CALDEIRÃO DO DIABO

Caldeirão do Diabo explica, tintim por tintim, como o hospital regional foi parar em Bragança, quando, na verdade, deveria ficar em Atibaia. Alguém bobeou? Alguém foi mais esperto? Por fim, uma notícia muito importante foi vedada, por falta de confirmação do fato. Tudinho na página 2

TIBALA - OLE WWW.ATIBAIAHOJE.COM.BR

BANDEIRA NOVA DE ATIBAIA É HASTEADA NO LAGO DO MAJOR

Ato simbólico de hasteamento foi realizado na quinta-feira (23), com presença de autoridades. **Página 4**



Editora: Maria Clara Teixeira Gonçalves | Fone: 4411-2326 | e-mail: atibaiahoje@uol.com.br | Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025 | Ano XXXI | Edição Digital nº 1.737

GOVERNO DE SP ANUNCIA HOSPITAL REGIONAL EM BRAGANÇA PAULISTA PARA ATENDER ATIBAIA E REGIÃO



SAÚDE: Hospital irá atender a população das cidades que compõem a Região Bragantina e Circuito das Águas, da qual Atibaia está incluída. **Detalhes na página 5**

ESTRADA ESTADUAL ARÃO SAHM SERÁ PARCIALMENTE INTERDITADA PARA RETOMADA DE OBRAS



PAVIMENTAÇÃO E DRENAGEM: Prefeitura realizará pavimentação e macrodrenagem de 27/01 a 07/02. Página 5

CARNAVAL 2025: ABERTAS INSCRIÇÕES PARA ENTIDADES INTERESSADAS EM EXPLORAR BARRACAS DE ALIMENTOS



INSCRIÇÕES ABERTAS: Entidades culturais, esportivas, religiosas e assistenciais com CNPJ ativo há mais de um ano podem se inscrever. Detalhes na **página 6**



ATIBAIA INTENSIFICA AÇÕES DE COMBATE À DENGUE



DENGUE: Equipes realizam "fumacê" e têm coletado amostras em residências para identificar possíveis criadouros do mosquito transmissor. **Página 6**

GRUPO OPERACIONAL DO GABINETE DE GESTÃO INTEGRADA DE SEGURANÇA PÚBLICA (GGI) TEVE PRIMEIRA REUNIÃO DE 2025



SEGURANÇA: Encontro aconteceu na Prefeitura, que assume compromisso de apoiar e estreitar o relacionamento com todas as Forças da Segurança Pública. **Página 5**



ENDEREÇO: AL. LUCAS NOGUEIRA GARGEZ, 1700 - INF. & RESERVAS: (11) 2427-3931

Página 2 Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025

CALDEIRÃO DO DIABO

O MACHÃO E AS MULHERES

Dizem que Deus, após fazer o homem, aperfeiçoou sua obra e criou a mulher, sua obra-prima, com dois atributos: beleza e inteligência.

BELEZA



Em todos os discursos do machão Trump, a lindíssima primeira-dama Melania, de origem eslovena, manteve a classe, com os olhos ocultos pelo chapéu estilo marinheiro, que inclusive evitou a aproximação do anfitrião brutamontes, quando pretendeu beijá-la. Beleza aliada à inteligência.

INTELIGÊNCIA



A bispa Mariann Edgar Budde é uma prelada americana da Igreja Episcopal. Ela serviu em Washington desde novembro de 2011. Antes de ser eleita a primeira mulher bispa diocesana de Washington, ela serviu 18 anos como reitora da Igreja Episcopal de St John em Minneapolis, Minnesota. No dia seguinte à posse de Trump, em um culto, a bispa fez um simples pedido ao agora presidente: Misericórdia com os emigrantes. A palavra misericórdia fulminou o machão Trump. Como se tivesse levado um tiro à queima-roupa. Inteligência é mais poderosa que a força.

HOSPITAL

Hospital é a palavra da moda, tanto em Atibaia quanto em Bragança. Como todos sabem, a palavra hospital é de raiz latina "hospitalis" - e de origem relativamente recente. Vem de hospes - hóspedes, porque antigamente nessas casas de assistência eram recebidos peregrinos, pobres e enfermos.

O PAI

Vamos dar o nome do pai da criança que se

chama hospital e hoje é assunto generalizado, principalmente nos meios políticos. Alguns vão estrebuchar, outros vão ter desarranjos intestinais e os da ala mais sensível terão chiliques e faniquitos. O nome do pai da criança é Saulo Pedroso, quando prefeito de Atibaia.

CERTIDÃO

Como prova da paternidade de Saulo, sem necessidade de exame de
DNA, vamos retroceder
à época em que Saulo
exercia o seu segundo
mandato como prefeito
quando gerou o hospital,
ao buscar a construção
de uma grande unidade
para atender a população
mais carente de Atibaia
e da região, hoje a cargo
da enferma e agonizante
Santa Casa.

AÇÕES

A paternidade de Saulo Pedroso foi levada aos tribunais. Como sempre, há os que são contra, com ou sem razão, tendo por base a expressão jocosa "jus esperneandi" muito usada no meio jurídico, mas inexistente em latim e que significa o direito de espernear ou o direito de reclamar. Ao cabo, a decisão final. Saulo era o pai e poderia cuidar do filho chamado hospital.

HERANÇA

Findo o mandato, Saulo deixou o filho hospital para ser cuidado por seu sucessor Emil Ono, que, alegando muitos custos, não investiu no hospital. E o hospital foi esquecido, quase morto, mas pouco tempo depois ressuscitou, na campanha eleitoral do ano passado, quando os pré-candidatos falavam que iam cuidar do hospital. Ao final, o sempre atento, polido e político Edmir Chedid, eleito prefeito de Bragança, com a ajuda do tio Tarcísio, adotou o até então esquecido hospital, com a adoção passada em cartório. Simples assim!

PRETENSÃO

Presidente de partido que obteve uma mixaria de votos, quer porque quer mandar em secretário.

VEDADA



Notícia muito importante, quando da revisão final do Caldeirão, foi vedada, por falta da confirmação. Talvez possa ser publicada na próxima semana ou pelas redes a qualquer momento.

AVISO

Alguém tem de alertar alguns dos vereadores recém-eleitos que eles têm duas funções e nada mais: legislar (fazer ou elaborar leis) e fiscalizar o Executivo. Fazendo isto, a coisa já está de bom tamanho. E tem mais. Evitem fazer ameaças, pois a coisa pode sair pela culatra. E mais um detalhe. O Poder Legislativo não é um "puxadinho" do Poder Executivo.

TARTARUGA



Embora em ritmo festivo - e com razão graças à vitória - seria de bom alvitre que o prefeito desse uma espiadela em alguns setores que estão andando em ritmo de tartaruga. Caso não acredite, peça para algum amigo empresário tentar obter alguma certidão da Prefeitura. Parece ser uma missão impossível!

CERTOS

ACERTOS

Na ânsia de mostrar acertos ao prefeito, uns e outros estão agindo, tomando decisões de forma muito rápida, correndo o risco de cair na armadilha de "quanto mais se mexe, mais parecido fica".

EXPLICAR

Capetinha, que mora há mais de 30 anos em Atibaia, nunca conseguiu entender como funciona a Santa Casa. Ou em outro falar. Quem manda por lá. Simples assim!

MAQUIAVEL

A alma de Maquiavel deu uma chegadinha no Caldeirão e pediu que se colocasse a seguinte frase: "Perigoso não é quem morde. Perigoso é quem lambe".

E O HOSPITAL REGIONAL VAI PARA: BRAGANÇA...



Adriano Bedore

Que falta faz um deputado estadual para Atibaia e sua região. Sim, Atibaia deveria ser sede de sua região pois é a mais antiga das cidades da região atibaiana. Bragança, Nazaré, Perdões, Jarinu, eram freguesias (bairros) de Atibaia.

Atibaia é a mais rica, tem a maior arrecadação e os melhores índices, mas está inserida na microrregião de Bragança Paulista que está na Mesorregião Macro Metropolitana.

O Estado de São Paulo tem 15 mesorregiões dividas em 63 microrregiões

didas em 63 microrregiões.

Pela história teríamos que ser a sede da nossa microrregião, conhecida desde o século XVII como região de Atibaia. Pelos fatores econômicos também, pois já, há quase duas décadas, somos referência em quase tudo, contudo, não somos porque não temos um representante no parlamento paulista.

Edmir, que sempre teve muitos votos aqui, sempre foi um deputado atuante, mas muito mais atuante em favor de Bragança e sua região, tanto que deixou a assembleia para ser prefeito de onde? De Bragança. Sucedeu seu tio Nabi, na Assembleia e na Prefeitura seu avô e seu pai. Não é que Edmir não goste de Atibaia, deve gostar, mas gosta muito, muito mais de Bragança. Isto é muito óbvio. Certa vez, ao ser questionado sobre o Edmir ser ou não um bom parlamentar, eu respondi: sim, é um bom deputado, mas para Bragança e nós somos de Atibaia.

Eleger-se vereador ou prefeito de Atibaia com apoio do Edmir ou de sua família, é saber que Atibaia nunca será prioridade para eles. Isto é muito óbvio. Tem muitas pessoas questionando a permanência de secretário no novo governo, filho de um ex-vereador. Talvez personagens deste texto sejam os responsáveis.

Beto se elegeu em 2000 com o apoio de Edmir e logo rompeu com ele. Saulo se elegeu sem o apoio de Edmir e agora Daniel se elegeu com o seu apoio, inclusive seu vice é do mesmo partido.

As maiores conquistas de Atibaia se deram nas gestões sem o apoio de Edmir pois como eu disse, Edmir era sim um bom deputado, mas para Bragança e sua região e não para nós de Atibaia. Quem dera Atibaia e sua região tivesse líderes políticos como Bragança tem os Chedid.

Embora Edmir não seja mais deputado estadual e sim prefeito de Bragança, sua força política ainda é regional e um hospital regional só poderia ir para Bragança ao invés de Atibaia, cujo prefeito é liderado politicamente pelo prefeito da cidade vizinha.

A saúde talvez seja nosso maior problema. A Santa Casa há tempos não tem condições de cuidar dos doentes de Atibaia e das cidades próximas e que se identificam mais com Atibaia do que com Bragança, aliás uma boa solução seria dividir a microrregião de Bragança em duas: a de Bragança formada por Vargem, Tuiuti e a de Atibaia, formada por Piracaia, Nazaré, Bom Jesus e Jarinu, faltando Itatiba, Morungaba e Joanópolis que poderiam estar em qualquer uma das duas microrregiões. Mas não temos lideranças políticas regionais para defender e lutar por essa saída político-administrativa pois Edmir deixou a assembleia para comandar Bragança e Saulo que embora seja deputado federal saiu enfraquecido com a decisão de disputar a Prefeitura de Atibaia e não se eleger.

Beto (prefeito de 2001/08) lutou muito pelo protagonismo regional de Atibaia e chegou a ser eleito deputado estadual em 2010 e fez a intervenção na Santa Casa. Saulo (prefeito de 2013/2020) também seguiu esse caminho e assumiu uma cadeira como deputado federal no final de 2023, mandato que vai até 2026, construiu a UTI na Santa Casa e propôs a construção de um hospital público em Atibaia, cuja construção foi suspensa pela justiça, ambos são adversários políticos do ex-deputado e hoje prefeito de Bragança. Já os prefeitos que os sucederam tiveram atuação extremamente discreta e suas ligações com os Chedid foram irrelevantes como foram seus mandatos. Na área da saúde nada ou pouco fizeram em prol da construção de um novo hospital. Foi no mandato do prefeito anterior que a irmandade, dona da Santa Casa, apresentou soluções interessantes para pôr fim amigável das ações entre elas, bem como a suspensão judicial da construção do novo hospital caiu, mas nada foi feito em nenhuma direção.

Daniel tem culpa de Atibaia ter perdido o hospital regional, defendido por ele em sua campanha como solução para os problemas da saúde, claro que não, pois sequer tem um mês de mandato como prefeito, contudo, por outro lado, ser liderado por Edmir e família é ter a certeza que o protagonismo regional não será nosso e sim da vizinha menos antiga, com menos problemas na saúde, mas com líderes políticos mais expressivos e que desde do ano 2000 não conseguiam eleger aliados para prefeitos de Atibaia e agora voltaram a comandar a política local. Na prática, a população de Atibaia e região já recorre a Bragança para resolver os problemas de média e alta complexidade e os de baixa são precariamente resolvidos na Santa Casa que precisa de mudanças. Dificilmente Atibaia resolverá o problema da saúde de média e alta complexidade tão cedo mantendo-se o atual quadro político, mas espero muito estar errado nessa avaliação política pois nossa cidade está cansada de receber as migalhas que caem da mesa de Bragança e quem sofre são os doentes de Atibaia e sua região. Parabéns Bragança e o prefeito Chedid, líder regional incontestável, por mais esse importante equipamento público para Bragança. Quem sabe novos ventos possam reconhecer a importância de Atibaia e o sofrimento de seu povo na área da saúde e voltemos a dividir com Bragança a liderança da antiga região atibaiana.

São nos momentos mais difíceis que reconhecemos os verdadeiros amigos.



Funerária San Marco[®]

Ética. Dignidade. Respeito.

Unidade Atibaia I Av. Brigadeiro Faria Lima, 180, Centro 4412-0399 Unidade Atibaia II Av. Major Juvenal Alvim, 309, Centro 4418-3633 Unidade Jarinu Av. João Pessoa, 500, Vila Rica 4016-5775 Unidade Mairiporã Av. Leonor de Oliveira, 69, Centro 4604-2026 Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025 Página 3

A CADA SEMANA PUBLICAREMOS UM CONTO DO LIVRO "ENIGMAS"



Era no tempo do nada. Não havia dimensão, espaço ou tempo.

Um mais velho e três jovens conversavam.

-- Alguém tem alguma ideia - perguntou o mais velho.

Silêncio. Nenhum dos jovens respondeu.

- -- Nenhuma ideia falou novamente.
- -- Eu tenho disse timidamente um dos jovens de cabelos loiros e encaracolados.
- -- Diga qual é sugeriu o mais velho.
- -- Bem, poderia ter três olhos - arriscou o loiro.
- -- Três olhos? questionou o moreno.
- -- E por que não? retrucou o loiro.
- -- E por que não quatro? - se manifestou o ruivo.
- -- Bem, vamos pensar como ele irá se movimentar. A questão dos olhos deixaremos para depois - disse o mais velho.

- -- Com oitos patas disse o ruivo.
- -- Com oito patas terá facilidade de locomoção - concordou o loiro.
- -- Mas e o controle das oito patas? Deve ser muito complicado - questionou o moreno, olhando para o mais velho.
- -- O controle eu sei como fazer - disse o mais velho.
- -- Pensando bem, acho que quatro seriam suficientes - comentou o moreno.
- -- É verdade. Com quatro patas teria inclusive mais velocidade, podendo inclusive saltar -

A CLONAGEM

se posicionou novamente o moreno.

-- E não haveria necessidade de um rabo para dar um equilíbrio? - perguntou o loiro.

- -- Um rabo seria bom, mas sei de uma outra forma para dar equilíbrio além do rabo - afirmou o mais velho.
- -- E chifres? perguntou o ruivo.
- -- Chifres não serão necessários - disse o moreno.
- -- E como ele irá se defender? - questionou novamente o ruivo.
- -- Ora, com a velocidade que terá com as quatro patas - disse o moreno.
- -- E se tiver algo mais rápido? Ele não conseguirá escapar... murmurou o loiro.

- -- Vamos voltar aos olhos - disse o mais velho.
- -- Três. Dois para visão periférica e um para visão frontal - voltou a falar o loiro.
- -- Quatro seriam melhor. Dois na frente e dois atrás - disse o ruivo.
- -- Tem lógica. Quatro patas e quatro olhos - falou o moreno.
- -- Concordo disse finalmente o loiro.

- -- Mas como funcionarão as patas. Em conjunto ou de forma independente? - questionou
- -- O que vocês acham? - perguntou o mais velho.
- -- Penso que o melhor seria de forma independente - falou o moreno.
- -- Eu discordo. O ideal seria em conjunto. Pelo menos me parece mais lógico - fundamentou o
- -- Concordo. Caso contrário ficaria muito estranho com cada pata se movimentando de forma independente - falou o loiro.

- -- E terá pelos ou penas? - voltou a questionar o mais velho.
- -- Pelos gritou o loiro.
- -- Penas disse o rui-
- -- Não dá para misturar os dois? - perguntou o moreno.
- -- Um ou outro. Caso contrário fica difícil disse o mais velho.
- -- E se tiver penas irá voar? - continuou o mais velho.
- -- Não vai ficar esquisito, com quatro patas, quatro olhos e ainda voar? - disse o ruivo.
- -- Você nunca fez isso antes? - falou o moreno se dirigindo ao mais velho, que respondeu:
- -- É verdade, mas sempre tem a primeira vez.

Os quatro deram um grande gargalhada.

- -- Bom, o que vocês resolveram. Terá penas e irá voar ou não? - quis saber o mais velho.
- -- Sinceramente não sei. Não consigo mentalizar algo com quatro olhos, quatro patas e voando. Irá parecer um monstro - disse o ruivo.
- -- Mas já fizemos várias criaturas esquisitas retrucou o moreno.
- -- Fizemos, mas depois tivemos de destruí--los - disse o loiro.
- -- É verdade disse o mais velho.
- -- Vamos tentar algo de diferente - disse o mo-
- -- Diferente como? perguntou o mais velho.
- -- Não sei. Mas vamos tentar algo de diferente só para sair desta monotonia - falou o moreno.

-- Já sei - gritou o mais velho e completou:

"Façamos do homem a nossa imagem e semelhança".

acalmar seu filho

Regiane Glashan*

Acalmar uma criança pode ser um desafio, principalmente quando elas estão "fora de controle", entediadas ou com raiva. O que você acha de usar algumas técnicas que vão ajudar seu filho a se acalmar?

Mas como?

Nem sempre respirar fundo nos leva a um momento de calmaria. Imagine, então, as crianças - seres imaturos que precisam muito de nossas competências socioemocionais para ajuda-las.

Parece brincadeira. Contudo, alguns procedimentos ou técnicas podem ser muito vantajosas, não só por poder ajudar a aliviar a tensão ou estresse do momento infantil, mas também por favorecer a descontração e a ludicidade entre a família. São procedimentos que ajudam a acalmar o sistema nervoso e por conseguinte, deixar as crianças mais calmas e aptas para ouvir o que queremos dizer.

Independente da técnica utilizada, todas elas visam reduzir a resposta momentânea ao estresse, e assim, avisar ao cérebro que tudo está bem e que ele pode entrar em "marcha lenta".

Quer alguns exemplos?

1. Posição invertida: é uma técnica derivada da yoga (posição de vela) ou mais conhecida como "plantar bananeira". Pode ser empregada para crianças maiores que acham interessante fazer esse tipo de "ginástica" ou brincadeira. Essa postura ajuda a restaurar a resposta autonômica. Resposta essa relacionada ao estresse. Não precisa ficar horas assim, apenas alguns minutos. Além de acalmar, une a criança ao cuidador num momento de descontração.

12 técnicas para

2. Imaginação criativa: peça para seu filho fechar os olhos e imaginar um lugar tranquilo e acolhedor. Aproveite para guia-lo para imagens que traga bem-estar e calmaria. Algo semelhante a um lindo jardim ou uma praia num belo dia de sol.

3. Ofereça um copo de água fresca: Beber a água com calma oferece um tempo de pausa para a criança se acalmar e entender melhor o mundo a sua volta.

4. Cante em voz alta: já ouviu dizer que quem canta seus males espanta? Estudos apontam para a liberação de endorfinas durante o canto - as pessoas se sentem bem cantando.

5. Contrair e relaxar: é uma técnica muito empregada com adultos, mas que funciona muito bem com as crianças. Peça para seu filho contrair os músculos das pernas por 5 segundos e depois relaxar. Faça isso com os braços, mãos, barriga, tórax, face e por aí vai. Essa atividade auxilia a "resetar" o sistema nervoso autônomo.

6. Pule e rebole: coloque uma música legal para seu filho e juntos pulem e dancem por 2 minutos.

7. Faça bolinhas de sabão: fazer bolinhas de sabão é semelhante a contar até 10. Ajuda as crianças a terem mais controle sobre a respiração e a estarem com sua atenção no aqui e agora.

8. Tome um bom banho e esfrie a cabeça: quem nunca teve um mau dia e não sonhou com um bom banho. Crianças também respondem favoravelmente a um banho relaxante após um momento de destempero. Ofereça alguns brinquedinhos para incrementar o momento relaxante.

9. Brinque de soprar uma vela: ascenda uma vela e peça para seu filho encher o peito de ar e soprar a vela. Deixe a vela um pouco distante, para que ele possa focar na respiração - na atenção plena.

10. Um aquário pode ajudar: olhar a movimentação lenta das plantas e dos peixinhos trás calmaria e tranquilidade.

11. Agite um pote de **glitter:** e observe como as partículas se movimentam lentamente. Conduza a respiração de seu filho de maneira calma e profunda.

12. Desenhar a mãozinha: experimente desenhar a mãozinha da criança numa folha de papel e peça para ela desenhar algo que a agrade em cada dedinho. Você pode sugerir começar pelo dedão e ali desenhar uma criança contando até "dez" devagarinho.

* Terapeuta Familiar - Casal - Individual, ênfase na relação mãe-bebê. Especialista-Mestre--Doutora-Pós-Doutora pela UNIFESP, Fellow Universidade Pittsburgh - USA. Site: www.terapeutadebebes.com.br. Instagram: @terapeutadebebes_familia

MARIA CLARA TEIXEIRA GONÇALVES EDITORA - ME

CNPJ/MF 09.429.540/0001-60 Inscrição Municipal 33.444 Redação e Escritório: Rua Adolfo André, 1515 - Sala 1

Centro - Atibaia / SP - CEP: 12940-280 - e-mail: atibaiahoje@uol.com.br **■** Diretora Responsável

Maria Clara Teixeira Gonçalves

■ Jornalista Responsável

Maria Clara Teixeira Gonçalves MTb no 74.303

Os artigos assinados não representam necessariamente a opinião do jornal e são de responsabilidade de seus autores

CONSTEC CONTÁBIL

Consultoria Fiscal - Contabilidade Assessoria Trabalhista Legalização Empresarial

Rua José Lucas, 47 - Centro - (rua das igrejas) - Atibaia/SP E-mail: consteccontabil@uol.com.br

Lucro Real e Presumido Enviar curriculum para: Rua Jose Lucas, nº 47 - Centro - Atibaia-SP - CEP: 12940-700 ou e-mail para: rh.vagasatibaia@outlook.com

ADMITE

Auxiliar contábil

Com experiência em Empresas de

Página 4 Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025

COISAS DO MUNDO, MINHA NEGA Boa ideia, mano

Por Edgard de Oliveira Barros (*)

site: www.edgardbarros.net.br e-mail: edgard.obarros@uol.com.br



(*) Edgard de Oliveira Barros é jornalista, contador de causos e coisas do povo

Isso aí: eu tinha uma ideia na cabeça.

Uma boa ideia.

Diabo é que me perdi nesses ajustes de computador e, quando me dei conta, lembrei que tinha esquecido da boa ideia.

Cheguei até a pensar na música tão maravilhosa que a Maria Bethânia canta com todo o amor e sentimento - "...e depois, como era de costume, obedeci...". Não obedeci, só esqueci.

E o que eu esqueci era coisa séria.

Tem uma pobre de uma galinha, bem aqui no meu quintal que já está há quase um século chocando seus ovos. Claro que exagerei, não é um século, mas há muitos dias.

Nem sei quantos dias uma galinha perde chocando os seus ovos. Minha mulher garante que são 21 dias. Será que eu errei tanto assim, transformando esses 21 dias em um século?

Não. Estou preocupado com a coitada.

Preocupado e com medo. Muito medo.

"... É o gambá ..."

O medo vem de um bendito gambá, isso mesmo, um gambá, que não tem nada a ver com o apelido que os nossos concorrentes colocaram nos gloriosos torcedores do Corinthians, o campeão dos campeões.

"... Ele mora logo ali ... "

O tal gambá vive no terreno ali ao lado dos fundos do meu terreno, ou da minha casa, se preferirem. Sei que vive porque, vira e mexe ele se esparrama pelo meu pedaço à procura do que comer.

Tenho uma pena danada do gambá. Para sorte dele, minha mulher coloca comidinha num pratinho ali no canto e ele se refestela.

Aí o nobre leitor perguntaria: porque é que eu tenho medo do gambá? Ora, bobagem. Como bom corinthiano eu jogo também uma comidinha pra ele, noves-fora o pratinho já citado. O problema é que o gambá, como bom corinthiano, e qualquer vivente, é mais que louco por uma comidinha, ou um pedacinho de alguma coisa comível e assim por diante.

E lá vem o gambazinho... De novo.

"... Problema, mano ..."

O diabo é que nos últimos dias, uma galinha aqui do quintal resolveu chocar seus ovos e justamente por isso, como toda boa galinha, passa horas e horas sobre os seus ovos. Sai duas ou três vezes, quatro ou cinco, sei lá quantas, para comer alguma coisa e fazer as suas necessidades fisiológicas.

Claro que o amável leitor há de compreender a própria "individua", a galinha pobrezinha. Não é mole ficar horas e horas deitada chocando ovos.

Como ser humano, logicamente eu não choco ovos, ao contrário, procuro dar todo o amparo que as pobres galinhas precisam nesses momentos de maternidade.

Mãe é mãe, mano.

E eu não estou chamando as mães de galinhas, claro, ao contrário, respeitosamente, eu as estou chamando de mães. São mães, mano. Mãe é mãe.

"... Ansiedade geral ..."

Enfim, a pobre galinha e o coitado do gambá se transformaram na minha ansiedade. O gambá que deve estar sempre com fome e a pobre da galinha que vive pondo ovos que estão trazendo pintinhos, seus filhinhos e por aí vai.

A mãe natureza é sábia. Tão sábia que me colocou como protetor da galinha e dos seus ovos. Ovos que contém os tais pintinhos dela, da galinha, claro. Da galinha e da natureza, mais claro ainda, porque, afinal de contas, ao que se sabe, ao que se diz, todo mundo, inclusive eu e você, caríssimo leitor, somos frutos de ovos.

Até os gambás, ora veja.

Ovo é ovo, mano, todo mundo vem do ovo.

"... Defesa ... "

E nesta história toda, estou eu aqui, defendendo a própria galinha contra o pobre e tão faminto gambá, que vive atrás dos ovos da galinha que está chocando no meu quintal.

Estou armando uma estratégia que coloca toda a espécie de comida para a pobre galinha, fora do alcance do pobre gambá. Chega a ser até um trabalho militar, deixar a galinha bem protegida sem, no entanto, desproteger o pobre gambá. Vou criar uma espécie de "restaurante particular" para o gambá, longe da pobre e desprotegida galinha que vai continuar chocando os seus ovos.

Se não der certo eu mudo de casa. Ou peço para alguém dar um fim no gambá. Aí, alguém me lembra que "gambá" é o apelido que a turba dá aos torcedores do Timão. Puxa vida! Percebo que eu mesmo sou um gambá e, como gambá, não posso e não devo dar fim à minha própria vida.

"... É nóis ..."

Não sei se mudo de casa ou se mudo de time.

Talvez até eu cate o gambá e leve lá pro Parque São Jorge, no meio da torcida do "Curintia".

Vou ficar junto dele gritando: "É nóis, mano!".

Acho até que ele nem vai querer. Nem todo gambá é corinthiano e nem todo corinthiano é gambá.

Da minha parte eu já nem sei o que sou. Pior ainda, nem sei o que fazer com o gambá. Só digo o seguinte: Gambá ou não, é nóis, mano! Como diz o outro: gambá ou não gambá, é sempre nóis, mano!

BANDEIRA NOVA DE ATIBAIA É **HASTEADA NO LAGO DO MAJOR**

Ato simbólico de hasteamento foi realizado na quinta-feira (23), com presença de autoridades



Em ato simbólico, autoridades do município prefeito, vice-prefeito e vereadores - realizaram, na tarde de quinta-feira (23), o hasteamento de uma bandeira nova de Atibaia no Lago do Major, um dos mais conhecidos pontos turísticos da cidade. A nova bandeira tem 3,15m x 4,50m e está hasteada no mastro de 15 metros existente na ilha do lago.

O mastro e a bandeira no Lago do Major foram instalados na década de 90 e a última substituição da bandeira aconteceu em 2020. A Prefeitura também fez a primeira etapa da revitalização do mastro, que recebeu pintura e um novo sistema de hasteamento (foi realizada a troca da roldana localizada no topo do mastro e colocação de argolas por onde passa a corda). Outras melhorias estão previstas no equipamento de iluminação da ilha, paisagismo e da parte de alvenaria.

A bandeira é um dos símbolos oficiais de Atibaia, conforme determina a Lei Ordinária nº 932, de 25 de maio de 1966, que dispõe sobre a forma e a apresentação dos símbolos municipais. Segundo o documento, os símbolos municipais são o Brasão de Armas, o Hino e a Bandeira de Atibaia.

Lago do Major

assim conhecido por estar localizado em frente à tradicional Escola Estadual Major Alvim. É um dos principais pontos turísticos da cidade, fazendo parte de um complexo que possui quadra de areia, pista de Cooper, pedalinhos e teleférico. A bandeira de Atibaia hasteada na ilha do lago tem importante valor simbólico e sua revitalização faz parte do processo de revitalização dos espaços e equi-O "Lago do Major" é pamentos públicos.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO DE SERVI-**COS DE ZELADORIA DE 27/01 A 31/01**

As equipes de zeladoria da Prefeitura estão espalhadas pela cidade para realizar os trabalhos de corte de mato, roçada, limpeza e manutenção de vias, inclusive serviços de tapa-buraco.

Vale destacar que a programação poderá sofrer alterações, por questões climáticas ou operacionais.

Confira a programação desta semana (27/01/25 a 31/01/2025):

Programação Roçada: Praça Goiás - Recreio Estoril - Mutirão; Restaurante Popular- Caetetuba - Mutirão; Parque Edmundo Zanoni - Mutirão; Jardim São Nicolau - Mutirão; Nova Atibaia - Mutirão e Estacionamento do AME - Mutirão.

Programação Roçada Mecanizada: Jardim Dos Pinheiros e Nova Atibaia.

Programação Serviços De Poda: Parque Edmundo Zanoni; Atibaia Jardim e Jardim dos Pinheiros.



Programação Serviços de Tapa Buraco: Rua Caetetuba; Avenida Santana; Avenida Maristela; Rua Nova Atibaia e proximidades; Rua Tameyuki Nakasu - Caetetuba e Estrada Juca Sanches - Boa Vista.

Programação de manutenção de estradas: Rio Acima; Laranjal; Sul Brasil e São Roque.

Programação - Serviços de trator roçadeira - Estradas: Maracanã; Reparos Emergenciais e Diversos Bairros.

Programação de serviços de drenagem e limpeza de bocas de lobo: Diversos bairros.

EDITAL DE CITAÇÃO - PRAZO DE 30 DIAS. PROCESSO № 1002879-76.2024.8.26.0048 O MM. Juiz de Direito da 3ª Varia Civel, do Foro de Átibaia, Estado de São Paulo, Dr. Rogério A. Correia Dias, na forma da Lei, etc. FAZ SABER a FÁBIO SANTOS MELO, Brasileiro, Solteiro, Empresário, RG 40025475, CPF 36644199879, com endereço à Estrada estadual Arao Sahm, 326,00, Residencial Portofino, Atibaia Belvedere, CEP 12954-400, Atibaia - SP e LOHANY MIRANDA MELO, 674474806, 2005 Sesidencial Portofino, Atibaia Belvedere, CEP 12954-400, Atibaia - SP e LOHANY MIRANDA MELO, 674474806, 2007, 5492023870, com endereço à Avenida Fuad Assef Maluf, 2007. Jardim Bela Vista, CEP 13175-095, Súmaré - SP, que lhes foi roposta uma ação de Procedimento Comum Cível por parte de Rosemara dos Santos, alegando em síntese: Que forneceu seu pme para financiamento de veiculo para uso do requerido, o qual se comprometeu a realizar os pagamentos em dia, o que não em ocorrendo. O requerido transferiu o veículo para o nome de sua filha, ora requerida, e ambos se negama a fazer a ansferância da divida do financiamento para um deles. O veículo está em posse dos requeridos, os quais estão atrasando os agamentos das parcelas, o que está prejudicando a requerente. Assim, a requerente postula que seja transferida, para um dos queridos, a divida do financiamento do contrato de adesão sob nº 308078546, Valor Financiado R\$ 133.428,00 (cento e trinta e ês mil e quatrocentos e vinte oito reais), em 60 parcelas de R\$ 3.210,00 (frês mil duzentos e dez reais), AUTOMOVEL - OLKSWAGEN - JETTA GLI 350 TSI 20 DSG 4P, ano de fabricação 2019, placas QUD8A33, COR BRANCO, junto ao BANCO OTORANTIN. Encontrando-se os rêu em lugar incerto e não sabido, foi determinada a sua CITAÇÃO, por EDITAL, para os atos termos da ação proposta e para que, no prazo de 15 dias, que fluirá após o decurso do prazo do presente edital, apresente sposta. Não sendo contestada a ação, os réus serão considerados revéis, caso em que será nomeado curador especial. Será presente edital, por extrato, afixado e publicado na forma da lei. NADA MAIS. Dado e passado nesta cidade de Atibaia, aos 14 K-18ac5/01 Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025 Página 5

ESTRADA ESTADUAL ARÃO SAHM SERÁ PARCIALMENTE INTERDITADA PARA RETOMADA DE OBRAS

Prefeitura realizará pavimentação e macrodrenagem de 27/01 a 07/02

No próximo dia 27 (segunda-feira), a Prefeitura irá retomar as obras de pavimentação e macrodrenagem da Estrada Arão Sahm, no bairro Belvedere, e, em razão disso, a via estará parcialmente interditada até 7 de fevereiro (no trecho entre a empresa Scame Brasil e Usimang Mecânica). A passagem de carros será feita apenas em meia pista, portanto, durante esse período os motoristas podem fazer caminhos alternativos pela Rodovia Fernão Dias, acessando a via que dá acesso ao Condomínio Parque das Garças. A intervenção faz par-



te do Programa de Desenvolvimento Urbano do Município de Atibaia (PRODEURB), que visa melhorar a mobilidade urbana e a segurança contra

enchentes na região.

A Prefeitura conta com a compreensão de todos, destacando que são obras essenciais para o setor de infraestrutura da cidade.

GRUPO OPERACIONAL DO GABINETE DE GESTÃO INTEGRADA DE SEGURANÇA PÚBLICA (GGI) TEVE PRIMEIRA REUNIÃO DE 2025

Encontro aconteceu na Prefeitura, que assume compromisso de apoiar e estreitar o relacionamento com todas as Forças da Segurança Pública



Representantes das Forças de Segurança Pública de Atibaia participaram, na quarta--feira (22), na sala de reuniões do prefeito, de reunião operacional do Gabinete de Gestão Integrada de Segurança Pública (GGI). No encontro estiveram presentes representantes das corporações: Polícia Militar, Polícia Civil, Polícia Ambiental, Guarda Civil Municipal, Polícia Rodoviária Federal e Corpo de Bombeiros. O conteúdo da reunião foi o planejamento, coordenação e execução de ações conjuntas entre os órgãos de segurança pública, com a distribuição de responsabilidades e recursos entre as forças, o planejamento tático-operacional e a avaliação de resultados anteriores, no intuito de aprimorar a eficácia das próximas ações.

Durante o encontro, a Prefeitura, representada pelo prefeito Daniel Martini, pelo vice-prefeito, Alessandro Roncoletta, e pela secretária interina de Segurança Pública e Defesa Civil, Cláudia Nogueira, assumiu o compromisso de apoiar e estreitar o relacionamento com todas as corporações, destacando a importância da união entre as Forças de Segurança e a boa articulação com outras áreas de atuação governamental para garantir a tranquilidade da população.

A reunião do Grupo Operacional serviu também como preparação para a reunião do colegiado ampliado do Gabinete Integrado, de caráter mais abrangente, focado em estratégias de segurança pública e governança, que deverá acontecer no próximo mês de fevereiro.

receber um equipamento público que deverá trazer muitas melhorias à população não só de Atibaia, mas de toda a Região Bragantina. O governador do Estado de São Paulo, Tarcísio de Freitas, anunciou na sexta-feira, dia 17, durante visita à cidade de Campinas, que o projeto de instalação do Hospital Regional na região bragantina vai sair do papel. O equipamento será alocado na cidade de Bragança Paulista, em prédio onde funcionava o Hospital Bragantino (desativado em 2022). O governo do Estado optou por aproveitar a estrutura já existente no município, sen-

do esta a razão pela qual

o governador anunciou

imediatamente a instala-

ção na Região Bragantina,

em detrimento da Região

Metropolitana de Cam-

A área da Saúde irá

pinas. O fato de Bragança Paulista ter sido escolhida para sediar o Hospital Regional remete ao que aconteceu em 2010, quando houve a vinda do AME para Atibaia. Naquela ocasião, Atibaia cedeu espaço que já estava disponível para aquele tipo de equipamento, motivo pelo qual o Governo do Estado fez sua escolha.

A instalação do Hospital Regional é um anti-

go pleito de prefeitos da região. Irá atender a população das cidades que compõem a Região Bragantina e Circuito das Águas, da qual Atibaia está incluída. Ainda não há previsões de datas para início e término do projeto, no entanto, como já existe o prédio construído e infraestrutura no local, a instalação deverá ser relativamente rápida.

Para a Saúde de Atibaia, a instalação desse novo equipamento significa melhoria no atendimento de casos de média e alta complexidade. A Prefeitura acredita que haverá mais agilidade no atendimento, desafogando a demanda da Santa Casa, que é hospital público de referência no município.

Como funciona um hospital regional?

Um hospital regional do Estado é uma unidade de saúde pública que oferece serviços de saúde especializados e de média a alta complexidade para uma população de uma região específica, geralmente abrangendo várias cidades ou municípios. Esses hospitais são projetados para atender demandas de saúde que não podem ser atendidas por hospitais locais menores ou unidades básicas de saúde.

Como o anúncio do Hospital Regional na cidade de Bragança Paulista foi anunciado há pouco tempo, estando o projeto ainda em fase inicial, não há detalhes sobre quais serviços serão oferecidos, no entanto, os hospitais regionais costumam oferecer serviços de emergência e urgência, procedimentos cirúrgicos especializados, tratamentos de doenças crônicas e graves, exames diagnósticos avançados (imagem, laboratório, etc.) e atenção especializada em áreas como cardiologia, oncologia, neurologia, entre outras.

Os hospitais regionais desempenham um papel importante no sistema de saúde, pois reduzem a necessidade de deslocamento para centros urbanos maiores; melhoram o acesso à assistência médica especializada; oferecem tratamentos mais eficazes e atualizados; e contribuem para a redução de mortes evitáveis.

No Brasil, os hospitais regionais são parte da rede pública de saúde (SUS) e/ ou privada, e sua gestão pode ser municipal, estadual ou federal. No caso do Hospital Regional de Bragança Paulista, o Governo do Estado será o responsável por custear seu funcionamento.

GOVERNO DE SP ANUNCIA HOSPITAL REGIONAL EM BRAGANÇA PAULISTA PARA ATENDER ATIBAIA E REGIÃO

Hospital irá atender a população das cidades que compõem a Região Bragantina e Circuito das Águas, da qual Atibaia está incluída



SEDE DA DEFESA ANIMAL TERÁ FEIRA DE ADOÇÃO NA QUINTA-FEIRA (30)



Sede da Defesa Animal terá feira de adoção na quinta-feira (30)

No próximo dia 30, quinta-feira, das 9h às 15h, a Defesa Animal realiza mais uma edição da adoção de cães em sua sede (Rua João Lozasso, 455 - Jardim Morumbi). Os futuros tutores devem conferir, abaixo, os documentos necessários para efetivar a adoção, além dos benefícios oferecidos pela PEA.

Adoção, documentação e responsabilidade

Na feira, os interessados podem conhecer os cachorros que estão esperando por um lar. Para efetivar a adoção do animal, basta apresentar RG ou CNH e comprovante de endereço atualizado. Todas as ações são realizadas de forma responsável pela Prefeitura e os adotantes também assinam um termo por meio do qual se comprometem a cuidar do pet, além de receberem uma cartilha com orientações sobre os cuidados necessários.

Animais com castração gratuita

Os filhotes que estão disponíveis para adoção já estão vacinados e vermifugados, além de contarem com a castração gratuita garantida pela Prefeitura. Quando o animal atingir a idade adequada para o procedimento cirúrgico (entre 5 e 6 meses), o tutor deve entrar em contato com o Departamento de Defesa Animal e agendar a castração. A cirurgia inclui ainda a implantação de um microchip com os dados de identificação do tutor, assim, caso o animal se perca, será possível identificar o responsável.

Contato

Caso o munícipe tenha qualquer dúvida, poderá contatar o Departamento de Defesa Animal pelos telefones (11) 4413-6996, 4413-3723 e +55 (11) 94999-0019 (WhatsApp).

Página 6 Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025

CARNAVAL 2025: ABERTAS INSCRIÇÕES PARA ENTIDADES INTERESSADAS EM EXPLORAR BARRACAS DE ALIMENTOS

Entidades culturais, esportivas, religiosas e assistenciais com CNPJ ativo há mais de um ano podem se inscrever



Até o dia 6 de fevereiro, as entidades municipais nos segmentos de cultura, esporte, religião ou assistência social com mais de um ano de atividade (CNPJ ativo há mais de um ano) podem se inscrever para realizar a exploração de barracas de produtos alimentícios durante as festividades do Carnaval 2025. Os eventos acontecem na Praça Claudiano Alves (Carnaval da Matriz). O sorteio será no dia 7 de fevereiro, no Cine Itá (Rua Visconde de Rio Branco,51), às 18h, e os interessados devem seguir os requisitos abaixo listados.

Inscrições

As entidades interessadas devem se cadastrar

ÁRIES - Em relação

via 1Doc, até 6 de fevereiro. A inscrição é gratuita e os documentos exigidos são: solicitação de inscrição para o sorteio em papel timbrado da entidade, cartão CNPJ da entidade, Ata de Posse ou Ato de Nomeação do representante legal da entidade e RG ou CNH do responsável legal nomeado.

No dia do sorteio, o representante deve se apresentar no Cine Itá com a documentação acima. Caso não haja nenhum representante da entidade, a mesma será desqualificada.

Ao todo, serão nove sorteados, sendo sete titulares e dois suplentes.

O edital foi publicado na página 26 da Imprensa

Horóscopo

Oficial n.º 2760, de 18 de janeiro de 2025. Para conferir, acesse o link: https:// encurtador.com.br/LKjTK

Normas gerais

As barracas serão fornecidas pela Prefeitura com um ponto de iluminação. As demais necessidades para o atendimento (chapa, fritadeira, refrigerador e etc.) são obrigações da entidade vencedora.

Apenas alimentos e bebidas podem ser vendidos, sendo que as embalagens não podem ser de vidro (vasilhas, garrafas e afins). O uso de geradores, som ou materiais externos à barraca é proibido e, em caso de descumprimento desta norma, a entidade fica sujeita a penalidades.

PREFEITURA INTENSIFICA AÇÕES **DE COMBATE À DENGUE**

Equipes realizam "fumacê" e têm coletado amostras em residências para identificar possíveis criadouros do mosquito transmissor



A Prefeitura, por meio da Secretaria da Saúde, realiza neste mês de janeiro um conjunto de ações de combate ao mosquito Aedes aegypti, responsável pela transmissão da dengue. Atibaia registrou 61 casos confirmados neste ano e se encontra em "nível de alerta" em relação à doença. Nos últimos dias, equipes da Vigilância Ambiental realizaram, nas ruas do Jardim Imperial, o trabalho de dissipação de inseticida - o chamado "fumacê" -, que é uma das estratégias de controle de vetores. O próximo bairro será o Jardim Cerejeiras.

Além disso, neste mês de janeiro equipes têm coletado amostras em residências para realização de análise, com o objetivo de identificar possíveis criadouros. Nesta semana, as coletas foram feitas em residências do bairro Jardim dos Pinheiros, mas a programação de serviços irá contemplar também outras regiões, prioritariamente as mais populosas.

A Secretaria de Serviços tem realizado recolhimento de entulhos descartados, de forma irregular, em áreas públicas. Por semana, são recolhidos entre 50 e 60 m³ de entulho, um trabalho importante na luta contra o Aedes aegypti, uma vez que elimina materiais inservíveis que podem servir de criadouro. Também tem feito serviços de limpeza e roçada em diferentes bairros.

De acordo com a Secretaria de Saúde, é essencial que a população faça sua parte, eliminando os pontos de água parada em suas residências. É fundamental que os munícipes adotem medidas de prevenção, como manter recipientes de água bem fechados, limpar regularmente calhas e ralos e usar telas em portas e janelas.

JUDÔ ATIBAIENSE ABRE OS



anual de alinhamento de projetos 2025

TRABALHOS PARA 2025



Professores da equipe de judô do SJTC/APAJA/PEA na reunião

Semana de 25 a 31 de janeiro sibilidades de sucesso poao seu horóscopo, saiba derão ser esperadas para cer para você. O planeta que todos os seus pensa- os próximos dias. Algu- Vênus vai lhe dar excemas ideias brilhantes que

mentos, encontram-se em uma linha dinâmica, voltada principalmente para uma direção da pesquisa metafísica e científica. Procure pensar sobre a sua situação. TOURO - Possível en-

volvimento seu em algum tipo de manifestação social. No trabalho, poderão ocorrer disputas entre colegas ou mesmo superiores. Atritos com parentes, perda de amizades e o sistema nervoso um tanto quanto agitado, estão previstos para você.

GÊMEOS - Saiba que grandes oportunidades estarão surgindo no setor financeiro. Porém, não é preciso adotar nenhuma estratégia especial para aproveitá-las. Lucros pela perspicácia nos negócios e por meio dos parentes.

CÂNCER - Fase em que terá muita paz íntima e que deverá colaborar decisivamente na solução de seus problemas financeiros e profissionais. A vida amorosa trará satisfação e muitas alegrias. Melhora da saúde.

LEÃO - Grandes pos-

vier a ter devem ser colocadas em prática. Pode fazer mudanças e receber agradáveis notícias.

VIRGEM - Excelente fase zodiacal para adquirir bens materiais, abrir caderneta de poupança ou conta bancária e progredir pessoalmente. Pessoas conhecidas procurarão ajudar você. Haja com otimismo.

LIBRA - Você ficará indeciso entre ocupar-se realmente com tudo o que se refira as coisas de sua casa, ou optar para uma tendência a uma reclusão voluntária, disposto a colocar todos os seus pensamentos em uma ordem lógica para que possa efetivamente entendê-los.

ESCORPIÃO - Você estará muito crítico nos seus relacionamentos pessoais o que o colocará em uma posição mais vulnerável em relação às pessoas do seu convívio. **Otimas** oportunidades de ganhar dinheiro e fazer negócios, pelo esforço no trabalho e pela influência de amigos.

SAGITÁRIO - Boas

coisas deverão acontelentes chances de conseguir realizar o que pretende principalmente as que vem planejando desde há muito. Bom aos assuntos sentimentais e amorosos.

CAPRICÓRNIO -

Não deixe que invejosos e incapacitados estraguem sua paz no lar e no trabalho principalmente. Analise as pessoas e só dê crédito àquelas realmente humanas e honestas. Tranquilidade com a pessoa amada. Saúde estável.

AQUÁRIO - Fase favorável para reencontrar com os amigos. O sucesso em novas empresas e empreendimentos será evidente. Procure tirar o máximo proveito, principalmente em matéria de amor. A sua disposição para aventuras, pode levá-lo a extremos.

PEIXES - Fase em que se encontrará mais ambicioso, empreendedor, hábil e confiante em si mesmo, o que deverá levá-lo a ter lucros nos negócios. Muito sucesso profissional e social e muita prosperidade geral.

No dia 6 de janeiro, a APAJA iniciou as aulas voltadas à equipe principal de competição. No dia 18 de janeiro, o coordenador da Equipe Atibaiense de Judô do São João TC/APAJA/Secretaria de Esportes e Lazer da PEA, professor Thiago Valladão, convocou três reuniões com professores do Projeto Judô Sócio Educativo, equipe multidisciplinar, pais, atletas e professores das equipes de competição. Presentes os profissionais e diretoria: Pi, Thiago, Willian, Leandro, Roger, Kelly, Luciana, Greco, Angélica, Pietro, Robson, Guilherme, Gustavo, Murilo, Leonardo, Luana, Mateus e Gabriel. Foram realizadas duas reuniões no sábado pela manhã e uma no período da tarde. Momento de organizar, dar diretrizes, fazer diagnóstico dos anos anteriores, discutir e apresentar propostas dos planejamentos para 2025.

Já no dia 20 (domingo), foi a vez da abertura oficial dos trabalhos da 15^a Delegacia Regional da Federação Paulista de Judô, com a reunião anual de professores de associações, agremiações, clubes e dirigentes federativos, onde foram discutidas e determinadas, de forma democrática, as ações organizacionais relacionadas aos eventos, calendário de competições, cursos, propostas e inovações para a modalidade para 2025. A Equipe Atibaiense esteve muito bem representada pelo Sensei/Kodansha Paulo Alvim (Pi do Judô) e pelo coordenador da APAJA, Sensei Thiago Valladão.

Os judocas agradecem a Concessionária Rota das Bandeiras, Colégio Atibaia, Atibaia Residence Hotel & Resort, MTPLUS - Consultoria em Segurança e Medicina do Trabalho, CORA

- Centro de Ortopedia e Reabilitação Atibaia, Iturri Coimpar Indústria e Comércio de Epis, Faro São Tomé Hotel, Eldorado -Atibaia Eco Resort, Hotel Bourbon de Foz do Iguaçu, Ortocia Clínicas Médicas e Odontológicas, HH Saúde, Unimagem - Unidade de Diagnóstico por Imagem São Francisco de Assis, Unifaat - Instituição Educacional Atibaiense, Oficial de Registro de Imóveis, 1º Tabelião de Notas e de Protesto de Letras e Títulos da Comarca de Atibaia, 2º Tabelionato de Notas e Protestos de Letras e Títulos, Centro Integrado Atibaia Odontologia, Academia R Sette, preparador físico Roger Fonseca, Centro Radiológico Atibaia - Alvinópolis, CTA Integrado, Clínica Erimus Psicologia, imprensa de Atibaia e Boletim Osotogari, que acreditam e apoiam o judô atibaiense.

Atibaia, sábado, 25 de janeiro de 2025 Página 7

Como controlar a vontade de doces: A ciência por trás da compulsão alimentar

O desejo incontrolável por doces é um desafio comum, que pode ter raízes fisiológicas, emocionais e até genéticas. A compulsão alimentar por açúcar está diretamente ligada à resposta neuroquímica do cérebro e ao impacto da alimentação na regulação hormonal.

Por que sentimos tanta vontade de doces?

1. Mecanismos neuroquímicos e a dopamina

O consumo de açúcar ativa o sistema de recompensa do cérebro, estimulando a liberação de dopamina, neurotransmissor associado ao prazer e à motivação. Esse mecanismo é semelhante ao observado em dependências químicas, como drogas e álcool.

Estudos indicam que a exposição crônica ao açúcar pode levar à dessensibilização dos receptores de dopamina, exigindo quantidades cada vez maiores para produzir o mesmo efeito de prazer. Isso explica por que muitas pessoas sentem necessidade de consumir doces regularmente.

2. Desequilíbrio na glicemia e resposta insulínica

O consumo de alimentos ricos em açúcar e carboidratos refinados gera picos de glicose no sangue, seguidos por uma queda rápida devido ao aumento da insulina. Essa hipoglicemia reativa ativa o hipotálamo, que sinaliza ao corpo a necessidade de mais açúcar para restaurar os níveis de glicose, perpetuando o ciclo de desejo por doces.

3. Influência hormonal: cortisol e serotonina

Cortisol: O estresse crônico eleva os níveis desse hormônio, aumentando o desejo por alimentos calóricos e açucarados, pois o açúcar inibe momentaneamente a ação do cortisol, proporcionando uma sensação de alívio.

Serotonina: Esse neurotransmissor regula o humor e é produzido a partir do triptofano, um aminoácido essencial. Quando os níveis de serotonina estão baixos, há maior desejo por carboidratos e açúcar, pois esses alimentos estimulam sua liberação temporária.

Thais Verdi* 4. Deficiências nutricionais

Falta de micronutrientes essenciais pode intensificar o desejo por doces. Deficiências de magnésio, cromo e zinco afetam a sensibilidade à insulina e a regulação da glicemia, aumentando a necessidade de açúcar.

5. Influência genética e epigenética

Polimorfismos genéticos podem afetar o metabolismo da glicose e a resposta dopaminérgica ao açúcar. Por exemplo, variações no gene DRD2, que regula receptores de dopamina, estão associadas a maior predisposição à compulsão alimentar. Já o gene COMT, responsável pelo metabolismo da dopamina, pode influenciar a resposta emocional ao consumo de açúcar.

Dicas para reduzir o desejo por doces de forma científica

- * Aposte em proteínas e fibras - Alimentos ricos em proteínas e fibras promovem saciedade e evitam oscilações glicêmicas, reduzindo a necessidade de açúcar.
- * Inclua gorduras boas na dieta - abacate, azeite de oliva e oleaginosas ajudam na modulação da resposta insulínica e no equilíbrio da produção de neurotransmissores.
- * Regule o estresse e o sono Técnicas como meditação, atividade física e boa qualidade de sono ajudam a equilibrar os níveis de cortisol e dopamina.
- * Evite gatilhos de compulsão adoçantes artificiais e alimentos ultraprocessados podem manter o desejo por doces devido ao impacto no paladar e na sinalização cerebral.
- * Suplementação estratégica - magnésio, cromo e L-glutamina auxiliam na regulação da glicose e no controle da compulsão alimentar, quando utilizados sob orientação profissional.

Conclusão

A vontade de doces vai muito além de "falta de força de vontade" e envolve uma complexa interação entre neuroquímica, metabolismo e genética. Pequenas mudanças na alimentação e no estilo de vida ajudam a modular esses mecanismos e promovem uma relação mais equilibrada com os alimentos.

* A autora é Nutricionista, professora, palestrante e cientista; Graduação: Nutrição - Anhembi Morumbi (2013); Pós--graduação Bioquímica, Fisiologia e Nutrição Esportiva Unicamp; Pós-graduação: Nutrição Clínica Ortomolecular - Fapes; Mestranda do Programa de Pós-graduação em ciências do movimento humano e reabilitação - Unifesp; Certificação Internacional de nutrição esportiva pela American College Of Sports Medicine, Indiana (EUA); Certificação internacional em Nutrigenética e Nutrigenômica - Nutrigenomix (EUA); Editora PriMera Scientific Surgical Research and Practice (PSSRP), Texas - EUA; Membro científica Acta Scientific Nutritional Health Journal (ÍNDIA); Autora dos Livros: Nutrição Esportiva: Aspectos Relacionados a Suplementação Nutricional (Editora Sarvier) e Nutrição esportiva: Genética, Estratégias e Suplementação (Editora Metha) e autora de artigos científicos internacionais. E-mail para contato: thaisverdi@icloud.com

Neurociência apoia a Letra Cursiva



Cristiane Fernandes Esteves Saraguci*

Em um mundo digital, a letra cursiva começou a ser colocada de lado por alguns profissionais que acreditam que o importante é aprender a escrever. Será? Segundo a neurocientista Claudia Aguirre, que mora na Califórnia, "mais e mais pesquisas sustentam a ideia de que escrever letras em cursivo, especialmente em comparação com digitar, ativa caminhos neurais específicos que facilitam e otimizam o aprendizado e o desenvolvimento da linguagem".

Pesquisadores identificaram que aprender as letras por meio da escrita cursiva ativa redes do cérebro que não são ativadas pela digitação em um teclado. Incluindo áreas cerebrais que têm papel fundamental no desenvolvimento da leitura.

Ou seja, a digitação usa funções cerebrais diferentes. A letra cursiva e os materiais impressos são fundamentais para o aprendizado consistente, auxiliando na memória e muitas outras funções.

No caso da digitação, os movimentos do dedo são os mesmos para qualquer tecla de letra. Como consequência, irão perdendo a habilidade de escrita e terão sua coordenação motora fina prejudicada.

Quando falamos em aprendizagem, existem pré-requisitos e habilidades que ajudam a nos desenvolvermos em determinadas áreas. Por exemplo, a escrita em letra cursiva facilita a aprendizagem da leitura.

Levando em conta que um dos maiores desafios atuais é reduzir o tempo de tela das crianças e adolescentes, acredito que dar um passo atrás será necessário. Algumas coisas não podem simplesmente ser abolidas do sistema de ensino, pois os prejuízos serão enormes no futuro.

Mesmo diante das diferenças globais, as pesquisas reforçam que aprender letra cursiva oferece beneficios, não há lado negativo nessa aprendizagem. E embora a ligação entre escrever à mão e melhorar a leitura não sejam necessariamente causais, alguns educadores temem que o abandono da letra cursiva pode piorar o desempenho de alunos em sua capacidade de ler textos.

Escrever é muito importante, trabalho muito isso com os meus pacientes em consultório, pois eles apresentam muita resistência com a escrita, uma vez que a própria escola vinha exagerando no uso de aparelhos eletrônicos. Não podemos esquecer que o mero ato de escrever ajuda a memória e o aprendizado de palavras.

palavras.

Como disse o especialista Voltz-Poremba: "É importante achar um equilíbrio para garantir que os alunos tenham habilidades que sejam obtidas sem o uso da tecnologia".

* A autora é Neuropsicopedagoga e Psicopedagoga Clínica, Pedagoga com Habilitação em Administração Escolar, Especialista em Intervenção ABA no Autismo e Deficiência Intelectual, Professora/Formadora em Educação Inclusiva, além de Coach Pessoal, Profissional e Líder Coach pela Sociedade Brasileira de Coaching e Analista Comportamental Disc pela Gestor Performance. Possui experiência de mais de 20 anos na área, atuando no âmbito escolar, clínico, empresarial. Contatos: E-mail: crissaraguci@hotmail.com. Instagram: @neuropsicocristianesaraguci. Site: www.cristianesaraguci.com.br

Viva Cancún com quem vive o México, conheça a Tio Nenê Tours!

| PACOTES | PASSEIOS | ASSESSORIA | CASAMENTOS | | ROTEIROS PERSONALIZADOS | ATENDIMENTO 24H | | TURISMO RECEPTIVO PARA BRASILEIROS |

A sua casa em Cancún!



INSS: MUITO ALÉM DA APOSENTADORIA! SAIBA PORQUE É CRUCIAL CONTRIBUIR



Gisele Beraldo de Paiva*

Gisele Beraldo de Paiva*

Muita gente pensa que o INSS serve apenas para garantir a aposentadoria lá na frente ou em caso de invalidez, por isso, muitas pessoas não pagam o INSS quando são jovens, porque não se preocupam, ainda, com a aposentadoria.

Mas você sabia que contribuir para a Previdência Social pode te dar acesso a uma série de benefícios importantes que protegem você e sua família em diversas situações e não somente à aposentadoria?

Proteção para você e sua família em diferentes fases da vida

O INSS funciona como um seguro que garante amparo em momentos de necessidade, como doença, acidente, gravidez, prisão, e até mesmo em caso de falecimento. Veja alguns dos benefícios que você pode ter acesso:

- * Auxílio por incapacidade temporária (antigo auxílio-doença): se você ficar incapacitado para o trabalho por mais de 15 dias, o INSS te garante uma renda mensal durante o período em que estiver afastado.
- * Salário-maternidade: mães (adotivas e naturais) têm direito a receber o salário-maternidade por 120 dias, garantindo uma renda durante o período de afastamento para cuidar do bebê ou da criança adotada.
- * Pensão por morte: em caso de falecimento do trabalhador, seus dependentes têm direito a receber uma pensão, garantindo uma renda para a família, que pode ser vitalícia em alguns casos.
- * Auxílio-acidente: se você for empregado (inclusive doméstico) e sofrer um acidente que cause sequelas permanentes que reduzam sua capacidade de trabalho, o INSS te garante um auxílio mensal, que pode ser

pago até a data da aposentadoria.

* Reabilitação profissional: o INSS oferece serviços de reabilitação profissional para pessoas que sofreram acidentes ou doenças que as impeçam de voltar à sua atividade profissional anterior.

Então quem pode contribuir?

* Trabalhadores com carteira assinada (CLT): a contribuição é descontada diretamente do salário e neste caso é obrigatória.

* Trabalhadores autônomos e MEIs: é preciso contribuir por conta própria, através do carnê do INSS ou da guia da Previdência Social (GPS), sendo o pagamento igualmente obrigatório.

* Empregados domésticos: a contribuição é feita pelo empregador, com desconto em folha de pagamento do seu empregado, também de forma compulsória.

* Trabalhadores rurais: em alguns casos podem ter direito aos benefícios sem pagar o INSS.

* Estudante, dona-de-casa e desempregados: podem pagar o INSS, se desejarem, neste caso não há obrigação; mas se pagarem passam a ter acesso a todos os benefícios previstos à eles por lei.

Contribuir para o INSS é investir no seu futuro e na segurança da sua família, bem como manter as contribuições em dia garante que você tenha acesso a todos esses benefícios quando precisar.

Além disso, o tempo de contribuição é fundamental para garantir uma aposentadoria com maior valor no futuro.

Dicas importantes:

- Verifique suas contribuições feitas ao INSS: acesse o site ou aplicativo Meu INSS para consultar seu extrato previdenciário e verificar se as contribuições estão sendo feitas corretamente.

- Planeje sua aposentadoria: comece a planejar sua aposentadoria o quanto antes, para garantir um futuro tranquilo e seguro, procurando um advogado especialista para fazer a sua análise e o seu planejamento previdenciário.

O INSS é um direito de todo trabalhador! Contribua e garanta a sua proteção social e da sua família.

Para mais informações, acesse o site do INSS ou procure um advogado especialista!

* A autora é advogada especializada e MBA em direito previdenciário, professora de direito previdenciário em pós-graduações, mestranda em direito previdenciário pela PUC-SP, professora de direito previdenciário em pós-graduações, cursos preparatórios para concurso público e cursos de extensão para advogados e bacharéis em direito. Face book: Gisele Paiva. Instagram: @profgiselepaiva. Rua Clóvis Soares, nº 200, sala 408 - Torre Itália, Edificio Patriani Offices, Alvinópolis, Atibaia - SP, Fones 4012-4154/94012-1744 e Rua Elizeu Corrêa Dias, nº 155 - Jardim Santos Dumont, Bom Jesus dos Perdões, Fones: 4012-4154/94012-1744.

ESPORTES

Fábio Silvério - Especial para o Atibaia Hoje

BASQUETE: ATIBAIA ESTREIA NESTE SÁBADO NA COPA ARB

Na temporada 2024 Atibaia conquistou o 3º lugar da Copa e desta vez enfrentará os campeões, o The River, na 1ª rodada, em Piracicaba



O pivô Wesley e o ala Hugo

Pela Copa ARB (Associação Regional de Basquetebol), adulto masculino, neste sábado (25 de janeiro), às 18h00, em Piracicaba,

Atibaia estreará diante dos atuais campeões da competição e também do Campeonato da ARB, o The River, em Piracicaba.

celo, diretor e jogador do Atibaia Basquete.

Atibaia em 2024 ficou no 3° lugar da Copa ARB, 4º do Campeonato da ARB e medalha de bronze (3° lugar) dos Jogos Regionais de Bragança Paulista.

Nesta semana estava prevista a reunião da direção do basquete de Atibaia com o prefeito Daniel Martini e o secretário de Esportes e Lazer, Alessandro Mariani.

CORRIDA DE RUA: AVELINO CONQUISTA 0 4º LUGAR DA CORRIDA DE REIS DE SÃO CAETANO



Avelino na 4ª posição

Pela Corrida de Reis, de São Caetano do Sul, dia 19 de janei-

"Acredito que no final do mês voltam todas as atividades ao normal na base também", disse Mar-

ro, de 10 km, Antônio Avelino, da



No dia 26 de janeiro, vai disputar a Corrida de São Sebastião, em Perdões/SP, de 8 km.

VITOR MENDONÇA SOFRE LESÃO E PRECISA DE AJUDA FINANCEIRA PARA CIRURGIA



Vitor Mendonça

O atleta Vitor Mendonça de Atibaia, sofreu uma lesão de joelho durante treinamento, terá que fazer cirurgia e precisa de ajuda financeira para bancar o custo do procedimento.

Revelado na base do Taekwondo de Atibaia, depois de sagrar-se campeão mundial na Coreia do Sul, se transferiu para a equipe de São Caetano do Sul, aonde concentram--se a maioria dos atletas e profissionais que atuam na Seleção Brasileira.

Em novembro fez duas competições na Europa, valendo pontos para o rank olímpico, ficando em 5º lugar nas duas.

"Voltei ao Brasil, no primeiro treino o menisco lateral do joelho se deslocou, e a única solução é remover o menisco, cirurgia de meniscectomia e o valor está em torno de 18 a 19 mil reais", contou Mendonça.

Quem quiser ajudar com doações, qualquer valor, pode entrar na vakinha deste endereço: www.vakinha.com.br/5268533 ou no pix: vitormendonca628@gmail.com

FUTEVÔLEI: COBRA DO LAGO VENCE A COPA ATIBAIA DE FUTEVÔLEI DE CLUBES



As equipes finalistas do Master

A 1ª Copa Atibaia de Futevôlei de Clubes de Atibaia aconteceu no dia 12 de janeiro, no Posto 11, no 3º Centenário e contou com 2 categorias: Amador e Master, com 16 duplas por categoria.

No Amador: 1° lugar: Silveira e Haya (Bola +1/Um Tapa Só), 2° lugar: Léo Higo e Alisson (Dá Ponte Pra Cá), 3° lugar: Zanella e Ricardo (Peg Pag) e 4° lugar: Gustavo e Fafá ET (América Perdões). No Master: 1º lugar: Coroa e Márcio Baiano (Cobra do Lago), 2° lugar: Vasquinho e Biro (Chapa Torta), 3° lugar: Leandro e Douglas (Amigos e Churrasco) e 4° lugar: Vermelho e Pedro Ferreira (Peg Pag).

A organização: Tiago Pires, o "Vermelho".

<u>FUTEBOL:</u> ESCOLA DO PALMEIRAS ATIBAIA RETOMA O FUTEBOL FEMININO



As meninas da Academia

A Escola do Palmeiras de Atibaia retomou o futebol feminino com horários exclusivos. O programa busca o desenvolvimento técnico, tático e físico; participação em torneios e campeonatos; utilizando a "Metodologia Palmeiras de Ensino".

Os treinamentos: Sub9 e 11: segundas e quartas-feiras, às 19h00. No Sub13 e 15 às terças, às 19h00 e às sextas-feiras, às 17h00. O futebol para as mamães, aos sábados, às 08h00.

A unidade liberou descontos exclusivos para quem apresentar recorte da postagem do Jornal Atibaia Hoje ou disser que ouviu na Rádio 90,7 FM Atibaia.

A unidade fica na Av. Major Alvim, nº 860, no Alvinópolis. Celular/WhatsApp (11) 9.7229-2921.

FUTEBOL AMADOR: ESMERALDA VENCE O PEDRO FUMACHI PELA COPA CHICÃO

Pela Copa Chicão, dia 19 de janeiro, no Centro Rural: Pedro Fumachi (Itatiba) 2 x 4 Esmeralda (Atibaia); Força Total (Caieiras) 2 x 2 São Luiz (Mairiporã); Unidos Bata (Piracaia) 1 x 7 Nosso Teto (Itatiba) e Celtik (Itatiba) 8 x 2 Parque Hortência (Perdões). No Piracaiense: Acadêmicos (Perdões) 1 x 5 Shalcke 69 (Itatiba); Grêmio Jarinu 1 x 1 Piracaiense; Nações (Itatiba) 2 x 2 Paris (Caieiras) e Família (Atibaia) 0 x 8 Independente (Itatiba).

No Grupo 1: 1° - Nosso Teto 6 pontos, 2º - Esmeralda 6, 3º -Piracaiense 4, 4º - Pedro Fumachi 3, 5° - Celtik 3, 6° - Jarinu 1, 7° - Bata 0 e 8° - Parque Hortência 0. No Grupo 2: 1° - Shalcke 69 6 pontos, 2º - Independente 6, 3° - Paris 4, 4° - São Luiz 2, 5° -Nações 2, 6º - Força Total 1, 7º - Acadêmicos 0 e 8º - Família 0.

No dia 26 de janeiro, no Esmeralda, 09h00, Esmeralda x Nosso Teto; 11h00, Celtik x Bata; 13h00, São Luiz x Acadêmicos e 15h00, Parque Hortência x Jarinu. No Centro Rural, 09h00, Força Total x Família; 11h00, Shalcke 69 x Nações; 13h00, Piracaiense x Pedro Fumachi e 15h00, Paris x Independente.

www.borrachasatibaia.com.br CASA DAS BORRACHAS ATIBAIA LTDA * MATERIAIS DE SEGURANÇA

ÁGUA POTÁVEL

Transporte de água potável para caixa d'água, piscinas, indústrias e outros

VENDA DE ÁGUA EM CAMINHÃO PIPA

(11) 4411-7707 / (11) 9 9628-8365

Atibaia e região

(11) 99940-5788

União F.C.

Sports

Rua da Madeira S/N Recreio Estoril

@uniaof.c.sports

f União f.c. sports





Toalhas dos Clubes do Futebol Brasileiro

* EVA

* NYLON * MANGUEIRAS DIVERSAS * LENÇÓIS DE BORRACHA

Av. São Paulo, 645 - Alvinópolis - Sede Própria

E-mail: cbatibaia@yahoo.com.br - Fones 4412-4251/4412-8446

Praça Dr. Miguel Vairo, 10 - Centro - SP (Praça da Santa Casa)

SERRALHERIA TEIXEIRA

Portão Basculante - Automatização

de Portão - Vitrôs - Manutenção

Serralheria em geral

R. Dr. Eurico de Souza Pereira, 554 - Alvinópolis

Fone: 4412-5809 - Celular: 94267-4338

serralheriateixeira@hotmail.com

SALAO DO BAIANO

Cortes de cabelo em geral Corte Americano Moderno

51 anos de tradição servindo a população

Praça Pedro de Toledo, nº 253 (em frente à Rodoviária) Fone: 4413-4382



DE **FUTEBOL**

Em busca da excelência dos fundamentos e desenvolvimento técnico

Artigos Esportivos

10 Roupas Diversas

Terça a Sexta-feira

das 10h00 às 20h00

Sábado e Domingo

Horário Especia

UNIDADE ATIBAIA

Fone: (11) 9.7229-2921 Av. Major Alvim, nº 860 Alvinópolis - Atibaia

Tel: 11 4411-2289 / Cel: 11 97331-2289

Rua Dr. Eurico de Souza Pereira, 308 - Alvinópolis

E-mail: vendas@reybrasilautopecas.com.br www.reybrasilautopecas.com.br



Se você precisa de portões basculantes, grades, portas em geral ou outros itens de ferro, automatização, vitrôs, escadas ou corrimãos; procure a Serralheria Teixeira no Alvinópolis. Fale com o Ailton na Rua Dr. Eurico de Souza Pereira, nº 554. Ligue ou chame no WhatsApp (11) 9.4267-4338



A Verotex Atibaia possui cobertores, toalhas dos clubes de futebol, mantas, toalhas térmicas para mesa, tecidos e tudo em cama, mesa e banho. Praça da Santa Casa, nº 10 - Centro. Fone 11-4411-3226



O Baiano Barbeiro é tradição, há mais de 51 anos servindo a população. Corte de cabelo unissex, degradê com navalha. Praça Pedro de Toledo, nº 253, em frente à rodoviária. Fone (11) 4413-4382



A Vergari atua nas áreas ortopédica e esportiva. Atende atletas e o público em geral. Rua Dr. Luiz Alberto Vieira dos Santos, nº 400, Vila Santista. WhatsApp (11) 9.7625-3192.



O seu carro está precisando das melhores peças para ficar do jeito que você gosta? Vá a Rey Brasil Auto Peças, os melhores preços em peças nacionais e importadas. Rua Dr. Eurico de Souza Pereira, nº 308 - Alvinópolis, Atibaia. Ligue (11) 4411-2289. No site preco diferenciado: www.reybrasilautopecas.com.br



Está em busca de peças de qualidade para o seu carro, atendimento diferenciado e o melhor preço, a Valparaizo Auto Peças, há mais de 20 anos atende Atibaia e Região. Faça o orçamento. Rua Otávio Passos, nº 200 - Alvinópolis. Ligue: (11) 9.8694-2372 ou 4414-1111



Clínica de fisioterapia e Pilates com atuação nas áreas ortopédicas e esportivas

Rua Doutor Luiz Alberto Vieira dos Santos, nº 400 Vila Santista - Atibaia - WhatsApp +55 (11) 97625-3192



Trabalhamos com todos os cartões e parcelamos em até 6x sem juros





Rua Otávio Passos, 200 - Alvinópolis - Atibaia Fone: 4414-1111