este ano, chegaram a 37, após mais três infecções confirmadas na cidade de Primavera do Leste (MT). Apesar disso, o Brasil mantém o certificado de país livre da doença, já que a maior parte dos casos tem origem importada e não há circulação interna do vírus de forma endêmica.

Os 37 casos foram registrados em sete estados: um no Distrito Federal, dois no Rio de Janeiro, um em São Paulo, um no Rio Grande do Sul, 25 no Tocantins, um no Maranhão e seis em Mato Grosso. Os dois maiores focos, em Campos Lindos (TO) e Primavera do Leste (MT), começaram com



Foto: Divulgação/Internet

a reentrada no país de pessoas infectadas durante viagem a Bolívia,

país que vive surtos da doença. Em todas essas ocasiões, o Mi-

nistério da Saúde entrevistou, em conjunto com as secretarias es-

taduais e municipais, realizando o monitoramento dos doentes e de seus contatos e o bloqueio vacinal para evitar a disseminação da doença. O ministro da Saúde, Alexandre Padilha, reforça que a melhor forma de prevenir o sarampo é a vacinação de rotina.

No ano passado, o Brasil alcançou a meta de cobertura de 95% na primeira dose, mas apenas 80,43% do público-alvo receberam a segunda. Este ano, por enquanto, a cobertura da vacinação no público-infantil está em 91,51%, na 1ª dose e 75,53%, na 2ª.

A vacina contra o sarampo está disponível no Sistema Único de Saúde e faz parte do calendário básico de vacinação infantil. A

primeira dose deve ser tomada aos 12 meses de idade, com o imunizante tríplice viral, que protege também contra a caxumba e a rubéola.

Já a segunda dose é aplicada aos 15 meses, com a tetraviral, que reforça a proteção contra as três doenças e imuniza ainda contra a varicela, que causa a catapora. Qualquer pessoa com até 59 anos que não tenha comprovante de vacinação ou não tenha completado o esquema vacinal deve atualizar sua carteira de vacinação.

Em Paulínia o último registro da doença foi em setembro de 2019. Naquele ano 7 casos da doença foram confirmados no município.

BLACK FRIDAY!

STÉTICA AVANÇADA

UNIDADE CAMPINAS

Rua Doutor Cândido Ferreira de Camargo, 57 Cambuí

19. 32542957

BLACK DAY SPA

Fechando um pacote de tratamento você **GANHA UM DIA DE SPA**

DESCONTOS PROGRESSIVOS

- 1 PROCEDIMENTO: 10% OFF
- 2 PROCEDIMENTO: 20% OFF
- 3 PROCEDIMENTOS: 30% OFF

UNIDADE PAULÍNIA

Av. Presidente Getúlio Vargas, 33 - Nova Paulínia

19. 971009795

Válido somente para unidade de Paulínia

Esportes

Com três medalhas na Taça Brasil Master de Atletismo, atleta paulinense de 92 anos se destaca

Nascida em Cosmópolis em 1933 ela é exemplo de vitalidade e disciplina

Alsira Maziero Botim, de 92 anos, atleta de Paulínia, se destaca na V Taça Brasil Master Loterias Caixa de Atletismo, realizada nos dias 8 e 9 de novembro, em Bragança Paulista. Competindo na categoria 90 a 94 anos, ela conquistou três medalhas: no lançamento do disco, no arremesso do peso e no lançamento do dardo, celebrando os resultados ao lado da equipe de Paulínia, que participou do evento com a maior delegação, com 115 atletas.

Nascida em 27 de janeiro de 1933 na Cidade de Cosmópolis, Dona Alsira, exemplo de vitalidade e disciplina, é integrante da Associação de Atletismo de Paulínia (AAPA), onde mantém uma rotina diária de atividades, praticando

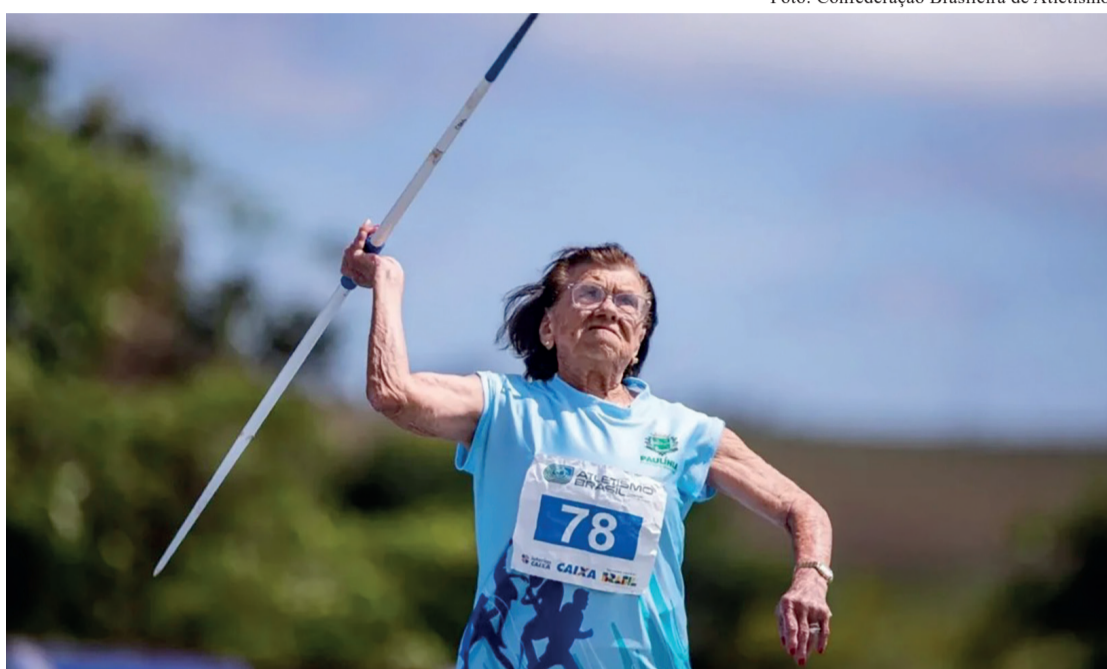


Foto: Confederação Brasileira de Atletismo

hidroginástica nas piscinas municipais, treina atletismo na Pista de Atletismo "Ricardo Alves" e ainda encontra tempo para jogar dominó com os amigos.

Além das provas, a atleta participou da ação socioambiental promovida pelo Núcleo Social e de Sustentabilidade da Confederação Brasileira de Atletismo (CBAT), que resultou no plantio de 20 mudas de árvores no Centro Nacional Loterias Caixa de Desenvolvimento do Atletismo (CNDA). Entre as espécies estão jabuticaba, ipê, pitaita, paineira, acerola e canela.

Com energia e inspiração de sobra, Alsira reafirma que nunca é tarde para entrar em campo, ou na pista, para escrever novas histórias no esporte.

Auditoria no Corinthians constata desvios de materiais da Nike e põe vice como figura central

Foto: Portal <http://Terra.com>

Uma auditoria realizada no Corinthians identificou uma série de irregularidades na gestão dos materiais esportivos fornecidos pela Nike, com a retirada de itens excedendo em quase 300% a cota anual prevista em contrato. Por outro lado, times das categorias de base e de outros esportes utilizam uniformes em condições precárias ou nem sequer os recebem. O relatório da investigação coloca o vice-presidente Armando Mendonça, responsável pela administração dos materiais no clube, no centro de parte das ações consideradas como inconformidades, como a retirada direta de 131 itens entre junho e outubro, sem registro formal ou autorização prévia.

Santos vence São Paulo nos pênaltis e conquista o Paulistão Sub-20

Foto: Portal <http://Terra.com>

O Santos conquistou, no domingo (16), o Campeonato Paulista Sub-20. O Peixe, que buscou o empate no tempo normal depois de sair perdendo por 3 a 0 no primeiro tempo, confirmou o título nas cobranças de pênaltis. A partida foi disputada no estádio Nogueirão, em Mogi das Cruzes, e terminou em confusão entre os jogadores. Este é o sexto título estadual do Santos na categoria. O triunfo na decisão coroa uma campanha de reação do Peixe na competição, que trocou de técnico durante a disputa, com a entrada de Vinícius Marques no lugar de Maurício Copertino.

Sinner vence Alcaraz em Turim e é campeão do ATP Finals pelo segundo ano consecutivo

Foto: Clive Brunskill/Getty Images



A melhor maneira de encerrar a temporada do tênis masculino é com um duelo de alto nível entre os líderes do ranking mundial. No domingo (16), em Turim, na Itália, Jannik Sinner e Carlos Alcaraz se enfrentaram na decisão do ATP Finals – a sexta final protagonizada pelos rivais em 2025. O jogo teve equilíbrio e poucos momentos de superioridade de um dos atletas. Mas Sinner, apoiado pela torcida na Inalpi Arena, levou a melhor na reta final dos sets e venceu por 2 a 0, com parciais de 7/6 (4) e 7/5. Foi o segundo título consecutivo do italiano no torneio, que reúne os oito melhores tenistas do ano.

Torneio SP Kart Rental no Kartódromo San Marino edição

No próximo dia 22 de novembro, Paulínia será o centro das atenções do kart rental nacional

O Kartódromo Internacional San Marino sediará a edição 2025 do Torneio SP de Kart Rental (SPKR), um dos eventos mais aguardados do calendário da modalidade no país. A competição integra ainda a 6ª etapa do Paulista de Kart Rental (PKR) e a 11ª etapa do Circuito Nacional de Kart Rental (NKR), reunindo pilotos de vários estados e elevando o nível técnico das disputas.

Organizado pela Amika Racing Experience, o evento começa nesta sexta-feira (21), a partir das 17h, com treinos livres. No sábado (22), a programação inclui quatro baterias classificatórias — com Super Pole e 15 minutos de corrida — que selecionarão os pilotos para a grande final. A decisão terá cinco minutos de qualificação e mais 15 minutos de corrida, contemplando todas as cinco categorias

do evento. As categorias estão divididas por peso e experiência: 80 kg; 95 kg; 110 kg; 95 kg/Sênior (para pilotos acima de 40 anos); e 95 kg/Estreantes. A premiação leva a assinatura da Zanoello, parceira oficial do torneio: os cinco primeiros colocados de cada categoria receberão troféus, e todos os finalistas serão homenageados com medalhas personalizadas.



Foto: Divulgação/Internet

Presidente do Guarani impõe exigência para SAF: “Investidor terá de assumir dívidas”

Rômulo Amaro destaca recuperação econômica e critérios para atrair a proposta ideal em 2026

Foto: Alex Cardim

O presidente do Guarani, Rômulo Amaro, detalhou pela primeira vez os pilares que vão nortear o processo de transformação do clube em Sociedade Anônima do Futebol. Em entrevista, o dirigente explicou o modelo aprovado pelos sócios, as exigências impostas ao investidor e como a reestruturação financeira abriu caminho para uma mudança de patamar.

Segundo ele, qualquer proposta só avançará se contemplar três pontos considerados “inflexíveis”: assumir integralmente as dívidas, respeitar a Recuperação Judicial e participar da construção da nova



arena.

A consultoria internacional contratada pelo clube - a mesma que atuou na SAF do Cruzeiro - é responsável por filtrar, analisar e apresentar as melhores propostas aos bugrinos. O processo final inclui até quatro assembleias, sendo a última, decisiva, para votação dos sócios.

Rômulo também revelou que o Guarani conseguiu reduzir, de forma significativa, o valor original da Recuperação Judicial: de R\$ 100 milhões para cerca de R\$ 60 milhões, agora distribuídos ao longo de 12 anos, com juros de 1% ao mês.

Ele destaca que salários, encargos e impostos seguem regularizados e que essa responsabilidade fiscal será mantida independentemente do avanço da SAF.

Rômulo também expôs bastidores do início turbulento da gestão: “Quando assumi o cargo, no fim de 2024, encontrei o clube politicamente conturbado, sem caixa e pressionado por acordos judiciais”.

O presidente acredita que a fase financeira e institucional coloca o Guarani em posição para avançar no modelo SAF.

Fonte/Reprodução: ge Campinas, SP

Reforços e principal objetivo para o Paulistão. Presidente da Ponte fala sobre o assunto

Eberlin confirma movimentações no mercado e mira um campeonato sem sustos em 2026

Foto: Diego Almeida/ PontePress

A Ponte Preta deu início à montagem do elenco para a próxima temporada. Após confirmar a renovação de contrato do técnico Marcelo Fernandes, o presidente Marco Antônio Eberlin revelou que o clube já tem três reforços contratados para 2026.

Eberlin evitou revelar nomes e posições, mas adiantou que os anúncios serão feitos após o período eleitoral. O clube vive fase de transição e definirá o novo presi-

dente no dia 30 - o atual mandatário ainda é um dos nomes cotados para permanecer no cargo.

Além das novas contratações, a diretoria tenta assegurar a permanência de peças importantes do elenco atual, como o goleiro Diogo Silva e o zagueiro Saimon, que têm cláusula de renovação automática, mas dependem da quitação da quitação de pendências salariais.

O lateral-direito Pacheco, o meia Elvis e o atacante Jonas Toró também interessam para uma sequên-

cia no clube.

Mesmo diante das dificuldades financeiras, Eberlin garantiu que o cenário não impede a montagem de um elenco competitivo.

Com a Ponte Preta confirmada em três competições em 2026 — Paulistão, Série B e Copa do Brasil — o presidente afirmou que o principal objetivo inicial será fazer um estadual sem riscos de rebaixamento.

Fonte/Reprodução: ge Campinas, SP



Fundo Social de Paulínia envia doações a moradores de Rio Bonito, no Paraná

Ação solidária reúne roupas, colchões, mantas e mais de 100 travesseiros destinados a famílias afetadas por tornado

Foto: PMP



O Fundo Social de Paulínia enviou uma grande remessa de donativos para auxiliar os moradores de Rio Bonito, no Paraná, cidade devastada por um tornado no início do mês. A entrega foi feita por meio da Igreja Família da Fé, representada pelo pastor Tiago, e incluiu diversas peças de roupas, um colchão, cobertores, lençóis, mantas para pets e mais de 100 travesseiros, cada um acompa-

nhado de duas fronhas. Rio Bonito teve 90% de sua área destruída pelos ventos que chegaram a 330 km/h. O fenômeno deixou sete mortos e 835 feridos em toda a região, configurando um dos eventos climáticos mais devastadores da história recente do Paraná.

A presidente do Fundo Social e primeira-dama de Paulínia, Tamires Barros, destacou o compromisso da cidade em apoiar quem mais precisa. "Paulínia está junto

com Rio Bonito, pois a solidariedade não tem fronteiras. Enviamos a nossa ajuda às famílias que mais necessitam neste momento difícil que estão passando. Tenho certeza que, com fé, trabalho e união de forças, Rio Bonito será reconstruída".

Quem desejar contribuir diretamente com a campanha realizada pela Igreja Família da Fé pode entrar em contato pelo WhatsApp (19) 98141-8988.

Câmara de Paulínia aprova projetos de prevenção e combate à pedofilia e também políticas de proteção social

Projetos incluem ações educativas, criação da Sala Lilás e iniciativas nas áreas de saúde, cidadania e cultura

Foto: CMP



A Câmara Municipal de Paulínia aprovou, na sessão da terça-feira (18), um conjunto de projetos voltados à proteção de crianças, mulheres e pessoas em situação de vulnerabilidade. Entre as propostas, destaca-se a criação de ações educativas e palestras permanentes para prevenir, identificar e combater a pedofilia em

escolas, unidades de saúde e demais espaços públicos.

De autoria do vereador Tiguilu Paes (Cidadania), o projeto prevê formação contínua para profissionais de diferentes áreas e campanhas permanentes de orientação às famílias e estudantes. O objetivo, segundo o autor, é fortalecer a capacidade de prevenção e agilizar a identificação de sinais de risco, ga-

rantindo atuação integrada da rede municipal.

Outra iniciativa aprovada, proposta por Lucas Barros (DC), instituiu a Sala Lilás nos serviços de urgência e emergência. O espaço será destinado ao acolhimento seguro de mulheres vítimas de violência doméstica, oferecendo ambiente adequado para atendimento e escuta especializada.



Social

J.P

com Val de Lucena

Jornal de Paulínia

(19) 99650-8888 | comercial@jornaldepaulinia.com.br





Parabéns e vida longa ao querido Geilson Carvalho com sua linda esposa Lucelia Carvalho.



Viva a vida da belíssima Dr^a Magali Vilela. Uhuuuu.



O Dr^o Cícero Bomfim celebrou mais um ano de vida ao lado da esposa Karina e sua filha Amanda.



Desejamos muitos anos de vida para a querida Produtora Cultural Rose Ruiz! Sucesso.



O vereador Helder Pereira e sua linda esposa Rosangela comemorando 25 anos de matrimônio! Que Deus abençoe essa linda união.



Feliz aniversário para a Presidente do Conselho da Mulher Márcia dos Santos! felicidades querida.

VESTIBULAR

UNIFACP 2026

Saiba mais!



BACHARELADO
TECNÓLOGO
PÓS GRADUAÇÃO
EAD

UNIFACP.EDU.BR



Valinhos realiza força-tarefa de adoção de animais com campanha natalina ‘Adote um Pet e Esvazie um Canil’

Neste final de ano, a campanha natalina “Adote um Pet e Esvazie um Canil”, promovida pela Prefeitura de Valinhos, por meio do Departamento de Proteção e Bem-Estar Animal da Secretaria do Verde e da Agricultura, intensifica as ações com uma grande força-tarefa voltada à adoção responsável. Atualmente, estão disponíveis 25 filhotes de gatos, 5 filhotes de cachorros e diversos animais adultos, todos resgatados de situações de maus-tratos ou abandono, reabilitados e prontos para encontrar um novo lar.

Até dezembro, o departamento marcará presença, aos sábados, na



Fonte/Foto: PMV

Feira do Agricultor, em frente ao Paço Municipal, com um estande

especial de adoção. Paralelamente, a unidade permanecerá aberta para

visitação e adoção no mesmo horário.

Para ampliar o alcance da iniciativa, será realizada uma campanha de divulgação temática de Natal, com vídeos, fotos e conteúdos nas redes sociais, apresentando os animais disponíveis e incentivando a população a participar.

As ações ocorrem sempre das 9h às 12h, tanto na feira quanto nas visitas ao departamento.

Todos os pets disponíveis estão vacinados, vermifugados e, em muitos casos, já castrados, apresentando excelentes condições de saúde. Eles aguardam apenas a oportunidade de ganhar um lar e transformar a vida de uma família.

Além de estimular a adoção responsável, a campanha busca sensibilizar a população sobre a impor-

tância de combater o abandono e valorizar a vida animal.

Participar é simples: adote um pet, compartilhe os conteúdos oficiais ou ajude a divulgar a campanha natalina.

Serviço

Locais:

· Feira do Agricultor (em frente ao Paço Municipal)

· Departamento de Proteção e Bem-Estar Animal de Valinhos

Período: novembro e dezembro

Dia: Todos os sábados

Horário: 9h às 12h

Informações: (19) 3829-2197 – WhatsApp e redes sociais da Prefeitura de Valinhos

13º salário deve injetar até R\$ 2,6 bilhões na economia de Campinas em 2025, diz SindiVarejista

Valor representa um crescimento de 5,8% em relação ao ano passado

O pagamento do 13º salário aos trabalhadores com carteira assinada deve movimentar até R\$ 2,6 bilhões na economia de Campinas em 2025, segundo estimativa do SindiVarejista de Campinas e Região. O valor representa um crescimento de 5,8% em relação ao ano passado.

O cálculo considera cerca de 440 mil trabalhadores celetistas no município e inclui as duas parcelas do benefício, que devem ser pagas até 30 de novembro e 20 de dezembro. A projeção foi feita com base em dados da RAIS (Relação Anual de Informações Sociais) e do Novo Caged (Cadastro Geral de Empre-

gados e Desempregados).

Como o dinheiro deve ser usado De acordo com o sindicato, o 13º salário é aguardado pelas famílias e costuma ser destinado principalmente para:

· Quitar dívidas, em atraso ou não;

· Consumo, aproveitando datas como Black Friday, Natal e Réveillon;

· Poupar para o início do ano, quando chegam despesas como IPVA, IPTU, material escolar e matrícula.

Impacto no comércio

Em dezembro de 2024, o fa-



Foto: Carlos Bassan/Prefeitura de Campinas

turamento bruto do setor cresceu 18,1% em relação à média dos demais meses. Segmentos como vestuário, tecidos e calçados tiveram alta de 107%, enquanto eletrodomésticos e eletrônicos subiram 54%.

Segundo o economista do SindiVarejista, Jaime Vasconcellos, o movimento deve se repetir em 2025, mas sem expectativa de crescimento tão expressivo. Ele lembra que os custos também aumentam no período, com o pagamento do próprio 13º aos funcionários e a ampliação do horário das lojas.

Fonte/Reprodução: g1 – Campinas e região

Após prisão em operação da PF, Câmara de Hortolândia aprova licença sem pagamento de vice-prefeito

Foto: Reprodução/EPTV



Afastamento é válido por prazo indeterminado e foi aprovado com 17 votos favoráveis. Cafu Cesar (PSB) já havia sido exonerado do cargo de secretário de Governo

A Câmara de Hortolândia aprovou, em sessão realizada na noite da terça-feira (18), o afastamento sem remuneração do então vice-prefeito do município, Cafu Cesar (PSB). Ele foi preso há uma semana durante uma operação da Polícia Federal (PF) que investiga fraudes em licitações públicas.

A licença é válida por prazo indeterminado e foi aprovada com 17 votos favoráveis e uma ausência. Cafu já havia sido exo-

nerado do cargo de secretário de Governo, assim como os secretários municipais de Educação e Habitação.

O vice-prefeito, segundo a investigação, direcionava licitações do município e a liberação de pagamentos para empresa Life Tecnologia Educacional em troca de vantagens indevidas. Há indícios de que ele teria recebido pelo menos R\$ 2,4 milhões.

Segundo o Ministério Público Federal (MPF), Cafu Cesar fez compras de R\$ 2,9 milhões em

artigos de luxo, pagou R\$ 1,2 milhão por um imóvel em espécie e também teria acesso a uma BMW 320i por meio da empresa envolvida no esquema.

Em nota, o advogado Ralph Tórtima Filho, que representa o vice-prefeito, informou à época da prisão que o “empenho da defesa está voltado neste momento para a soltura de Cafu, diante da mais absoluta desnecessidade de sua prisão”.

Fonte: g1 Campinas e região

Valinhos encerra ciclo de formações 2025 para docentes de reforço escolar da rede municipal

Ao longo do ano, educadores participaram de capacitações para diversificar as estratégias pedagógicas

Foi encerrada na última semana o ciclo de formações 2025 para os professores do Apoio Pedagógico, projeto dedicado ao reforço escolar dos estudantes da rede municipal. Durante este ano, os educadores – tanto do Fundamental I quanto dos anos finais – participaram de um programa contínuo de capacitação que incluiu desde estratégias de recomposição de aprendizagens até o uso ético de inteligência artificial na educação.

O cronograma de capacitações seguiu uma progressão estratégica ao longo do ano, incorporando temáticas diversificadas. O ciclo inicial teve foco no diagnóstico de defasagens, estudos de caso e definição de estratégias de recomposição de aprendizagens. Houve ainda

espaço para formações temáticas, como o foco em educação empreendedora, desenvolvido em parceria com o Sebrae, e a capacitação sobre uso ético de inteligência artificial na educação, em parceria com o Instituto ARISE.

No último encontro, os professores avaliaram o trabalho desenvolvido ao longo do ano, destacando pontos positivos e apresentando sugestões para aperfeiçoar o projeto em 2026. As contribuições serão incorporadas ao planejamento do próximo ano, com foco na recuperação das aprendizagens e na qualificação do atendimento aos estudantes.

O trabalho desenvolvido ao longo de 2025 resultou em intervenções pedagógicas mais precisas a partir do diagnóstico individualiza-



Foto: Divulgação PMV

do, combinadas à incorporação de metodologias inovadoras no aten-

dimento aos estudantes. Esse movimento coordenado buscou gerar

um maior engajamento dos alunos através de abordagens diversifica-

das, preparando os educadores para os desafios da educação contemporânea.

O projeto de Apoio Pedagógico será mantido e aprimorado no próximo ano, com base nas avaliações dos professores e nos resultados alcançados. “Nossos professores são os grandes protagonistas deste processo. Suas observações e experiências práticas são insumos preciosos para construirmos juntos um projeto de reforço escolar cada vez mais alinhado às necessidades reais dos nossos alunos. Em 2026, vamos dar continuidade a esse trabalho com ainda mais ferramentas de apoio aos nossos educadores”, finalizou André Amaral.

Fonte: PMV

Variedades

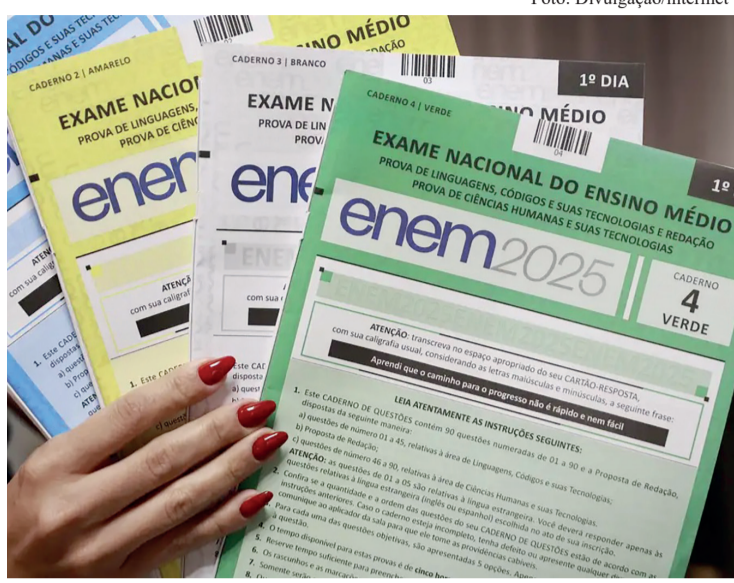


Foto: Divulgação/internet

Inep divulga gabarito oficial do 2º dia do Enem 2025

O Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais (Inep) divulgou, na quarta-feira (19), o gabarito oficial do segundo dia de provas do Enem 2025. O material pode ser consultado no portal do órgão, separado por dia de aplicação, cor e tipo de caderno. A etapa foi realizada no último domingo (16), quando os participantes responderam às questões de ciências da natureza e matemática.



Foto: Divulgação/Internet

O olhar que revela emoções

Quando estamos frente a alguém que amamos, não é só o coração que reage. Nossos olhos também entregam o sentimento: as pupilas podem se dilatar em até 45% quando sentimos afeto, desejo ou forte conexão emocional. Esse fenômeno acontece sem controle consciente. Ele é resultado da ação do sistema nervoso autônomo, que libera neurotransmissores ligados ao prazer e ao vínculo, como dopamina e noradrenalina. Essas substâncias ativam o sistema simpático, responsável, entre outras funções, por ampliar a pupila para aumentar a entrada de luz e melhorar a atenção.



Foto: Divulgação/Internet

Brasil recebe primeiro lote de insulina glargina para diabetes tipo 2

O ministro da Saúde, Alexandre Padilha, esteve nesta segunda-feira (17) em Guarulhos para receber mais de dois milhões de unidades de insulina glargina, que passa a ser oferecida também a pacientes com diabetes tipo 2 no SUS. O medicamento será produzido no país por meio de parceria com Bio-Manguinhos (Fiocruz), reduzindo a dependência do mercado externo. Segundo o ministro, a produção nacional garante mais segurança no abastecimento e proteção aos pacientes diante de crises internacionais da insulina.



Foto: Divulgação/Internet

Escovação após as refeições garante melhor proteção dos dentes

Especialistas recomendam escovar os dentes pelo menos duas vezes ao dia para manter a saúde bucal em dia. Embora não seja obrigatório limpar antes e depois das refeições, essa prática ajuda a preservar os minerais dos dentes e reduzir o risco de cáries. Para quem só consegue escovar uma vez, a orientação é dar preferência à escovação após as refeições, evitando que restos de alimentos permaneçam na boca. Outra dica importante é não comer nada depois da última escovação do dia, garantindo que o sono seja acompanhado de dentes limpos e protegidos.



Foto: Divulgação/Internet

AGU pede bloqueio de R\$ 3,9 bilhões por descontos irregulares em benefícios do INSS

A Advocacia-Geral da União (AGU) ingressou com um novo lote de ações judiciais contra associações e empresas envolvidas no esquema de descontos não autorizados em benefícios de aposentados e pensionistas do INSS. Foram protocoladas 14 ações na Justiça Federal, em Brasília, direcionadas a 12 entidades associativas e três empresas de tecnologia. O objetivo é garantir o ressarcimento dos valores cobrados indevidamente, por isso a AGU solicitou o bloqueio de R\$ 3,9 bilhões em bens dos investigados. As irregularidades são apuradas pela Operação Sem Desconto, da Polícia Federal, que investiga um esquema nacional de cobrança de mensalidades não autorizadas entre 2019 e 2024.



Café robusta amazônico mostra potencial contra o câncer de próstata

Foto: Divulgação/internet

Um estudo conduzido pela Universidade Federal Fluminense (UFF), em parceria com a Unirio, a Embrapa Rondônia e o INCA, revelou que o extrato do Café Robusta Amazônico pode impedir o avanço de células tumorais de câncer de próstata.

Em testes laboratoriais, os pesquisadores observaram que o café reduz a viabilidade e a multiplicação das células cancerígenas, ao mesmo tempo em que preserva as células saudáveis. O efeito é



atribuído aos compostos bioativos presentes no grão, como cafeína e

ácidos clorogênicos, que atuam na degradação das células tumorais.

Consumo de abacate ajuda a reduzir colesterol LDL, indica revisão científica

Foto: Divulgação/internet

Uma revisão publicada na revista Clinical Nutrition ESPEN apontou que o consumo regular de abacate pode contribuir para a redução do colesterol LDL, especialmente em pessoas com maior risco cardiovascular, sobrepeso ou diabetes tipo 2. Rico em potássio, magnésio, gorduras monoinsaturadas, polifenóis e fibras, o fruto exerce efeito cardioprotetor ao ajudar na regulação da pressão arterial, melhorar a vasodilatação, diminuir a absorção do colesterol e favorecer o equilíbrio metabólico.



Apesar dos resultados positivos, os autores ressaltam limitações da análise devido às diferenças metodológicas dos estudos avaliados. Versátil e saboroso,

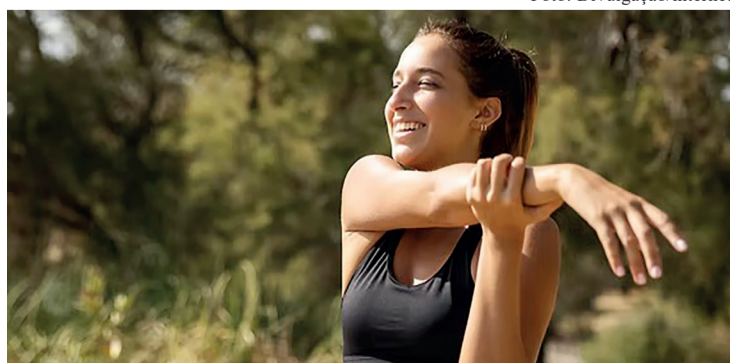
o abacate pode ser incluído na alimentação em pastas, avocado toast, guacamole, saladas e até sobremesas, sempre com moderação, por ser calórico.

Treinos personalizados ajudam a reduzir crises de enxaqueca

Foto: Divulgação/internet

Praticar exercícios sem orientação pode agravar dores e até desencadear crises de enxaqueca, sobretudo quando há sobrecarga ou movimentos executados de forma incorreta. Estudos e relatos de especialistas mostram que programas de treino personalizado, que combinam fortalecimento, alongamentos e atividades aeróbicas ajustadas ao nível de cada pessoa, podem reduzir significativamente a frequência e a intensidade das crises.

A personalização considera pos-



tura, padrões de movimento e tolerância ao esforço, evitando gatilhos comuns associados à dor. Além de diminuir o desconforto, essa abor-

dagem melhora a qualidade de vida e torna a prática de atividade física mais segura para quem convive com enxaqueca.

Água com limão: um hábito simples que melhora a saúde

Foto: Divulgação/internet

Tomar água com limão todas as manhãs tem se tornado um dos hábitos mais adotados por quem busca bem estar de forma natural. A combinação, além de refrescante, traz benefícios reconhecidos por profissionais de saúde.

Entre as principais vantagens estão a redução de inflamações, melhora da digestão e auxílio na hidratação logo ao despertar. O limão também é rico em vitamina C, o que ajuda a reforçar o sistema imunológico, contribui para



a saúde da pele, melhora o hálito e pode até auxiliar no emagreci-

mento quando aliado a uma rotina equilibrada.

Cultura

Três lugares para comer bem em Paulínia neste final de semana

Paulínia vem ampliando sua cena gastronômica nos últimos anos, reunindo desde restaurantes tradicionais até opções modernas e descoladas. Para quem quer aproveitar o fim de semana na cidade, selecionamos três lugares que oferecem boa comida, ambiente agradável e atendimento aprovado pelo público.

Vila Paraíso Paulínia (Antigo Vila Brasil) – Jd. Fortaleza

Local conhecido pela combinação de gastronomia brasileira e ambiente espaçoso, ideal para famílias. O cardápio reúne pratos generosos, cortes de carne, peixes e massas, além de drinks autorais.

Endereço: Av. José Paulino, 710 – Jardim Fortaleza

Instagram: @vilaparaíso.paulínia

Dom Brejas Burger & Beer – Av. José Paulino

Uma das hamburguerias mais frequentadas da cidade, com opções artesanais, smash burgers, en-



Foto: Divulgação/internet

tradadas caprichadas e uma carta de chopes bem avaliada. O ambiente descontraído faz sucesso entre jovens e casais.

Endereço: Av. José Paulino, 1737 – Centro

Instagram: @dombrejaspaulínia
La Vera Pizza Napoletana – João Aranha

Para quem busca uma pizza de estilo napolitano, com massa de fermentação natural e ingredientes selecionados. O local tem clima aconchegante e virou referência para quem gosta de uma pizza mais gourmet.

Endereço: R. Maria das Dores Leal de Queiroz, 45 – João Aranha

Cinema



Predador: Terras Selvagens

Gênero: Ação, Terror, Ficção Científica

Duração: 01h46

Classificação: 16

Sessões: 14h30 - 16h45 - 19h - 21h

Semana da Consciência Negra encerra com show musical e Desfile Fashion Afro 2025

O evento cultural é aberto ao público

A Semana da Consciência Negra em Paulínia terá seu encerramento neste sábado, 22 de novembro, com uma programação especial preparada pela Divisão de Música. As atividades acontecem no Complexo Rodoshopping (Av. Prefeito José

Lozano Araújo, 1515), a partir das 19h.

O público poderá acompanhar apresentações dos cantores da Divisão de Música, com repertório voltado à valorização da cultura afro-brasileira. Em seguida, a noite ganha ainda mais destaque

com o Desfile Fashion Afro 2025, que traz identidade, história e representatividade para a passarela.

O evento é aberto ao público e integra as ações culturais promovidas pela Prefeitura em celebração ao mês da Consciência Negra.



Foto: Divulgação/Internet



O AGENTE SECRETO

Gênero: Thriller, Policial

Duração: 02h41

Classificação: 16

Sessões: 21h

Av. Prefeito José Lozano de Araújo, 1515 | Paulínia Shopping 2º Piso.

PROGRAMAÇÃO

Armandinho e Fresno



Data: Sábado, 22 de novembro

Horário: 21h

Local: Expo D. Pedro

Endereço: Avenida Guilherme Campos, 500 - Bloco II - Jardim Santa Genebra

Lagum – Turnê “As Cores, as Curvas e as Dores do Mundo”



Data: Sábado, 22 de novembro

Horário: 20h

Local: Campinas Hall

Endereço: Rua Armando Strazzacappa, Fazenda Santa Cândida

3030

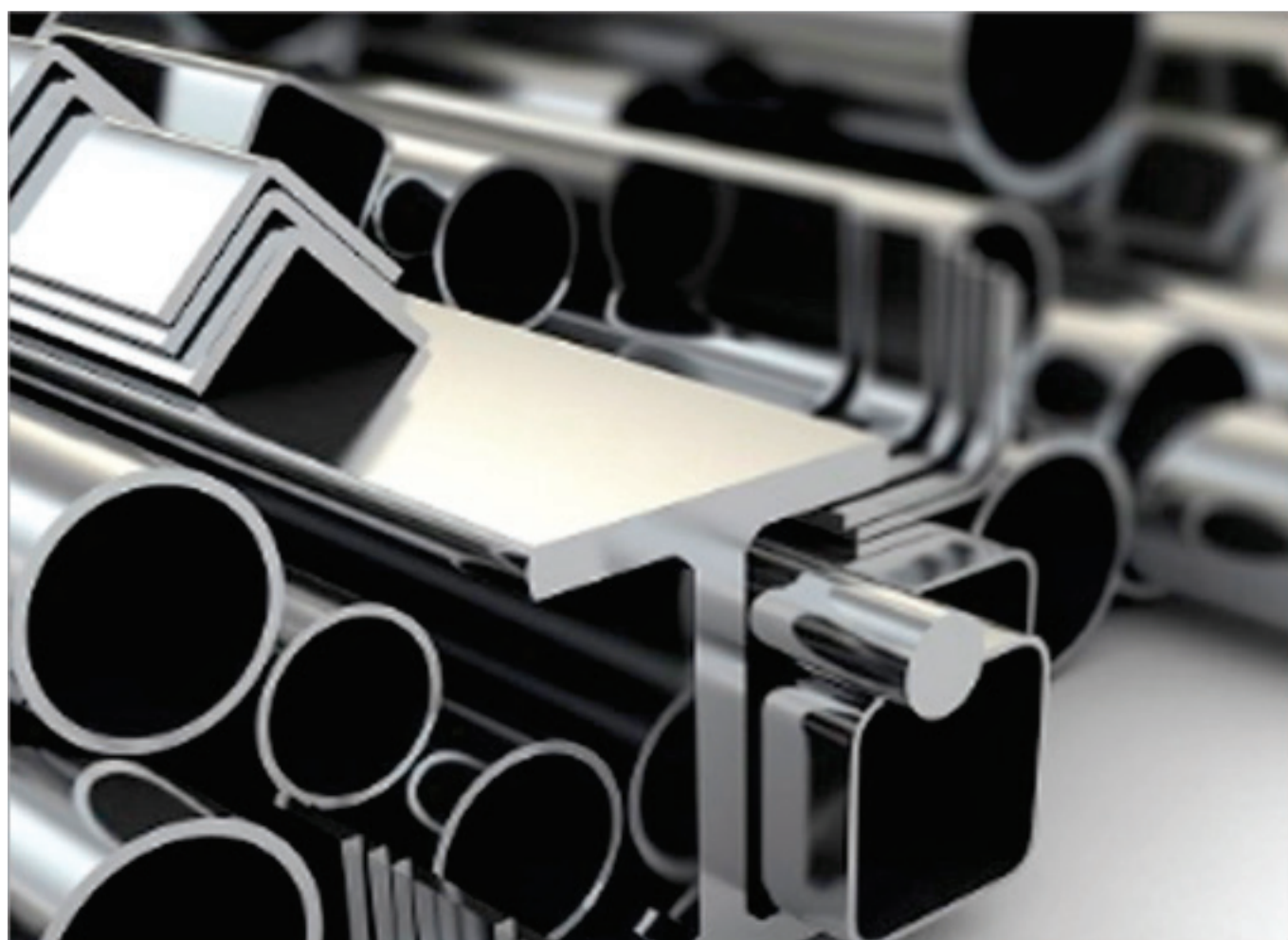


Data: Sábado, 29 de novembro

Horário: 20h

Local: Pista 2002

Endereço: Rua Sargento Bombeiro Assis Degrossoli Filho, 231



Lineaço
FERRO & AÇO

www.lineaco.com.br

F. 3874-9144 / 3874-9345 / 3874-9858 / 3844-5188

Rua dos Imigrantes, 920 - Santa Terezinha - Paulínia/SP

CAMPFER
COMERCIO DE PRODUTOS SIDERÚRGICOS

F. 3256-7055 / 3256-7116

Rua Lauro Vanuse, 940 - Jardim Candida - Campinas

Concurso do IBGE oferece mais de 9 mil vagas

O prazo para inscrição é até às 23h59 do dia 11 de dezembro. A taxa de inscrição é de R\$ 38,50

Foto: Divulgação/Internet - Money Times

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) publicou, na quarta-feira (19), o edital com as regras de seu novo concurso público que vai preencher 9.590 vagas temporárias de nível médio.

O prazo para inscrição vai até às 23h59 do dia 11 de dezembro. A taxa de inscrição é de R\$ 38,50.

As provas serão aplicadas em 22 de fevereiro de 2026.

As oportunidades são para os cargos de Agente de Pesquisas e Mapeamento e de Supervisor de Coleta e Qualidade.

As provas devem ser aplicadas no começo de 2026, e o resultado final será divulgado entre março e abril do mesmo ano.

Segundo o documento, os apro-



vados serão contratados para a "realização de pesquisas de natureza estatística efetuadas pelo IBGE em todo o território nacional".

O instituto ainda destaca que o processo seletivo de temporários é o "maior" da história. As oportunidades estão divididas

da seguinte forma:

Agente de Pesquisas e Mapeamento

Função: Coleta de informações;
Remuneração: R\$ 2.676,24
· Vagas de ampla concorrência: 5.512;
· Vagas destinadas a pessoas declaradas pretas ou pardas: 2.120;
· Vagas destinadas a pessoas indígenas: 254;
· Vagas destinadas aos quilombolas: 170;
· Vagas destinadas a pessoas com deficiência: 424;
· Total de Vagas: 8.480.

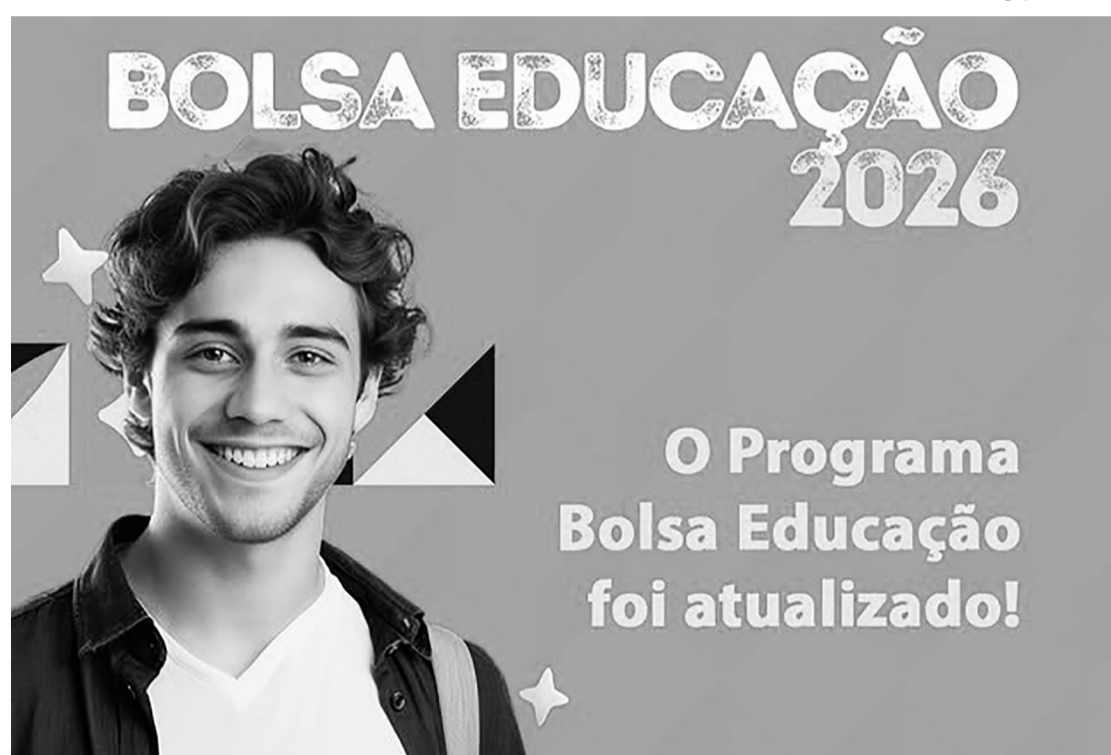
Supervisor de Coleta e Qualidade

Função: Supervisão de Co-

leta e Qualidade;
Remuneração: R\$ 3.379,00
· Vagas de ampla concorrência: 715;
· Vagas destinadas a pessoas declaradas pretas ou pardas: 275;
· Vagas destinadas a pessoas indígenas: 33;
· Vagas destinadas aos quilombolas: 22;
· Vagas destinadas a pessoas com deficiência: 55;
· Total de Vagas: 1.110.
As inscrições devem ser realizadas através do site da banca organizadora, a Fundação Getúlio Vargas.

Fonte: IBGE

Foto: Divulgação/Internet



Programa Bolsa Educação em Paulínia foi atualizado

Candidatos para 2026 já podem atualizar os seus cadastros no PAS e aguardar as próximas etapas para poder se inscrever

Foram definidas as regras para o Programa Bolsa Educação em Paulínia. Para 2026, as porcentagens das bolsas serão de 50% a 100%, de acordo com a renda familiar. Famílias com renda de até seis salários mínimos terão 100% de bolsa; já quem possuir 6,1 até 10 salários mínimos, terá direito a 50% da bolsa.

As notas do aluno serão avaliadas a cada semestre, e seu desempenho pode comprometer a manu-

tenção do benefício.

Já para os alunos que desistirem do curso ou perderem a bolsa por mau desempenho, caberá o reembolso ao município.

Todos os alunos contemplados, a partir de 2026, terão que cumprir contrapartida social de 20 horas mensais em órgãos públicos ou entidades assistenciais de Paulínia.

As notas do ENEM, das provas realizadas a partir de 2026, vão pontuar para o Programa de Bolsa, a partir de 2027. Testes vocacionais

também irão pontuar para 2027.

Para conferir os documentos necessários ou para atualizar o cadastro do PAS (Programa de Assistência Social), é necessário entrar no site <http://paulinia.sp.gov.br/bolsaeducacao>.

Outras informações podem ser obtidas nos telefones (19) 3874-5741; (19) 3939-7008 (Bolsa Educação); e (19) 3874-5750 (Secretaria de Educação).

Direto da redação JP

Feira de Franquias em Campinas trará oportunidades para quem quer abrir lojas

Campinas receberá, no dia 25 de novembro, terça-feira, a Franchise 4U, feira de franquias que reúne marcas interessadas em investir em toda a região. O evento acontecerá no Hotel Meliá Campinas, das 9h às 20h (Rua Severo Penteado, 140 - Cambuí). Para participar, basta se inscrever de forma gratuita no link: <https://franchise4u.com.br>

A Lebriju - rede de franquias de acessórios de moda, com 10 lojas e quiosques em São Paulo, Belém e Goiânia - participará do evento, levando aos potenciais investidores benefícios como pontos comerciais já negociados com excelentes shoppings da cidade. <https://franchise4u.com.br/franquia/lebriju>.

A marca se diferencia da concorrência por oferecer um mix composto por bijuterias, semijoias, prata e acessórios de alta qualidade. São colares, brincos, anéis, tiaras, pulseiras, lenços, bolsas, chapéus,

luvas, cintos, echarpes e outras linhas de produtos com reposição constante: cada loja recebe 200 novos modelos por mês, em quantidade limitada e prontos para a venda: na tag, etiquetados com código de barras e precificados - o que facilita o processo operacional. Os quiosques e lojas encantam não só as clientes, mas quem quer investir.

A Lebriju busca investidores apaixonados por moda, que queiram escalar com uma operação simplificada nos principais shoppings de Campinas.

O interior de São Paulo é potencial para o empreendedorismo: para se ter ideia, ainda de acordo com o Sebrae, em Campinas e em Piracicaba, entre as microempresas (ME) e empresas de pequeno porte (EPP), houve um crescimento de 143% no número de empresas na última década. Esses dados refletem um ambiente favorável ao empreendedorismo e à formalização, resultado de políticas públicas

eficazes e da atuação contínua de instituições como o Sebrae-SP.

A Agência Sebrae aponta, ainda, que Campinas e Piracicaba apresentam trajetórias complementares e promissoras. A primeira tem se destacado em setores como tecnologia, saúde, serviços, turismo e economia criativa. Já Piracicaba, tradicionalmente ligada ao agronegócio, avança com força em áreas como agroindústria, bioenergia, saúde, automobilismo, cervejarias, metalmeccânica, turismo e sustentabilidade.

Esse crescimento é resultado de uma combinação de fatores: vocações regionais, ecossistemas inovadores e o trabalho estratégico do Sebrae-SP, que atua como parceiro dos empreendedores em todas as etapas da jornada. Com atendimento qualificado, consultorias, capacitações e parcerias, a instituição ajuda a transformar ideias em negócios sustentáveis.

Foto: Lula Marques/Ag.BR



Foto: Divulgação/Internet



Vagas abertas para engenheiro químico na área de processos

Oportunidades envolvem suporte técnico, otimização e melhorias contínuas

Uma empresa está selecionando engenheiro químico para duas vagas voltadas ao desenvolvimento, acompanhamento e otimização de processos industriais. O profissional atuará diretamente no suporte técnico às opera-

ções, auxiliará no controle de qualidade e contribuirá para ações de melhoria contínua. Para concorrer, é necessária formação completa em Engenharia Química, além de disponibilidade para início imediato, boa comunicação e proativa-

de. O salário é a combinar, e o vale-alimentação oferecido é de R\$ 900 no cartão CAJU. Currículos devem ser enviados para recrutamentotroupebrasil@gmail.com, com a sigla Eng. Químico no assunto, até 26 de novembro de 2025.

Em derrota do governo, Câmara aprova PL Antifacção sem mudanças pedidas

A Câmara dos Deputados aprovou o texto-base do projeto de lei antifacção enviado pelo governo Lula e relatado pelo deputado de oposição, Guilherme Derrite (PP-SP)

Foto: Carta Capital

Proposta foi aprovada por 370 votos favoráveis e 110 contrários. Agora, os parlamentares analisam os detalhes que podem alterar o texto-base. Após a aprovação, a medida vai ao Senado —o relator será Alessandro Vieira (MDB-SE).

Governo foi contra a proposta. Ao longo da tramitação do projeto, governistas criticaram Derrite por "descaracterizar" a proposta e tratar o tema com "açodamento".

PL Antifacção era prioridade do governo. O Executivo adiantou o envio do projeto ao Congresso em meio à crise de segurança pública causada pela megaoperação policial no Rio de Janeiro contra o Comando Vermelho e que matou mais 120



peçoas.

Governo tentou adiar a votação e foi derrotado. Os deputados da base governista foram derrotados nos requerimentos de retirada de pauta por 316 votos contrários e 110 favoráveis, e de adiamento de discussão, por 114 votos favoráveis ao adiamento e 335 contrários.

Em outra ofensiva para recuperar o texto, o governo apresentou um destaque de preferência pela proposta original. O recurso foi derrotado por 306 votos contrários a 156 favoráveis. Se fosse aprovado, o plenário poderia analisar o projeto enviado pelo Executivo.

Governistas se dividiram entre embate e negociações para ajustar o texto. Diante da necessidade de

disputar o tema da segurança pública com a direita e o centrão, o líder do governo, José Guimarães (PT-CE), e integrantes do Ministério da Justiça passaram a dialogar com o presidente da Câmara, Hugo Motta (Republicanos-PB), e com aliados do relator. Na outra ponta, Lindbergh Farias (PT-RJ), líder do PT na Câmara, foi para o enfrentamento e chegou a pedir a troca de Derrite.

Líder do PT disse que Derrite fez uma "bagunça legislativa" com o projeto. Lindbergh disse que houve vitórias importantes no relatório após recuos do relator, mas que votariam contra "porque continuam atacando a Polícia Federal", afirmou.

Fonte: Portal UOL

Lindbergh propõe mudança em regra de cassação de mandato por faltas

Líder do PT pede alteração em regras que podem levar à perda de mandato

Líder do PT na Câmara dos Deputados, Lindbergh Farias (RJ), protocolou um Projeto de Resolução (PRC) no qual propõe mudanças nos atuais critérios para a contagem de presença dos deputados federais nas sessões da Casa, com a imediata instauração do procedimento de perda de mandato.

Lindbergh propôs as mudanças nas atuais regras de perda de mandato por faltas em meio à polêmica envolvendo o deputado federal Eduardo Bolsonaro (PL-SP), que, desde março deste ano, se encontra nos Estados Unidos, para onde viajou sem avisar previamente a Mesa Diretora da Câmara. Quando já estava fora do Brasil, Eduardo pediu licença do mandato por 120 dias, alegando ser alvo de perseguição política. O prazo terminou em

meados de julho, e ele não regressou ao país, acumulando faltas não justificadas em sessões.

O Ato da Mesa nº 191, em vigor desde junho de 2017, estabelece que a Secretaria-Geral da Mesa deve elaborar um relatório anual de acompanhamento da frequência parlamentar às sessões deliberativas ordinárias e extraordinárias e encaminhá-lo à Presidência da Casa até o dia 5 de março do ano seguinte.

Para Lindbergh, esta determinação "criou uma tolerância inconstitucional, permitindo que casos de inassiduidade consumada fiquem sem apuração por vários meses, mesmo após configurada a violação" à Constituição Federal, que prevê a perda do mandato do parlamentar que deixar de comparecer, sem justificativa, a mais de um terço das sessões anuais ordinárias.



Foto: Kayo Magalhães

Se aprovado, o PRC se transformará em Resolução, substituindo parte do texto do Ato da Mesa nº 191. A proposta de Farias revoga o prazo de 5 de março, estabelecendo que a Secretaria-Geral da Mesa

passa a elaborar relatórios mensais de acompanhamento, alertando à Presidência da Câmara sobre eventuais riscos de descumprimento do limite constitucional de faltas. Já o relatório final consolidado deverá ser apresentado a cada 5 de dezembro, contendo a indicação dos deputados que tenham faltado a mais de um terço das sessões, sem justificativa.

O projeto apresentado por Farias determina que, uma vez de posse do relatório final da Secretaria-Geral, a Presidência da Casa deverá instaurar, de ofício, o procedimento de declaração de perda de mandato —o que também deverá fazer ao constatar, a qualquer momento, que determinado parlamentar não mais conseguirá cumprir o prazo constitucional.

Fonte: Agência Brasil de notícias

Novos benefícios sociais exigirão RG nacional a partir de maio

Biometria passa a ser 100% obrigatória em janeiro de 2028

Os novos beneficiários de programas sociais sem biometria cadastrada precisarão emitir a Carteira de Identidade Nacional (CIN) a partir de maio. O Ministério da Gestão e Inovação em Serviços Públicos (MGI) divulgou na quarta-feira (19) o cronograma para a adoção gradual do cadastro biométrico obrigatório em benefícios da Seguridade Social.

As regras serão formalizadas em portaria a ser publicada nesta sexta-feira (21) e fazem parte da estratégia de modernização e de prevenção a fraudes nos programas sociais. A exigência de biometria consta do pacote de corte de gastos, aprovado pelo Congresso em dezembro do ano passado. O tema foi regulamentado por decreto em julho deste ano.

Segundo o ministério, cerca de



Foto: Adalberto Marques - Ag.BR

84% dos 68 milhões de beneficiários já têm biometria registrada em

alguma base oficial, como a Carteira de Identidade Nacional, o cadas-

tro da Justiça Eleitoral ou a Carteira Nacional de Habilitação (CNH).

Pessoas sem impressão digital poderão usar a biometria facial.

De acordo com o governo, a transição será gradual e não haverá bloqueio automático de benefícios nem necessidade de deslocamento imediato às unidades de atendimento. O procedimento será incorporado aos ciclos regulares de manutenção cadastral de cada programa.

Em entrevista coletiva, a ministra Esther Dweck explicou que a comunicação com os usuários será individualizada, para evitar filas e deslocamentos desnecessários. "O objetivo é combater fraudes e proteger recursos públicos, sem impedir o acesso de quem tem direito", afirmou.

A necessidade de registro biométrico será verificada durante a manutenção dos benefícios, como a prova de vida. Quem não tiver

biometria será avisado com antecedência e deverá procurar os institutos de Identificação dos estados e do Distrito Federal para emitir a CIN.

O governo afirma que a medida dará maior segurança aos programas sociais e reduzirá tentativas de fraudes, ao mesmo tempo em que busca evitar qualquer impacto imediato sobre beneficiários atuais.

A portaria prevê exceções para grupos que podem enfrentar dificuldades no cadastramento. Segundo o MGI, esse público não precisará fazer a biometria enquanto o Poder Público não oferecer condições adequadas de atendimento.

Apesar de conceder a dispensa a esses grupos, a portaria exigirá a comprovação de exceção por meio de documentos.

Fonte: Agência Brasil de Notícias

Black Friday deve movimentar R\$ 5,4 bilhões no comércio do país

Maior fatia ficará com hiper e supermercados

O comércio deve receber volume recorde de R\$ 5,4 bilhões com a Black Friday deste ano, temporada de compras que terá como marco a sexta-feira da próxima semana (28). A estimativa é da Confederação Nacional do Comércio de Bens, Serviços e Turismo (CNC).

A projeção da CNC representa crescimento de 2,4% em comparação com o ano passado (R\$ 5,27 bilhões), já descontada a inflação do período.

A Black Friday já é a quinta data mais importante para o comércio, ficando atrás do Natal, Dia das Mães, Dia das Crianças e Dia dos Pais.

Os setores que podem ter maiores vendas são:

- Hiper e supermercados: R\$ 1,32 bilhão
- Eletroeletrônicos e utilidades domésticas: R\$ 1,24 bilhão
- Móveis e eletrodomésticos: R\$ 1,15 bilhão
- Vestuário, calçados e acessórios: R\$ 950 milhões

· Farmácias, perfumarias e cosméticos: R\$ 380 milhões

· Livrarias, papelarias, informática e comunicação: R\$ 360 milhões

Já os maiores descontos ficarão com as seguintes categorias:

- Papelaria: 10,14%
- Livros: 9,02%
- Joias e Bijuterias: 9,01%
- Perfumaria: 8,20%
- Utilidades Domésticas: 8,18%
- Higiene Pessoal: 8,11%
- Moda: 7,82%

Fonte: Agência Brasil de Notícias



Foto: Paulo Pinto Ag. BR