



# OBRA DE RECAPEAMENTO FOI INICIADA NA RUA ANTÔNIO DA CUNHA LEITE, NO BAIRRO DO PORTÃO

Obra integra pacote de melhorias viárias e foi viabilizada por meio de parceria com o Governo do Estado de São Paulo. **Página 5**

# ATIBAIA HOJE

Uns fazem manchetes. Nós fazemos a história.

WWW.ATIBAIAHOJE.COM.BR

Editora: Maria Clara Teixeira Gonçalves | Fone: 4411-2326 | e-mail: atibaiahoje@uol.com.br | Atibaia, sábado, 31 de janeiro de 2026 | Ano XXXIII | Edição Digital nº 1.788

## CARNAVAL 2026 EM ATIBAIA REÚNE ATRAÇÕES PARA TODA A FAMÍLIA, COM PROGRAMAÇÃO ANIMADA E REGRAS DE SEGURANÇA



**CARNAVAL 2026:** Prefeitura definiu normas para comercialização de bebidas, uso de som e acesso aos eventos oficiais. Confira todos os detalhes e a programação na **página 5**

## PREFEITURA INAUGURARÁ DUAS NOVAS CRECHES EM FEVEREIRO



**CRECHES:** Inaugurações ampliam vagas na educação infantil e reforçam as políticas públicas voltadas à primeira infância em Atibaia. **Detalhes na página 3**

## CALDEIRÃO DO DIABO

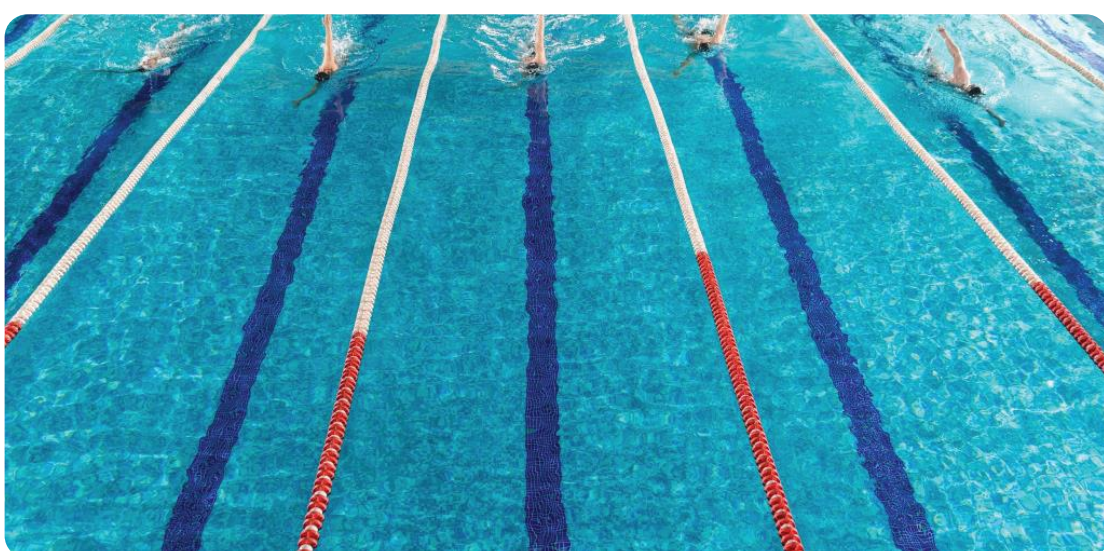
Segundo a bruxinha, o Caldeirão, como sempre, está IMPERDÍVEL. **Página 2**

## DOMINGO LIVRE NO ITAPETINGA FOI SUCESSO DE PÚBLICO



**DOMINGO LIVRE:** Iniciativa contou com o envolvimento de diversas secretarias municipais, levando ações e serviços de utilidade pública à população. **Página 4**

## TREINO ABERTO DE NATAÇÃO PARA APRESENTAR NOVO PROJETO DA MODALIDADE PARA 2026 ACONTECERÁ EM FEVEREIRO



**ESPORTES:** Evento também promoverá uma integração entre atletas de alto rendimento, crianças da iniciação esportiva e os professores. **Página 6**

**IPTU 2026**

**ATÉ 10% DE DESCONTO em cota única\***

\*Consulte

**Pagar em dia é investir no futuro de Atibaia.**

Acesse e saiba mais:

SECRETARIA DE PLANEJAMENTO E FINANÇAS | PREFEITURA DA ESTÂNCIA DE ATIBAIA

## Varanda Gourmet

Camarão na Moranga - Joelho à Pururuca - Filé Mignon à Cubana  
Moqueca de Pirarucu - Lombo à Califórnia

ENDEREÇO: Al. Lucas Nogueira Gargez, 1700 - Inf. & Reservas: (11) 2427-3931

# CALDEIRÃO DO DIABO



## MAGO OU BRUXO

A bruxinha faz questão de comentar alguns fatos importantes no Brasil, com ampla repercussão no mundo da política. Gilberto Kassab - presidente nacional do PSD - que não se sabe se é mago ou bruxo, lançou o “Trio Parada Dura”, formado por três governadores: Ronaldo Caiado de Goiás, Ratinho Jr. do Paraná e Eduardo Leite do Rio Grande do Sul, embaralhando a política nacional, com a força do PSD ter 891 prefeitos no Brasil e no estado de São Paulo ter 206 prefeituras.

## TRIO PARADA DURA

Os três são eventuais candidatos à presidência de República, dependendo da escolha de um deles, mas o importante é que foi aberto um racha entre a turma da direita, rompendo com o dilema Flávio Bolsonaro ou Lula, buscando parte do eleitorado que não quer nenhum dos dois. E mais. Com uma chance de atrair o pessoal do Centrão.

## ANO QUENTE

Segundo a bruxinha, o ano de 2026 será quente, não só em termos climáticos, mas também em vista dos acontecimentos. Segundo os estudiosos, Nostradamus não faz referência a este ano e, na numeração, somando os números 2026, chegamos ao resultado de 10, que simboliza um recomeço poderoso, ao indicar a transição de um ciclo para outro.

Isto posto, vamos analisar os fatos programados para este ano:

- + Dia 28/01 Começou o Campeonato Brasileiro de Futebol
- + Dia 02/02 A Câmara Municipal de Ati-

baia volta a funcionar

- + Dia 02/02 O Congresso volta aos trabalhos
- + Dia 14/02 Começa o Carnaval
- + Dia 04/03 Abertura da janela partidária
- + Dia 03/04 Paixão de Cristo
- + Dia 21/04 Tiradentes
- + Dia 05/04 Prazos de desincompatibilização eleitoral
- + Dia 05/04 Páscoa
- + Dia 01/05 Dia do Trabalho
- + Dia 11/06 Começa a Copa do Mundo de Futebol
- + Dia 13/06 Início das Festas Juninas
- + Dia 19/07 Jogo final da Copa do Mundo de Futebol
- + Dia 20/07 Come-

çam as Convenções Partidárias

- + Dia 15/08 Prazo final para registro dos candidatos
  - + Dia 16/08 Começo da Campanha Eleitoral
  - + Dia 07/09 Dia da Independência
  - + Dia 04/10 Votação no 1º Turno
  - + Dia 25/10 Votação no 2º Turno
  - + Dia 02/11 Finados
  - + Dia 15/11 Proclamação da República
  - + Dia 20/11 Dia da Consciência Negra
  - + Dia 25/12 Natal
  - + Dia 31/12 Véspera do Ano Novo
- Gostaram? Leve-se em conta todas estas datas entrelaçadas com os escândalos políticos envolvendo falcatuas,

roubos milionários, políticos acusados, acusações infundadas, inteligência artificial, delação premiada, Polícia Federal flagrando a não mais poder, o STF meio confuso e tudo acontecendo em um ano político. Nem vou comentar o vírus Nipah, altamente letal, ainda restrito à Índia e que por lá permaneça!

Ou em outro falar.

Nem o Nostradamus ousou prever o ano de 2026!

## LARGADA

O PT de Atibaia deu a largada ao anunciar o seu pré-candidato a deputado federal. O nome do ungido é William Vieira. E, ao que parece e pelo andar da carruagem, teremos uma enxurrada de nomes como pré-candidatos, tanto para deputado estadual quanto para federal, alguns com certa chance, para não dizer mínima, e outros vão aprender que política não é para amadores.

## ESCOLA

Na segunda-feira, passa a funcionar a Escola Cívico-Militar em Atibaia. E o que muda? Nadinha de nada!

## TÁ NA HORA

Passado o primeiro ano como comandante em chefe de Atibaia, com uma Câmara Municipal com oposição nula, dizendo amém aos interesses da administração e com os cofres cheios, é chegada a hora de Daniel Martini botar o seu bloco na rua e atacar e resolver os inúmeros e conhecidos problemas de Atibaia. No aguardo e fica a dica, comentou a meiga bruxinha!

## BANCO MASTER

Podem apostar. O



caso do Banco Master vai para a 1ª Instância e vai o mais rápido possível, para evitar que a bomba estoure no Supremo. A bomba que todos querem evitar é uma mistura de bomba atômica, bomba de hidrogênio, bomba de nêutrons - que como todos sabem é considerada uma arma limpa porque mata seres vivos por radiação, mas mantém estruturas físicas, edifícios e propriedades praticamente intactos, e fechando a mistura uma pouquinho de vírus letais e mais uma pequena porção de gás nervoso, que mata por asfixia. Esta é a bomba que ninguém quer ver detonada! É a chamada bomba do Juízo Final.

## MAQUIAVEL

A alma de Maquiavel deu uma chegadinha no Caldeirão e pediu que se colocasse a seguinte frase: “Daria tudo que sei pela metade do que ignoro”.

*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

## CARNAVAL ATIBAIA 2026

TRADIÇÃO E ALEGRIA COM SEGURANÇA!

### 14 A 17 DE FEVEREIRO

Praça da Matriz e Passarela do Samba

Se beber, não dirija | Não é não | Use camisinha

Confira programação completa:  
[atibaia.sp.gov.br](http://atibaia.sp.gov.br)

SECRETARIA DE CULTURA | PREFEITURA DA ESTÂNCIA DE ATIBAIA

# PREFEITURA INAUGURARÁ DUAS NOVAS CRECHES EM FEVEREIRO

Inaugurações ampliam vagas na educação infantil e reforçam as políticas públicas voltadas à primeira infância em Atibaia



A Prefeitura de Atibaia realizará, no início de fevereiro, a inauguração de duas importantes unidades de educação infantil, ampliando o atendimento às crianças do município e fortalecendo as políticas públicas voltadas à primeira infância.

Na segunda-feira, 2 de fevereiro, às 14h, acontece a inauguração da Creche São Roque, oficialmente denominada CCEI - Centro Comunitário de Educação Infantil Professora Camila Mazzoni de Barros, localizada na Estrada Minoru Inui, no Sítio Santa Bárbara, bairro São Roque. A unidade terá capacidade para atender 101 crianças.

Já na quarta-feira, 4 de

fevereiro, também às 14h, será inaugurada a Creche do Rosário, situada na Avenida Nossa Senhora do Rosário, s/nº, no bairro do Rosário. A unidade é oficialmente denominada CCEI - Centro Comunitário de Educação Infantil Diretora Leonice Maria da Silva e atenderá 104 crianças.

As duas creches atenderão crianças de 0 a 5 anos, com funcionamento regular das 7h30 às 16h30. Para as famílias previamente cadastradas no período integral ampliado, haverá atendimento estendido até as 18h, garantindo suporte aos pais e responsáveis que necessitam de uma jornada ampliada.

A inauguração dessas

novas unidades representa um avanço significativo para o município, ampliando o número de vagas na educação infantil e oferecendo espaços adequados, seguros e acolhedores para o desenvolvimento das crianças. Investir na primeira infância é investir no futuro, assegurando melhores oportunidades de aprendizagem, socialização e desenvolvimento integral.

Com essas iniciativas, a administração municipal reafirma seu compromisso com a educação de qualidade, o cuidado com as crianças e o apoio às famílias atibaieenses, promovendo inclusão, equidade e o fortalecimento da rede municipal de ensino.

# EMPRESAS E PRESTADORES DE SERVIÇOS JÁ PODEM ACESSAR OS TRIBUTOS MOBILIÁRIOS DE 2026

Pagamento parcelado começa em 27 de fevereiro e guias são emitidas exclusivamente de forma eletrônica

A Secretaria de Planejamento e Finanças informa que o vencimento da primeira parcela dos Tributos Mobiliários de 2026 será em 27 de fevereiro de 2026, para os contribuintes que optarem pelo pagamento parcelado das Taxas de Funcionamento e do ISSQN (Imposto Sobre Serviços de Qualquer Natureza). Já os contribuintes que escolherem o pagamento em cota úni-

ca terão 5% de desconto, com vencimento em 20 de março de 2026.

Os Tributos Mobiliários são destinados a empresas e profissionais autônomos que exercem atividade econômica em Atibaia e estão inscritos no Cadastro Mobiliário do Município, abrangendo empresas de todos os portes, dos setores de comércio, indústria e serviços.

Desde 2021, não há

mais envio de carnês dos Tributos Mobiliários impressos pelos Correios. A emissão das guias de pagamento passou a ser feita exclusivamente de forma on-line, por meio do portal oficial da Prefeitura de Atibaia.

Para emitir a guia, o contribuinte deve acessar o site: <http://www.atibaia.sp.gov.br>, clicar no botão "Tributos Mobiliários", localizado no lado esquerdo da página inicial, ou acessar diretamente o link: [https://e-gov.betha.com.br/cdweb/03114-468/contribuinte/re\\_l\\_guiaalvara.faces](https://e-gov.betha.com.br/cdweb/03114-468/contribuinte/re_l_guiaalvara.faces). Em seguida, selecionar o Estado e a Prefeitura da Estância de Atibaia, clicar na opção "Emitir", escolher "Guias de Alvará" e informar o CNPJ ou CPF.

Para mais informações ou esclarecimento de dúvidas sobre o pagamento das Taxas de Funcionamento e do ISSQN, os interessados podem entrar em contato com o Departamento de Tributos, por meio da Divisão de Controle de Receitas Mobiliárias, pelo e-mail: [tributosmobiliarios@atibaia.sp.gov.br](mailto:tributosmobiliarios@atibaia.sp.gov.br) ou pelo telefone (11) 4418-8890, opção 7.

# FRASES PARA VOCÊ USAR QUANDO SEU FILHO NÃO LHE ESCUTA!

FINAL



**Dra. Regiane Glashan\***

A semana passada estávamos comentando sobre formas mais assertivas em nos comunicarmos com nossos filhos. Entendemos que quando percebemos as emoções das crianças, as reconhecemos e as ouvimos com empatia, nos aproximamos mais e estreitamos nosso vínculo.

Com as técnicas de Educação Positiva, podemos educar nossos filhos com mais gentileza, porém sem perder a firmeza de vista. Os limites são claros e as estratégias para resolução de problemas mais adequadas.

Vamos dar prosseguimento a nossa lista da semana anterior?

**1. "Respeite a você e aos outros"**

Ao invés de: "Seja bonzinho." ou "Comporte-se como um ajo que eu sei que você é!"

Exemplo: "Lembre-se de respeitar a você mesmo e aos outros quando você estiver brincando com os amiguinhos no pula-pula!"

Explicação: Seja específico as crianças não absorvem frases abstratas e longas. Caso você queira reiterar o que você falou, confirme fazendo com que seu filho repita a sua frase.

**2. "Use suas habilidades para brincar junto!"**

Ao invés de: "Pare de ser mandão nas brincadeiras. Por isso que ninguém gosta de brincar com você!"

Exemplo: "Você é um bom líder. Lembre-se de usar suas habilidades: pergunte aos colegas ao invés de determinar quem vai fazer o que ou brincar com quem!"

Explicação: crianças naturalmente líderes costumam falar com as outras crianças de maneira impositiva. Treine seu filho como ser um bom líder com integridade, respeito, espírito colaborativo, capacidade de escuta, entre outras. Não esqueça de mostrar que todos têm direito a sua vez!

**3. "Eu preciso de você para \_\_\_\_\_."**

Exemplo: "Eu preciso que você ande devagar como uma tartaruga, ao invés de uma corrida de carros!"

Explicação: As crianças nem sempre compreendem uma explicação ao pé da letra. As crianças respondem melhor quando nós nos comunicamos sem tom acusatório e por meio de coisas ou exemplos co-

nhecidos para fazerem a referência interna (tartaruga (lenta) x carros (rápido)).

**4. "Tudo bem chorar!"**

Ao invés de: "Pare de chorar e agir que nem um bebezinho!" ou "Pare de chorar agora!" ou "Engula esse choro!"

Exemplo: "Tudo bem você chorar - eu sei que você está triste!". "Eu estarei ao seu lado se você precisar de mim!"

**5. "Como você pode se sentir melhor?"**

Ao invés de: sempre tentar consertar a situação: "Por que você é sempre tão sensível?". "Coma este docinho e você se sentirá melhor!"

Exemplo: "Tudo bem você estar desapontado. Quais coisas você poderia fazer para ajudá-lo a se sentir melhor?"

Explicação: Fortalecer ou empoderar a criança para que ela consiga cuidar de si própria é uma conquista. Crianças que aprendem a se auto regular emocionalmente têm melhor autoestima, são mais assertivas, são menos agressivas, são mais calmas, mantêm boas amizades e apresentam menos problemas de comportamento na escola.

**6. "Calma, respire fundo e aguarde para finalizar a tarefa."**

Ao invés de: "Deixa que eu faço isso por você!"

Exemplo: "Percebo que você precisa de um tempo extra. Vou sentar e aguardar mais dois minutos enquanto você finaliza a atividade."

Explicação: Muitas vezes estamos tão assoberbados de tarefas que nos sentimos impelidos a fazer as coisas por nossos filhos. O importante é estimularmos as crianças a finalizarem uma tarefa, mesmo que no final ela não fique perfeita. O objetivo é que a criança possa se esforçar para da próxima vez fazer melhor e desenvolver sentimentos de capacidade e autonomia.

**7. "Eu te amo não importa o que aconteça!"**

Ao invés de: "Ninguém gosta de ficar perto de você quando você está assim!". "Ninguém vai te beijar ou abraçar quando você age dessa maneira!"

Exemplo: "Eu te amo e não importa o comportamento que você teve e eu gostaria que você perguntasse ao seu irmão se você pode pegar o brinquedo dele da próxima vez ao invés de toma-lo a força."

Explicação: O amor incondicional e sincero é a chave da Educação Parental Positiva e isso significa que nosso amor por nossos filhos não depende do nível de seu bom comportamento ao longo do dia. Nós os amamos do fundo de nossos corações. As crianças que absorvem o amor como verdade desenvolvem o sentimento de per-

tencimento, o qual é a chave da motivação. Quando a criança está abastecida de amor e atenção ela se comporta melhor.

**8. "Não me sinto bem com \_\_\_\_\_"**

Ao invés de: "Você é muito pequeno ainda pra fazer isso ou aquilo!"

Exemplo: "Eu não me sinto confortável com você caminhando sobre os blocos de pedra por que eu fico preocupada que você caia e se machuque!"

Explicação: Quando reconhecemos nossos próprios medos e receios nossos filhos respondem com respeito aos nossos limites. Comunique o "receio" usando o pronome EU e a tendência deles é recuar.

**9. "Se você está seguro, então, você decide!"**

Ao invés de: "Você sabe fazer isso?"

Exemplo: "Quero que você saiba que eu estou aqui para lhe ajudar se for preciso!"

Explicação: Quando temos uma atividade de baixo risco e sabemos que a criança está segura, podemos dar "linha" para estimular a autoconfiança e ajuda-lo a tomar decisões.

**10. "Eu acredito em você e eu estou aqui para lhe dar suporte!"**

Ao invés de: "Desista!". "Eu pego para você!". "Eu faço isso por você!". "Por que eu tenho que fazer tudo por você?"

Explicação: É importante que os pais estimulem o autocuidado em seus filhos e que eles consigam resolver problemas que eles se sintam capazes e confiantes. Pais precisam dar suporte aos seus filhos e não salvá-los. Isso demanda paciência, paciência e muita paciência. Todavia, estimular a criança a "fazer", os ajuda a desenvolver a autoestima e a automotivação.

**11. "Como você está se sentindo?"**

Ao invés de: "Pare, você não precisa ficar tão pra baixo!"

Exemplo: "Eu posso ver que você está pra baixo, o que você está sentindo?"

Explicação: Ajudar as crianças a identificar suas emoções e comunicá-las efetivamente ao seu cuidador é um dos elementos da educação positiva. Quando a criança expressa o que sente e entende o que está sentindo, seu comportamento é modulado bem como o respeito.

\* 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](http://www.terapeutadebebes.com.br). Instagram: @terapeutadebebes\_familia



**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](mailto:consteccontabil@uol.com.br)

**ATIBAIA HOJE**

FONE/FAX: 11 4411-2326 CELULAR: 11 99989-3097

MARIA CLARA TEIXEIRA GONÇALVES EDITORA - ME  
CNPJ/MF 09.429.540/0001-60 Inscrição Municipal 33.444  
Redação: Rua Gaivotas, 155 - Refúgio - Atibaia/SP  
CEP: 12946-872 - e-mail: [atibaiahoje@uol.com.br](mailto:atibaiahoje@uol.com.br)

**■ Diretora Responsável**

Maria Clara Teixeira Gonçalves

**■ Jornalista Responsável**

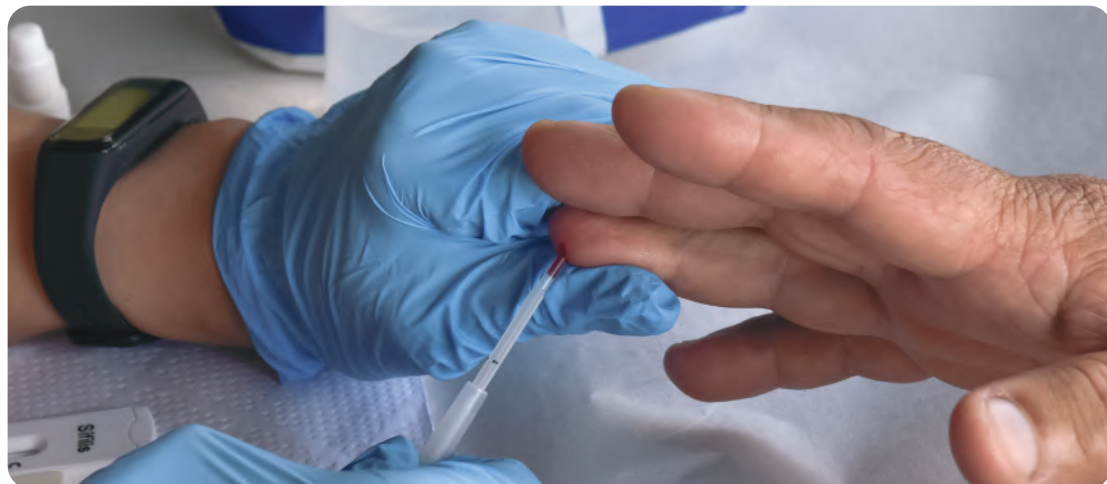
Maria Clara Teixeira Gonçalves

MTb nº 74.303

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

## DOMINGO LIVRE NO ITAPETINGA FOI SUCESSO DE PÚBLICO

Iniciativa contou com o envolvimento de diversas secretarias municipais, levando ações e serviços de utilidade pública à população



No último final de semana, foi realizado o primeiro Domingo Livre de 2026, que foi sucesso de público. O evento aconteceu no Centro Comunitário “Terezinha De Jesus Arruda Scarelli”, no bairro do Itapetinga, e reuniu mais de mil pessoas na região.

A iniciativa contou com o envolvimento de diversas secretarias municipais, garantindo uma ação integrada e completa para todos e oferecendo atividades e serviços de utilidade pública à população.

Para as crianças, foram disponibilizadas atividades recreativas e esportivas, como jogos de tabuleiros, resgate de

brincadeiras de rua (amarelhinha, pula corda, etc.) e brinquedos infláveis. E o público pôde conferir apresentações de modalidades esportivas, como taekwondo e ginástica rítmica.

As equipes da Secretaria Municipal de Saúde também estiveram empenhadas com a campanha do Dia D de vacinação, ofertando à população vacinas de todo o calendário nacional. Ao todo, foram aplicadas 40 doses de vacinas, além de 32 testes rápidos e 80 pessoas atendidas no escovódromo com a equipe da saúde bucal.

Os participantes puderam aproveitar ainda o espaço de troca de livros, o

cantinho da leitura, circuito de atividades educativas, as atividades do SUAS para primeira infância, além de doação de mudas, o Canil da Guarda Civil Municipal (GCM) e o espaço “Maternidade Solidária”, do Fundo Social de Solidariedade.

Por fim, a Rua dos Agapantos foi parcialmente fechada com o objetivo de garantir a segurança de todos que utilizaram o espaço para andar de bicicleta, patins, patinete e skate ou mesmo caminhar. O Domingo Livre foi uma excelente oportunidade para a população se desconectar das telas, aproveitando os momentos de lazer e convívio em um ambiente seguro, familiar e acolhedor.

## PARCERIA COM PREFEITURA IMPULSIONA AÇÕES DO SEBRAE-SP E BENEFICIA MAIS DE 12,9 MIL PESSOAS EM ATIBAIA NO ANO DE 2025

Investimento de R\$ 2,1 milhões marcou balanço apresentado à gestão pública municipal

A manhã de quarta-feira, 21 de janeiro, foi marcada pela divulgação dos resultados das ações realizadas em Atibaia, em 2025, pelo Escritório Regional do Sebrae-SP em Guarulhos com apoio da gestão pública municipal. A ação ocorreu no Fórum da Cidadania e contou com a presença do prefeito interino, Alessandro Roncoletta, e de diretores e secretários municipais.

Durante a reunião, foram destaques os mais de 12,9 mil atendimentos proporcionados ao longo do ano para empreendedores, empresários e pessoas físicas, número 31,3% superior à média dos atendimentos dos últimos quatro anos.

O crescimento é fruto de um investimento do Sebrae-SP de R\$ 2,1 milhões, por meio de cursos, consultorias, programas e demais iniciativas. O valor é 76,6% superior à média dos investimentos realizados pela instituição nos últimos quatro anos na cidade.

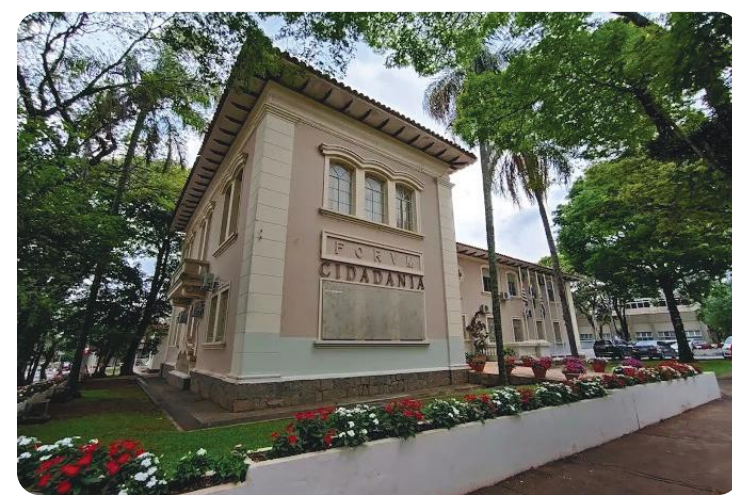
Sérgio Gromik, gerente regional do Sebrae-SP, explicou que a atuação em Atibaia é orientada pela metodologia do programa Cidade Empreendedora. “Nosso objetivo é ativar iniciativas voltadas para cada um dos 10 eixos do programa e, com isso, fortalecer uma atuação integrada entre as secretarias municipais”, disse.

O formato de trabalho integrado entre os setores da Prefeitura de Atibaia e o Sebrae-SP também contribuiu para os bons resultados. Com a atuação dos agentes de desenvolvimento e o acolhimento do projeto no município, as ações, antes concentradas apenas na Secretaria de Desenvolvimento Econômico, foram ampliadas para mais secretarias, potencializando as ações. Segundo o vice-prefeito, os avanços estão alinhados às prioridades da gestão municipal, com a perspectiva de manter e ampliar a parceria em 2026.

### Pequenos negócios mais fortes e competitivos

As ações de melhoria da competitividade impactaram diretamente empresas urbanas e rurais do município. Ao todo, 91 empresas foram atendidas por programas como o ALI Produtividade, ALI Rural, Sebraetec, PEIEX e Sebrae for Startups.

Como resultado, as micro e pequenas empresas participantes registraram aumento médio de 9%



no faturamento. Outros destaques foram seis encontros de negócios realizados em Atibaia, que geraram expectativa de mais de R\$ 15,7 milhões em novos negócios.

Além disso, o município sediou eventos estratégicos, como o Encadear Summit e o Startup Day, realizado pela primeira vez em Atibaia, e custeou missões empresariais para grandes feiras, ampliando o acesso dos empreendedores a mercados e oportunidades.

### Inclusão produtiva gera aumento de renda

Na área de inclusão produtiva, as ações tiveram impacto direto na vida de pessoas em situação de vulnerabilidade social. Dos participantes das iniciativas 45% registraram aumento médio de sua renda, superando a meta inicial de 40%.

O Núcleo de Inclusão Produtiva de Atibaia (NIP), equipamento da Secretaria de Assistência e Desenvolvimento Social, apoiado pelo Sebrae-SP, ganhou reconhecimento estadual e nacional, sendo apresentado como case de sucesso no evento Transformar Juntos, em Brasília.

### Educação empreendedora alcança 100% da rede municipal

Em 2025, Atibaia alcançou um marco importante na educação empreendedora: 100% dos alunos do ensino fundamental I da rede municipal, que corresponde a 9.054 estudantes, foram impactados por ações do Sebrae-SP.

Desse total, 3.324 alunos participaram do programa JEPP (Jovens Empreendedores Pequenos Passos). Além disso, 50 professores foram capacitados para aplicação da metodologia. No ensino médio, 39 estudantes foram impactados pelas iniciativas.

### Fortalecimento das políticas públicas

As ações em políticas públicas incluíram capacitações em compras públicas, apoio a agentes de

desenvolvimento, liderança rural, consultorias em turismo e a revitalização de unidades de atendimento, além da atuação do Sebrae Móvel em diferentes regiões da cidade.

“Graças a esse conjunto de iniciativas envolvendo nossas quatro bandeiras, Atibaia atendeu 8 dos 10 eixos do programa Cidade Empreendedora, reconhecimento alcançado por apenas três municípios no estado de São Paulo em 2025”, finalizou Gromik.

### Planejamento para 2026

Em 2026, o Escritório Regional do Sebrae-SP em Guarulhos planeja ampliar as ações de fomento ao empreendedorismo em Atibaia, por meio da continuidade de programas como o ALI Produtividade, ALI Rural, Sebraetec, Embrapii e PEIEX.

A agenda inclui ainda apoio na estruturação do Centro de Inovação Tecnológico (CIT), em parceria com a Prefeitura e o Instituto Constanta de Inovação, realização de eventos como Startup Day, Encadear Summit, Ideathon, Delas Day e Semana do MEI, bem como aplicação de projetos voltados ao fortalecimento do comércio local e à Indicação Geográfica do Morango de Atibaia.

Estão previstas também ações de inclusão produtiva, com foco na geração de renda e capacitação de públicos em situação de vulnerabilidade social.

### Sobre o Sebrae-SP

O Serviço de Apoio às Micro e Pequenas Empresas de São Paulo é uma entidade privada que promove a competitividade e o desenvolvimento sustentável das micro e pequenas empresas. Tem atuação com foco no fortalecimento do empreendedorismo e na aceleração do processo de formalização da economia por meio de parcerias com os setores público e privado, programas de capacitação, acesso ao crédito e à inovação, estímulo ao associativismo, feiras e rodadas de negócios. Saiba mais em: <https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae>

## EDITAL | EDITAL | EDITAL

GRÊMIO ESPORTIVO ATIBAIENSE (GEA)

EDITAL DE CONVOCAÇÃO - ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

ELEIÇÕES TRIÊNIO 2026/2029

O Presidente do Conselho Deliberativo do GRÊMIO ESPORTIVO ATIBAIENSE (GEA), CNPJ 47.942.537/0001-34, no uso de suas atribuições estatutárias e em conformidade com o Regulamento Eleitoral aprovado, faz saber e convoca todos os associados aptos a votar para a Assembleia Geral Ordinária destinada à eleição dos membros do Conselho Deliberativo, a realizar-se conforme as normas abaixo:

#### 1. DA DATA E HORÁRIO

Data do Pleito: 08 de março de 2026. (domingo), Horário de Votação: Das 13h00 às 17h00 (Art. 1º e 7º). Local: Sede Social do GEA.

#### 2. DO CRONOGRAMA ELEITORAL (Art. 6º)

As etapas do processo eleitoral seguirão o seguinte calendário obrigatório:

09/02/2026: Início do prazo para registro de chapas na secretaria (09h às 18h).

19/02/2026: Encerramento do prazo para registro de chapas (até às 18h).

21/02/2026: Publicação das chapas habilitadas no quadro de avisos da sede.

23/02/2026: Prazo final para apresentação de impugnação de candidatos por escrito.

28/02/2026: Data limite para a publicação oficial deste Edital na imprensa local.

01/03/2026: Afixação da relação geral de votantes (colégio eleitoral) na sede social.

08/03/2026: Realização da eleição, apuração e aclamação dos eleitos.

Atibaia, 30 de janeiro de 2026

Ailton Luiz Teixeira  
Presidente do Conselho Deliberativo

EDITAL DE CITAÇÃO - PRAZO DE 30 DIAS, expedido nos autos da Ação de Usucapião, PROCESSO Nº 1007320-03.2024.8.26.0048

O MM. Juiz de Direito da 3ª Vara Cível, do Foro de Atibaia, Estado de São Paulo, Dr. Rogério A. Correia Dias, na forma da Lei, etc.

**FAZ SABER** ao Espólio de José de Almeida, seus eventuais herdeiros e sucessores, bem como aos réus ausentes, incertos, desconhecidos, eventuais interessados, bem como seus cônjuges e/ou sucessores, que Larissa Taira Bernardo de Souza Rocha e Aléx Pereira Rocha ajuizaram ação de USUCAPIÃO, visando domínio, por usucapião, de imóvel certo e determinado, com posse localizada, com a área de 3.426,182 m<sup>2</sup>, perímetro de 240,131 metros, com frente para a ESTRADA MUNICIPAL CELSO FURTADO (antiga Rua 3), distante 135,00 metros da esquina com a ESTRADA PEDRO BERZUINO, designado como PARTE DOS LOTES NS. 71 a 75, no lugar denominado CHÁCARAS VALPARAISO, bairro do Rosário, perímetro urbano deste município e comarca de Atibaia/SP., cadastrado na Prefeitura Municipal de Atibaia/SP. Em maior área conforme a inscrição n. 19.077.032.00 106745, a ser destacado do remanescente do imóvel da transcrição n. 29.278, fls. 54, Livro 3-AI, em nome de JOSÉ DE ALMEIDA, alegando posse mansa e pacífica no prazo legal. Estando em termos, expedese o presente edital para citação dos supramencionados para, no prazo de 15 (quinze) dias úteis, a fluir após o prazo de 30 dias. Não sendo contestada a ação, o réu será considerado revel, caso em que será nomeado curador especial. Será o presente edital, por extrato, afixado e publicado na forma da lei. **NADA MAIS.** Dado e passado nesta cidade de Atibaia, aos 08 de outubro de 2025.

# CARNAVAL 2026 EM ATIBAIA REÚNE ATRAÇÕES PARA TODA A FAMÍLIA, COM PROGRAMAÇÃO ANIMADA E REGRAS DE SEGURANÇA



O Carnaval 2026 está chegando e Atibaia já tem programação definida para quem deseja aproveitar as festividades com alegria, segurança e em clima familiar. A Prefeitura de Atibaia, por meio da Secretaria de Cultura, preparou uma agenda especial de atividades entre os dias 14 e 17 de fevereiro, com apresentações musicais, concursos, blocos carnavalescos e eventos tradicionais em diferentes pontos da cidade.

Seguindo a receita de sucesso do ano passado, o município promove um Carnaval pacífico, que valoriza o respeito, a convivência em família e a prevenção. Além da programação cultural, foram estabelecidas normas específicas para a realização dos festejos, com foco na segurança e na organização dos eventos oficiais.

## Programação na Praça da Matriz

A programação principal acontece na Praça Claudino Alves (Matriz), de sábado (14) a terça-feira (17), sempre das 15h às 20h.

No sábado (14), das 15h às 16h, o público poderá curtir música mecânica. Às 16h, tem início a apresentação musical no palco, com Alobened Airam, ex-vocalista da Banda Mel, abrindo o carnaval da Matriz. Às 17h, ocorre a saída dos bonecos em cortejo em direção à Praça do Rosário, pela Rua José Lucas. O encerramento do evento está previsto para as 20h.

No domingo (15), a programação começa às 15h com música mecânica até às 16h, quando tem início a apresentação musical no palco com Altemar Dutra Jr., que também se apresenta nos dias seguintes. Das 15h às 18h, acontecem as inscrições para o Concurso de Fantasias Infantis. Às 17h, os bonecos saem em cortejo pela Rua José Lucas, e o resultado do concurso será divulgado às 19h, no palco principal, com entrega de tro-

féus. O evento se encerra às 20h.

Na segunda-feira (16), das 15h às 16h, haverá música mecânica, seguida de apresentação musical no palco a partir das 16h, novamente com Altemar Dutra Jr. Às 17h, ocorre a saída dos bonecos em direção à Praça do Rosário, com encerramento às 20h.

Já na terça-feira (17), das 15h às 16h, a programação começa com música mecânica e apresentação musical no palco a partir das 16h. Das 15h às 18h, acontece o Concurso de Blocos Carnavalescos, com divulgação do resultado às 19h, no palco principal. A saída dos bonecos ocorre às 17h, e o encerramento do evento está previsto para as 20h.

## Bloco do Zé Pereira

No sábado (14 de fevereiro), a cidade recebe o tradicional Bloco de Carnaval do Zé Pereira, na Passarela do Samba, localizada na Rua Guaraci com a Avenida Jerônimo de Camargo. A programação acontece das 17h à meia-noite.

Às 16h, começa a música mecânica, seguida, às 17h, pelas apresentações de artistas locais. O show principal ocorre às 21h. Todas as apresentações serão realizadas em trio elétrico estacionado no local.

## Carnashow 2026

Também na Passarela do Samba, no domingo (15 de fevereiro), das 17h à meia-noite, acontece o Carnashow 2026 – Encontro de Pavilhões e Apresentação das Escolas de Samba e Blocos de Atibaia.

A abertura ocorre às 17h, seguida da apresentação de Afoxé, das 17h30 às 17h50, e da Corte do Carnaval, das 18h às 18h25. **As apresentações dos blocos começam às 18h30, com:**

18h30 às 19h – Unidos do CTB  
19h10 às 19h40 – Bloco 60+  
19h50 às 20h20 – Mandragem do Samba

## As escolas de samba se apresentam a partir das 20h30:

20h30 às 21h – G.R.C.E.S. Mocidade da Vila

21h10 às 21h40 – G.R.C.E.S. Acadêmicos do Cerejeiras

21h50 às 22h20 – G.R.C.E.S. Independência

22h30 às 23h – G.R.C.E.S.T. Fiel Atibaia

A festa terá formato mais próximo do público, sem desfile de carros alegóricos.

## Normas de segurança e organização

Para garantir um Carnaval seguro e organizado, a Prefeitura publicou os Decretos nº 11.559 e nº 11.564, na Imprensa Oficial dos dias 13 e 16 de janeiro, que estabelecem regras para os festejos de 2026.

Fica proibida a comercialização e o consumo de bebidas destiladas, bem como o uso de recipientes ou copos de vidro nos locais e horários dos eventos oficiais. Também não será permitida a entrada de pessoas portando máquinas portáteis para recebimento de pagamentos por cartão.

A entrada de isopores, caixas térmicas, coolers e outros recipientes térmicos será permitida somente após revista dos agentes de segurança, devendo estar completamente vazios no momento da inspeção.

Está proibida ainda a utilização de equipamentos de som, fixos ou móveis, bem como o comércio ambulante nas áreas e horários das comemorações. Em todo o município, também fica vedada a comercialização e o uso de sprays “lança-espuma”, “lança-serpentina” e spray de buzina, conforme a legislação municipal.

O descumprimento das normas acarretará sanções previstas na legislação vigente. As regras valem para todos os festejos carnavalescos promovidos pelo município em 2026.

# OBRA DE RECAPEAMENTO FOI INICIADA NA RUA ANTÔNIO DA CUNHA LEITE, NO BAIRRO DO PORTÃO

Obra integra pacote de melhorias viárias e foi viabilizada por meio de parceria com o Governo do Estado de São Paulo



A Prefeitura iniciou nesta semana as obras de recapeamento da Rua Antônio da Cunha Leite, principal via do bairro do Portão, que concentra um expressivo número de comércios e indústrias locais. O serviço contempla cerca de 700 metros de recapeamento e é viabilizado por meio do con-

trato nº 080/23, firmado com o Governo do Estado de São Paulo, no valor de R\$ 5,7 milhões. O contrato prevê a execução de obras de recapeamento em diferentes pontos do município, conforme cronograma definido pela Secretaria de Obras Públicas.

Assim como outras obras públicas em an-

damento no município, a intervenção no bairro do Portão é resultado do trabalho de articulação da Administração Municipal junto ao governo estadual, realizado ao longo de 2025, que possibilitou a retomada de um projeto anteriormente paralisado, com recursos prestes a serem cancelados.

# CARNAVAL 2026: ALTERAÇÕES NO TRÂNSITO E SEGURANÇA REFORÇADA EM ATIBAIA

Prefeitura divulga planejamento especial com interdições, rotas alternativas e atuação integrada das equipes municipais

Durante o Carnaval 2026, entre 14 e 17 de fevereiro, a Prefeitura de Atibaia implementará um planejamento especial com interdições viárias, rotas alternativas e reforço na segurança para garantir a organização e a mobilidade nos locais de festa.

Haverá interdições e mudanças no fluxo de veículos em vias próximas aos eventos, incluindo a Rua Pedro Salgado, a Avenida Jerônimo de Camargo (em trechos nos sentidos Caetetuba e Avenida São João) e a Rua Guaraci, além de alterações de sentido e ajustes para desvio do tráfego. Também estão previstas intervenções pontuais na região central, como na Rua José Alvim e na Praça Claudino Alves, das 15h às 20h. A orientação é que os motoristas utilizem rotas alternativas e fiquem atentos à sinalização temporária.

O planejamento viário será executado pela Secretaria de Mobilidade e Planejamento Urbano, responsável pela sinalização, controle das interdições e orientação do tráfego, com foco na



segurança de pedestres e condutores.

Na área da segurança, a atuação será integrada, envolvendo a Secretaria de Segurança Pública, Guarda Civil Municipal, Polícia Civil, equipes de saúde, bombeiros civis, seguranças particulares, Defesa Civil, Sedec e Vigilância Sanitária. A GCM terá reforço no efetivo e intensificação das rondas,

sem prejuízo do policiamento regular, e a Polícia Civil atuará em regime de plantão, inclusive no sábado e domingo de Carnaval.

Também haverá fiscalização intensificada, com ações para coibir irregularidades, além de operações da Lei Seca, com uso de etilômetros e bloqueios pontuais, em parceria com a Polícia Militar e a Polícia Civil.



PACOTES - PASSEIOS - ACESSORIA - CASAMENTOS  
ROTEIROS PERSONALIZADOS - ATENDIMENTO 24H  
TURISMO RECEPTIVO PARA BRASILEIROS



## PREFEITURA REALIZA ESTUDOS PARA REESTRUTURAÇÃO E MELHORIAS DO TRANSPORTE PÚBLICO

Trabalho técnico desenvolvido pela FESPSP busca adequar o sistema de mobilidade urbana ao crescimento da cidade e às novas demandas da população

Como parte do trabalho da Administração Municipal para fortalecer e aprimorar o setor de mobilidade urbana, a Prefeitura de Atibaia vem adotando medidas para acompanhar o crescimento da cidade e melhorar o deslocamento da população. Nos últimos dez anos, o município registrou um aumento de aproximadamente 15% na população e de 27% na frota de veículos, cenário que intensificou o trânsito e ampliou a necessidade de soluções eficientes para a circulação urbana. Diante desse contexto, a reestruturação do transporte público torna-se fundamental, considerando que o serviço é utilizado diariamente por cerca de 24 mil pessoas em Atibaia.

Para implantar um sistema de transporte coletivo mais eficiente e alinhado às demandas da população, está em andamento um estudo técnico que irá orientar a reestruturação do transporte público do município. O trabalho está sendo desenvolvido pela Fundação Escola de Sociologia e Política de São Paulo (FESPSP), em parceria com a Prefeitura de Atibaia, por meio da Secretaria de Mobilidade e Pla-



nejamento Urbano.

O projeto envolve levantamentos e estudos que permitem compreender como a população se desloca pela cidade, quais são as principais demandas e onde estão os pontos que necessitam de melhorias. A partir dessas análises, serão elaboradas propostas para a reestruturação do sistema, com foco na melhoria das linhas, rotas e horários, bem como na organização do serviço como um todo.

Todo o processo está estruturado em etapas que incluem o diagnóstico do sistema atual e a elaboração de propostas, sempre considerando a experiência do usuário, o tempo de viagem, o conforto, a cobertura das linhas e as necessidades específicas de cada região da cidade. O objetivo final é oferecer à população um transporte público mais eficiente,

acessível e adequado à realidade de Atibaia.

### Metodologia

A metodologia do estudo do transporte público de Atibaia envolve a realização de uma Pesquisa Origem-Destino, que permite compreender como a população se desloca pela cidade e identificar os principais padrões de mobilidade. O levantamento contempla pesquisas presenciais, oficinas participativas e consulta on-line, garantindo a participação da população e a coleta de dados representativos e confiáveis. Essas informações são complementadas por dados operacionais do sistema, como o rastreamento por GPS dos ônibus e a contagem de passageiros em pontos estratégicos, que passam por análise técnica e estatística para orientar o planejamento e a reorganização das linhas.

## SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROMOVE ENCONTRO FORMATIVO PARA NOVOS PROFISSIONAIS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO

Atividade reuniu 80 educadores e abordou práticas pedagógicas voltadas ao desenvolvimento integral dos estudantes

Enquanto as crianças seguem em período de férias escolares, a Secretaria de Educação de Atibaia investe na formação continuada de 80 profissionais ingressantes da rede municipal de ensino. No dia 16 de janeiro, foi realizado um encontro formativo sobre “Educação com Visão Integral”, promovido em parceria com a Escola Internacional Preparando Gerações (EIPG).



O encontro contou com a participação do palestrante internacional Dr. Ron C. Titus, em sua primeira visita ao Brasil, que abordou a “Educação com Visão Integral”, uma temática atual e relevante para o contexto educacional. A proposta compreende o aluno como um ser completo, indo além do aprendizado acadêmico e conside-

rando também os aspectos emocionais, sociais, físicos, éticos e cognitivos no processo de ensino e aprendizagem.

Durante o encontro, foram apresentados conceitos da neurociência aplicados ao cotidiano escolar, com destaque para o papel do professor como mediador do conhecimento e para a importância do vínculo emocional no processo de aprendizagem. Entre os temas abordados esteve ainda a plasticidade neural, que se refere à capacidade do cérebro de se reorganizar e formar novas conexões ao longo da vida. O conteú-

do reforçou a relevância de práticas pedagógicas inovadoras, voltadas ao estímulo da empatia, à personalização do ensino e à construção de ambientes escolares mais acolhedores.

Para a Secretaria de Educação, a iniciativa reforça o trabalho com a qualificação permanente dos profissionais da rede municipal e com o fortalecimento de ações formativas que contribuam para a melhoria contínua da qualidade do ensino, favorecendo o desenvolvimento integral dos estudantes e a preparação para os desafios da vida em sociedade.

## TREINO ABERTO DE NATAÇÃO PARA APRESENTAR NOVO PROJETO DA MODALIDADE PARA 2026 ACONTECERÁ EM FEVEREIRO

Evento também promoverá uma integração entre atletas de alto rendimento, crianças da iniciação esportiva e os professores

A Prefeitura, por meio da Secretaria de Esportes, Lazer e Cidadania, e a Associação Desportiva de Atibaia (ADA) promoverão no dia 7 de fevereiro (sábado), às 9 horas, no CIEM II (Jardim Imperial), um treino aberto à população para apresentar o novo projeto de Natação para 2026 e também a equipe de profissionais da modalidade em Atibaia.

### Treino Aberto

O evento terá início com a apresentação dos técnicos que realizam os treinamentos e a coordenação geral de alto rendimento e do calendário de competições deste ano. Em seguida, haverá uma integração entre todos os nadadores, desde os atletas de alto rendimento até as crianças da iniciação esportiva e os professores, com o objetivo



de incentivar a formação desses alunos visando a excelência competitiva em torneios de alto nível e, até mesmo, a profissionalização.

O público também terá a oportunidade de participar de um bate-papo para discutir os benefícios da natação para todos os praticantes. A modalidade é conhecida por promover a tonificação e o fortalecimento muscular; aumentar a saúde cardíaca e pulmonar; reduzir dores nas articulações; e promover a socialização entre os alunos durante os treinos e competições.

### Novidades

E, para este ano, a Prefeitura de Atibaia irá disponibilizar um novo local de treinamento para as equipes de competição: as piscinas do Complexo Esportivo para o Idoso “Jean Madeira”, próximo ao Ginásio do Atibaia Jardim. O local ficará à disposição dos atletas que representarão a cidade de Atibaia nos torneios, inclusive daqueles que participam dos Jogos da Melhor Idade (JOMI).

Atualmente, os atletas de alto rendimento da Natação de Atibaia realizam os treinos nas piscinas do Elefantão e do CIEM.



## Horóscopo

Semana de 31 de janeiro a 6 de fevereiro

**ÁRIES** - Boa influência para o romance e o casamento. Está na hora de você dar uma mãozinha à sua sorte. Talvez não consiga hoje ou nestes próximos dias, gozar de inteira liberdade que precisa. Mas é provável que, se meditar sobre a opinião dos outros terá maior recompensa num futuro próximo.

**TOURO** - Fase pouco indicada para os negócios e aos assuntos sociais. Evite, também, as questões extracônjugais e os perigos de acidente e tudo que possa prejudicar sua tranquilidade no lar, moral e saúde. Apenas na vida amorosa você poderá ter algum contratempo.

**GÊMEOS** - Não confie muito em pessoas estranhas e nas novas amizades que fizer. Por outro lado, conseguirá realizar boa parte de seus anseios e de desejos, relacionados com o campo profissional. Os astros revelam que alguns momentos de inspiração nesta fase devem motivá-lo a alguma realização concreta.

**CÂNCER** - Momento dos mais benéficos para tratar com o sexo oposto, padres, pastores, políticos e militares. Poderá, também se for livre de compromissos, iniciar romance com pessoa da família. Você deve intensificar as suas atividades profissionais.

**LEÃO** - Excelente intuição e êxito nos assuntos religiosos e legais estão previstos para você. Êxito no exterior e ao trato com pessoas de alto nível social e de inteligência. Você pode passar momentos agradáveis junto aos amigos, e no trabalho, você conseguirá desenvolvê-lo com muita criatividade.

**VIRGEM** - Fase propícia com oportunidades de aprimoramento pessoal, mental e espiritual. Evite assumir compromissos com colegas de trabalho ou amigos. As suas reações, devem ficar restritas aos estímulos de terceiros. Dificuldades no plano financeiro são frutos de impulsos sem reflexão.

**LIBRA** - Período benéfico. Cuide de si e aproveite para exaltar suas qualidades intelectuais e artísticas. O sol lhe é favorável, amparando-o no campo profissional e financeiro. Cuidado com os repentes inescrupulosos que em nada irão ajudá-lo.

**ESCORPIÃO** - Fase neutra na qual deverá esforçar-se para conseguir o que pretende. Terá o favor de autoridades e de parentes. Adote uma posição preventiva, evitando compromissos além dos que possa cumprir. Sucesso cultural e público.

**SAGITÁRIO** - Criaturas ou ocorrências disper-

sivas poderão desviar sua atenção dos compromissos e problemas mais importantes desta fase. Não permita que isto aconteça. Fluxo excelente para o trabalho e saúde. Os astros revelam que você deve desenvolver a sua capacidade de conquista, apelando para o seu charme.

**CAPRICÓRNIO** - Será bem sucedido, se adotar uma atitude otimista. Fase excelente para os estudos, amor e contatos pessoais. Melhor ainda para contratar servidores, contar com favores, endosso, fianças. Assim agindo, você estará estimulando ao menos a curiosidade de algumas pessoas do sexo oposto.

**AQUÁRIO** - Procure estabelecer um equilíbrio emocional. Evite confusões. Por esta razão, faça cada coisa no seu devido tempo. Procure ser mais prático e observador. Siga sua intuição. Dê atenção a sua família e saiba que ela exercerá uma influência muito boa em você.

**PEIXES** - Por mais difíceis que sejam as circunstâncias desta fase, você será vencedor, devido ao bom aspecto astral reinante em seu horóscopo. Evite tensões, entendendo-se da melhor maneira possível com todos. Tendência a se apegar mais às coisas materiais, enquanto por outro lado, tendência de aceitar maiores desafios.

## SEU INTESTINO PODE SER O GRANDE VILÃO DA TPM

A conexão invisível entre microbiota, hormônios e emoções no período pré-menstrual



Thais Verdi\*

Irritabilidade, inchaço, dor nas mamas, cólicas intensas, ansiedade, vontade exagerada por doces e alterações de humor.

Para muitas mulheres, a TPM vai muito além de um simples “período difícil do mês”.

O que pouca gente sabe - inclusive muitas mulheres - é que o intestino tem papel central na intensidade da TPM. Em muitos casos, o problema não está apenas nos ovários, mas sim na saúde intestinal.

### O intestino como regulador hormonal

Dentro do intestino vive um ecossistema de bactérias chamado microbiota intestinal. Parte dessas bactérias forma o chamado estroboloma, responsável por metabolizar e ajudar na eliminação do estrogênio.

Quando o intestino está saudável, o excesso de estrogênio é eliminado corretamente.

Quando há disbiose intestinal (desequilíbrio da microbiota), esse hormônio pode ser reabsorvido, levando à chamada dominância estrogênica.

### Consequências comuns

- \* Inchaço abdominal e retenção de líquidos
- \* Dor e sensibilidade mamária
- \* Cefaleia pré-menstrual
- \* Irritabilidade e instabilidade emocional

### TPM não é só hormonal - é inflamatória

A disbiose intestinal aumenta a permeabilidade do intestino, permitindo a passagem de toxinas para a corrente sanguínea. Esse processo gera inflamação sistêmica, que intensifica os sintomas da TPM.

### Essa inflamação está diretamente ligada a:

- \* cólicas mais intensas
- \* dores de cabeça
- \* piora da fadiga
- \* aumento da sensibilidade à dor.

Ou seja, quanto mais inflamado o intestino, mais intensa tende a ser a TPM.

### Intestino, serotonina e emoções

Cerca de 90% da serotonina, neurotransmissor ligado ao bem-estar e ao controle do humor, é produzida no intestino.

### Quando o intestino não funciona bem:

- \* há queda na produção de serotonina
- \* aumentam sintomas como: ansiedade, tristeza sem motivo aparente, compulsão alimentar, dificuldade para dormir, sensação de perda de controle emocional.

É por isso que muitas mulheres relatam que, na TPM, “não se reconhecem”.

Fígado e intestino: uma parceria essencial

O fígado é responsável por metabolizar hormônios, mas quem faz a eliminação final é o intestino.

Se o trânsito intestinal está lento - constipação, fezes irregulares, gases frequentes - os hormônios metabolizados retornam à circulação, perpetuando os sintomas mês após mês.

### Cuidar do intestino é cuidar da TPM

A boa notícia é que, ao tratar o intestino, muitas mulheres observam melhora significativa da TPM em poucos ciclos.

### Estratégias fundamentais incluem:

- \* Regular o funcionamento intestinal diário
- \* Aumentar o consumo de fibras solúveis
- \* Reduzir açúcar, álcool e ultraprocessados
- \* Ajustar micronutrientes como magnésio, vitamina B6, zinco e ômega-3
- \* Utilizar probióticos e prebióticos de forma individualizada

### Conclusão

A TPM não deve ser encarada como algo “normal” ou inevitável. Na maioria dos casos, ela é um sinal de desequilíbrio, e o intestino costuma ser o ponto de partida.

Tratar apenas os hormônios, sem olhar para o intestino, é tratar o sintoma e ignorar a causa.

## PLANO DE ENSINO INDIVIDUALIZADO PARA CRIANÇAS DE INCLUSÃO



Cristiane Fernandes Esteves Saraguci\*

Nos últimos anos assistimos a várias discussões em cima do PEI - Plano de Ensino Individualizado, para crianças de inclusão, que focavam principalmente em torno dos estudantes com autismo. Em novembro de 2024 foi aprovado o Parecer CNE/CP Nº 50 com as orientações específicas para o público da educação especial: atendimento a estudantes com transtorno do espectro autista (TEA). Neste documento, uma das orientações é a elaboração do PEI de acordo com a necessidade de cada estudante.

Para estudantes com atrasos no desenvolvimento o PEI se faz extremamente necessário, pois parte destes alunos não conseguem acompanhar o currículo escolar e, inclusive, podem ter atrasos em suas habilidades desenvolvimentais, que são essenciais para o aprendizado.

Por exemplo, um estudante que não consegue permanecer minimamente sentado, apresentará dificuldade de aprender, pois não consegue prestar atenção. Então, antes de pensar, por exemplo, em alfabetizar, será necessário ensiná-lo a sentar, esse ensino é prioridade e deve constar no documento.

O PEI não abrange apenas habilidades acadêmicas, mas também sociais, comportamentais, etc. O documento é elaborado a partir de uma avaliação inicial do aluno, onde serão observadas as habilidades que ele já adquiriu e aquelas em que estão em déficit.

É importante lembrar que a inclusão escolar vai muito além de matricular um estudante com necessidades educacionais específicas em uma escola regular. Para que a inclusão aconteça de forma real e eficaz, é necessário intencionalidade pedagógica, planejamento e estratégias que respeitem as singularidades de cada aluno. Em outras palavras, o PEI é uma ferramenta que garante o direi-

to à aprendizagem.

O PEI é um documento pedagógico que organiza, de forma sistemática, os objetivos, estratégias, recursos e formas de avaliação pensados especificamente para um estudante. Cada criança aprende de um jeito, em um ritmo próprio e o PEI parte deste princípio, não é o aluno que precisa se adaptar ao ensino, mas o ensino que deve se adaptar ao aluno. Ao considerar potencialidades, dificuldades, interesses e necessidades específicas do estudante, o plano permite intervenções mais eficazes e significativas.

### Além disso o PEI contribui para:

- \* Promover equidade no processo de ensino-aprendizagem;
- \* Reduzir barreiras pedagógicas;
- \* Favorecer o desenvolvimento acadêmico, social e emocional;
- \* Orientar o trabalho dos professores em sala de aula;
- \* Fortalecer o acompanhamento do progresso do aluno.

Um ponto de atenção é que o PEI não deve ser construído de forma isolada. Ele é resultado de um trabalho colaborativo, que envolve professores da sala de aula regular, profissionais do atendimento educacional especializado, equipe pedagógica, família e, sempre que possível, profissionais da saúde que acompanham o estudante. Essa construção conjunta garante uma visão integral do aluno e aumenta as chances de sucesso das intervenções propostas.

Além disso, o PEI é dinâmico e deve ser revisado sempre que necessário, respeitando o desenvolvimento do estudante ao longo do tempo. Sendo necessário reavaliar o aluno de tempos em tempos para analisar a evolução de sua aprendizagem.

Quando bem aplicado, o PEI beneficia não apenas o estudante de inclusão, mas toda a comunidade escolar, ao promover uma cultura de respeito às diferenças e valorização da diversidade.

Mais que um documento, o PEI representa um olhar atento para o estudante como sujeito único, capaz de aprender, se desenvolver e participar ativamente do processo educativo.

## APOSENTADORIA EM 2026: REGRAS DE TRANSIÇÃO FICAM MAIS DURAS E EXIGEM ATENÇÃO DO TRABALHADOR



Gisele Beraldo de Paiva\*

Quem pretende se aposentar nos próximos anos precisa ficar atento: as regras de transição da aposentadoria por tempo de contribuição mudaram novamente em 2026, elevando requisitos e, em muitos casos, adiando o direito ao benefício.

As alterações são automáticas e decorrem da Reforma da Previdência - ocorrida através da Emenda Constitucional nº 103, de novembro de 2019.

Na prática, isso significa que trabalhadores que estavam perto de se aposentar podem precisar trabalhar mais tempo ou atingir idade maior para ter acesso ao benefício.

### Quais regras de transição mudam em 2026?

- Regra dos pontos:

A regra soma idade + tempo de contribuição e exige pontuação mínima, que aumenta um ponto por ano.

- Em 2026, passa a exigir:

- \* 93 pontos para mulheres (mínimo de 30 anos de contribuição);
- \* 103 pontos para homens (mínimo de 35 anos de contribuição).

Quem não atingir a pontuação mínima não pode se aposentar por essa regra, mesmo com o tempo de contribuição completo.

- Regra da idade mínima progressiva:

Aqui há exigência simultânea de tempo de contribuição e idade mínima, que também aumenta ano a ano.

Em 2026, a idade mínima será:

- \* 59 anos e 6 meses para mulheres + 30 anos de contribuição;
- \* 64 anos e 6 meses para homens + 35 anos de contribuição.

Essa regra tem sido uma das mais sentidas, especialmente por quem começou a trabalhar cedo.

- Regra do pedágio de 100%:

Também permanece válida em 2026, mas exige:

- \* Idade mínima fixa:
  - 57 anos (mulher);
  - 60 anos (homem);
- Cumprimento de 100% do tempo de contribuição que faltava em 13/11/2019 para completar o mínimo de:
  - 30 anos para a mulher;
  - 25 anos para o homem.

Apesar de mais rigorosa no tempo de contribuição, essa regra pode gerar benefícios com valor melhor, pois não se aplica o fator previdenciário.

### Por que 2026 preocupa tanto?

A cada ano que passa, menos pessoas conseguem se encaixar nas regras de transição. Muitos trabalhadores descobrem, ao fazer o pedido no INSS, que:

- \* faltam pontos ou idade;
- \* contribuíram como MEI sem complementação;
- \* têm períodos trabalhados e não reconhecidos no CNIS;
- \* poderiam ter escolhido outra regra mais vantajosa.

Sem planejamento, o risco é pedir a aposentadoria no momento errado, receber um valor menor ou ter o pedido negado.

A importância do planejamento previdenciário:

Com as regras cada vez mais restritivas, o planejamento previdenciário passou a ser uma ferramenta de proteção financeira. Ele permite:

- identificar a melhor regra de transição;
- corrigir falhas de contribuição antes do pedido;
- simular valores e datas possíveis de aposentadoria;
- evitar prejuízos permanentes no valor do benefício.

Em 2026, a aposentadoria por tempo de contribuição estará mais distante para muitos trabalhadores.

As regras de transição continuam válidas, mas mais exigentes. Quem deseja se aposentar com segurança precisa se antecipar, organizar documentos e buscar orientação especializada.

Na Previdência Social, quem planeja, ganha tempo e dinheiro.

### Conheça seus direitos.

\* A autora é advogada especializada, Mestre em Direito Previdenciário, 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, Edifício Patria-ri 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.

\* A autora é Nutricionista, professora, palestrante e cientista; Graduação: Nutrição - Anhembí 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. Especialista em Nutrição Funcional, Genética e Performance. E-mail para contato: thaisverdi@icloud.com; @thaisverdinutricionista; www.thaisverdi.com.br

\* 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. Facebook: @neuropsicocristianesaraguci. Site: www.cristianesaraguci.com.br

## VOLEIBOL: ATIBAIA VAI DISPUTAR O PAULISTA SUB19 MASCULINO E FEMININO

A Associação Esportiva Atibaia, junto à Secretaria de Esportes decidiram não disputar o Paulista da Divisão Especial Adulto Masculino e vão participar da base, em busca de revelar jovens valores



Atibaia em noite de voleibol

A Associação Esportiva Atibaia (AEA), responsável por administrar o voleibol de Atibaia, depois de disputar por muitos anos o Paulista da Divisão Especial Adulto Masculino e em algumas temporadas o Brasileiro Série C e não subir para a B que era o foco, assim o time teria um calendário anual de competições, mas possuía apenas um mês e meio de disputa no estadual, então decidiu deixar o Paulista Adulto e investir nos Estaduais Sub19 masculino e feminino.

Os treinamentos voltam em 9 de fevereiro e serão às segundas, terças, quintas e sextas-feiras; o masculino das 16 às 18 horas, com os técnicos Gilklein

e Fabinho; já o feminino das 18 às 20 horas, com os técnicos Júlio e Marcelo Paolinetti.

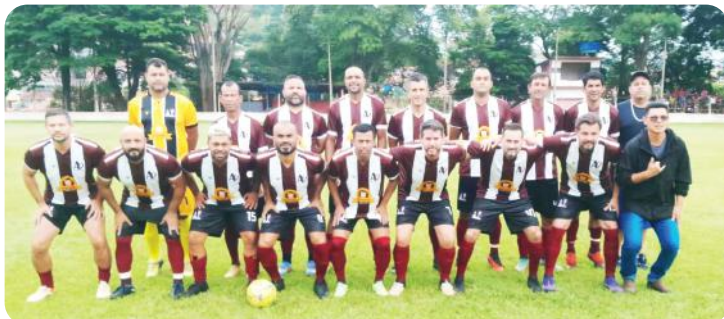
Quando o masculino estiver na quadra o feminino estará na musculação e depois inverte.

Segundo o presidente da AEA, José Fernando Ferro, foram aproveitados da temporada 2025, das equipes Sub17, mais da metade dos atletas do masculino e do feminino. O time abriu espaço para testes, em busca de reforços e os elencos estão quase fechados.

Há a possibilidade de que Atibaia entre também no Paulista Sub17.

Os técnicos Ferro e Ricardo ficarão com o Sub15 feminino e masculino.

## FUTEBOL MASTER: AZ DE OURO ESTREIA COM VITÓRIA NA COPA GALO



O Az de Ouro

Pela 5ª Copa Galo 40+ de Piracacia, no dia 24 de janeiro, o Az de Ouro (Atibaia) venceu por 2 a 0 o Tamo Junto, gols de Nelo

e Pity. Nelo foi o destaque da partida. No dia 7 de fevereiro, 13h30, Az de Ouro x Atlético Piracaiense.

## VOLEIBOL: 1º FESTIVAL DE VÔLEI MASTER FEMININO DE ATIBAIA ACONTECE NESTE FINAL DE SEMANA

O 1º Festival de Vôlei Master Feminino de Atibaia "Por Elas" acontece neste final de semana. As partidas estão sendo realizadas no Ginásio do Elefantão nos dias 31 de janeiro e 1º de fevereiro, a partir das 9 horas.

E contará com a participação de aproximadamente 120 pessoas, com cerca de 10 equipes, divididas nas categorias D1 e E, que indicam o nível de competição das atletas, podendo ser intermediário ou avançado e agrupando faixas como 30+, 40+, 50+ e até 60+.

As equipes são: D1: Afincos (Jundiá), Vergara (Jundiá), Diamond Women (Bragança Paulista) e Atibaia/Happy. No E: Atibaia, Happy (São Paulo), Katadinho (Campinas), Good Vibe (São Paulo), Body Soul Vênus (Jundiá) e Body Soul Júpiter (Jundiá).

O objetivo da organização é incentivar e difundir a conscientização no combate à violência contra a mulher, organizado pela AEA e a Happy Vôlei Master, com apoio da Secretaria de Esportes.

## HANDEBOL: MARIA CLARA ROCHA VAI DEFENDER O PINHEIROS EM 2026



Maria Clara

A pivô Maria Clara, a "Rocha", será atleta do Pinheiros no Handebol Cadete Feminino, depois de passar pelas avaliações em São Paulo e ser confirmada no elenco para 2026.

Clara tem 15 anos, começou no esporte em Atibaia, e em 2025 foi campeã brasileira Infantil pela Seleção Paulista; vice-campeã Paulista e Brasileira por Atibaia e medalha de bronze com a Seleção Brasileira Cadete no Sul-americano no Paraguai.

Resta ainda realizar os exames médicos e outros trâmites, até o Pinheiros anunciar oficialmente a chegada da nova atleta.

## FUTEBOL VETERANOS: DIHOSSAUROS DA BOLA FOI DERROTADO PELO SÃO JOÃO DE ITATIBA

Pela 1ª Copa Palmeirinha Máster Premium 54 Anos, no dia 24 de janeiro, no Palmeirinha, em Itatiba, os Dinossauros (Atibaia) perderam por 2 a 1 para o São João (Itatiba), atual campeão da Copa Japão 2025, o gol foi de William.

A classificação: 1º - Hortolândia 6 pontos, 2º - Operários (Itatiba) 5, 3º - Dinossauros 4, 4º - São João 4, 5º - Colinas (Atibaia) 2 e 6º - Ponte Paulista (Itatiba) 2.

Hoje (31 de janeiro), os Dinossauros jogam contra o Hortolândia, no Palmeirinha.

## FUTEBOL AMADOR: REAL CITY EMPATA EM AMISTOSO DE PREPARAÇÃO

O Real City da 2ª Divisão de Atibaia fez amistoso no dia 25 de janeiro, o último antes da Copa Maracanã, que servirá de preparação para o Campeonato Municipal. O Real empatou por 1 a 1 com o Revelação, na Cachoeira.

Tivemos muitas oportunidades de gol e não fizemos. Eles acham uma bola e fazem o gol, e numa bola parada com muita insistência conseguimos o empate, deu para ver os jogadores que chegaram", disse o presidente Nei do Real City.

"Jogo muito bom, nossa equipe numa postura muito boa, tocando muito a bola; a zaga, os meias, os volantes muito firmes na marcação. O Revelação tá forte, se preparando para a Terceira.

Os reforços: Gerlan (zagueiro e volante - SPR), Ricardo (zagueiro), Jackson (lateral - Perdões), Paulinho (volante - Brutus e Kanimar), Tijolo (lateral - SPR, Real Atibaia e Brasinha).

## DOIS TOQUES

por Chanca



O Papa Léguas Presentes tem bolsas, mochilas, eletrônicos, pilhas, carregadores, cabos, microfones e mais. Rodoviária de Atibaia, Box 12. Rua Benedito de Almeida Bueno, nº 61 - Centro. Rua Yunes Demétrio Sabbag, nº 418 - Alvinópolis. @papaléguas.presentes



Tapeçaria Brasil, o lugar certo para o seu carro e também o sofá! Especializada em estofamentos de couro para automóveis. Faça seu orçamento. Unidade 1: Av. São João, nº 760, no Centro. E Unidade 2: Rua Guaraci, nº 103, no Estoril. Ligue (11) 4413-1432



Na Loja União Sports você encontra chuteiras para todos os gostos, o uniforme do seu time, do União, inclusive lançamentos e muito mais. Rua da Madeira (Estoril), Campo do União. WhatsApp: (11) 9.9940-5788 e 9.6186-0789. Terça a sexta: 10h00 às 20h00. Sábado: 10h00 às 21h00. Domingo: 10h00 às 15h00



Se você precisa de portões basculantes, grades, portas em geral ou outros itens de ferro, automatização, vitros, 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



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 preço 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 um orçamento. Rua Otávio Passos, nº 200 - Alvinópolis. Ligue: (11) 9.8694-2372 ou 4414-1111

www.borrachasatibaia.com.br

**CASA DAS BORRACHAS ATIBAIA LTDA**

- \* MATERIAIS DE SEGURANÇA
- \* 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

**PAPA-LÉGUAS PRESENTES**

f /PAPA.LÉGUAS.PRESENTES  
i /PAPALÉGUASPRESENTES

LOJA 1: Rua Yunes Demétrio Sabbag, nº 418, Alvinópolis  
LOJA 2: Estação Rodoviária, box 12, Centro  
LOJA 3: Rua Benedito de Almeida Bueno, nº 61, Centro Atibaia-SP

**TAPEÇARIA BRASIL**

ESPECIALIZADO EM ESTOFAMENTOS EM COURO PARA AUTOS E SOFÁS

Loja 1. Av. São João 70, Centro - Fone 4413-1432  
Loja 2. Rua Guaraci, Estoril - Fone 4411-4969

**SERRALHERIA TEIXEIRA**

Portão Basculante - Automatização de Portão - Vitros - Manutenção Serralheria em geral

R. Dr. Eurico de Souza Pereira, 554 - Alvinópolis  
Fone: 4412-5809 - Celular: 94267-4338  
serralheriateixeira@hotmail.com

**ÁGUA POTÁVEL**

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

VENDE DE ÁGUA EM CAMINHÃO PIPA

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

Atibaia e região

**União F.C. Sports**

Artigos Esportivos  
Roupas Diversas

@uniaof.c.sports (11) 99940-5788  
União f.c. sports (11) 96186-0789

Terça a Sexta-feira das 10h00 às 20h00  
Sábado e Domingo Horário Especial

Rua da Madeira S/N Recreio Estoril

**POSTO DONA GERTRUDES & POSTO TORRE DE BELÉM**

Desde 1985. Produtos e serviços de qualidade. O seu revendedor Shell em Atibaia

Av. Dona Gertrudes, 915 - Alvinópolis - Fone 11 4411-4591  
Al. Lucas N. Garcez, 1.427 - Estância Lynce - Fone 11 4412-5981

**Rey Brasil**

NACIONAIS E IMPORTADOS

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

**VERGARI**

FISIOTERAPIA

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

**VALPARAIZO VAP**

AUTO PEÇAS

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

VISA, AMERICAN EXPRESS, elo, Outros Clubes

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