



INVESTIMENTOS

Saiba quem lidera repasses em emendas na Região do Polo Têxtil e entenda a contradição política local

Pág. 06

PETS

Enjoo de movimento pode afetar cães e gatos durante as viagens

Pág. 07

CANTINHO DAS PLANTAS

Quer uma casa mais fresca e acolhedora? O segredo pode estar nas plantas

Pág. 10



Viaduto que liga Centro à Nova Veneza entra na reta final após décadas de espera em Sumaré

Página 03



DECOR



FOTO: DIVULGAÇÃO

Tendências de decoração 2026: formas orgânicas, versatilidade e identidade

Página 10

BELEZA

É o fim do loiro? Cabelo preto vira tendência mais quente do verão

Página 09



FOTOS: DIVULGAÇÃO

RELACIONAMENTO

5 dicas de como lidar com a desobediência: como educar filhos desobedientes

Página 11



POLITICANDO

Apartidária

As emendas impositivas que as cidades da região recebem são, de fato, partidárias? Antes das eleições de 2024, a região recebeu visitas como as de Jair Bolsonaro (PL) e Tarcísio de Freitas (Republicanos), que prometeram mundos e fundos para os municípios. Quando se analisam os números, porém, na RPT (Região do Polo Têxtil), o líder em emendas impositivas é o PT, disparado à frente dos demais partidos. Enquanto o povo briga por legenda A ou B, esquece que, na hora de enviar recursos, a ideologia pouco importa. Mesmo com prefeitos do PL, Republicanos e PSD na região, quem liderou o envio de emendas foi o PT. Independentemente da ideologia, é bom não esquecer quem, de fato, levou recursos para a nossa região.

Acorda!

Circula nas redes sociais uma imagem que mostra o atual presidente do PT de Sumaré, Vensel, sentado à mesma mesa que o atual secretário de Saúde, Virginelli. Enquanto alguns se assustam com os dois juntos, para quem conhece minimamente os bastidores da política, não há nada de novo sob o sol. Se, durante as eleições, políticos de diferentes espectros se comportam como rivais, nos bastidores tornam-se grandes amigos quando convém. Talvez a imagem seja antiga, e o fato é que não há nada de errado em políticos de ideologias distintas manterem relações. Isso pode até ser saudável. Mas serve de alerta ao eleitor que, muitas vezes, rompe laços familiares e de amizade por política, enquanto, nos bastidores, quando há interesse em comum, a ideologia fica em segundo plano.

NOVA ODESSA

Atraso em repasses de emendas expõe limites do orçamento e preocupa entidades de Nova Odessa

A situação envolvendo as emendas impositivas destinadas às entidades assistenciais de Nova Odessa, entre elas a AAANO (Associação dos Amigos dos Animais de Nova Odessa), segue no centro do debate público e expõe um cenário delicado entre obrigação legal, limitações orçamentárias e impactos diretos nos serviços prestados à população...

pág 4

HORTOLÂNDIA

Crise nas ETEs de Hortolândia e Paulínia escancara falhas crônicas da Sabesp e riscos da privatização

Os problemas enfrentados por moradores de Hortolândia e Paulínia com Estações de Tratamento de Esgoto (ETEs) diferentes, mas administradas pela mesma empresa, revelam um padrão que já não pode ser tratado como exceção. O mau cheiro constante, as falhas operacionais recorrentes e a necessidade de cobranças públicas sucessivas expõem o que prefeitos, técnicos e a própria população vêm denunciando há anos: os problemas da Sabesp são crônicos e estruturais, e tendem a se agravar com o processo de privatização conduzido pelo governador Tarcísio de Freitas...

pág 4

PAULÍNIA

Paulínia segue orientação do Ministério da Saúde e prorroga vacinação contra HPV

A Prefeitura de Paulínia, por meio da Secretaria de Saúde, informa que prorrogou o prazo para a vacinação dos jovens de 15 a 19 anos contra o Papilomavírus Humano (HPV) até junho de 2026.

A ação acontece seguindo a recomendação do Ministério da Saúde, que solicitou a ampliação do prazo para que a imunização atinja o maior número possível de adolescentes...

pág 5

MONTE MOR

Açougue é flagrado com quase uma tonelada de carne imprópria e responsável acaba presa em Monte Mor

Uma fiscalização desencadeada a partir de denúncia expôs um grave risco à saúde pública em Monte Mor. Um açougue da cidade foi flagrado com quase 900 quilos de carnes vencidas ou armazenadas em condições inadequadas para consumo humano. A ação resultou na prisão da responsável pelo estabelecimento, que foi encaminhada à Cadeia Pública do município e permanece à disposição da Justiça...

pág 5



IMÓVEL À VENDA

R\$ 1.060.000

CÓDIGO: CA7718-SUM

Jardim de Mônaco - Hortolândia/SP

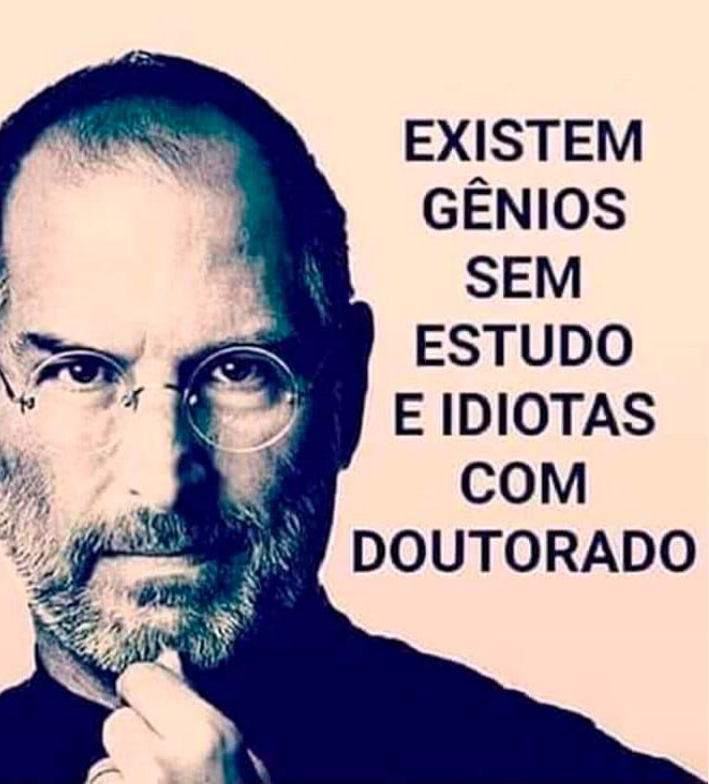
FALE COM NOSSOS CORRETORES:

(19) 99115-9433

COMPRA • VENDE • ALUGA

WWW.AVMIMOVEIS.COM.BR

PARA REFLETIR



PARA RIR



ARTIGO

A indiferença como o mal contemporâneo



Juraciara Vieira Cardoso

Não é incomum vermos pessoas afirmando que o mundo está mais cruel. Pode ser que ele esteja mesmo, mas, ao lado dessa crueldade há algo ainda mais preocupante, que é a nossa apatia diante dela. Podemos falar em guerras, dores ou sofrimentos alheios sem, de fato, nos deixarmos afetar minimamente por tais realidades. A mim parece mais problemático não um aumento da crueldade explíci-

ta, afinal, a história nunca foi isenta dela, mas sim a forma como o mal passou a não causar mais estranhamento. Já perceberam que poucos de nós interrompem as tarefas cotidianas em razão da dor alheia, a não ser que seja uma pessoa muito próxima? Seguimos trabalhando, divertindo e consumindo, deixando, quando muito, que a dor do outro seja um pano de fundo bem distante da nossa realidade. Talvez o risco moderno não esteja propriamente no aumento da brutalidade, mas sim na perda da capacidade de julgarmos e de ficarmos perplexos diante dela. Hannah Arendt, ao analisar o julgamento de um oficial nazista alemão, formula a ideia de “banalidade do mal”. Com isso ela nos apresenta um estado de coisas no qual o mal deixa de ser percebido como monstruoso ou chocante e passa a operar de modo integrado à normalidade da

vida social. Segundo ela, isso é proveniente da suspensão da nossa capacidade crítica e do pensamento. Para a filósofa, quando a violência se torna rotina e a injustiça é tratada de modo estatístico, o mal deixa de parecer mal. Ele não desaparece, obviamente, mas, se torna rotineiro e, portanto, vai nos parecendo cada vez mais administrável. É possível pensar que essa indiferença ao mal é oriunda somente da nossa falta de sensibilidade, mas isso é pouco para explicar o fenômeno. O que parece é que fazemos uma adesão a essa normalidade, às vezes brutal, que permite que tudo siga funcionando, ainda que não devesse mais estar em operação. Se olharmos para as nossas sociedades modernas, veremos que a indiferença à barbárie não é somente um desvio moral individual, mas sim, resultado de uma socie-

dade voltada para a eficiência e para a produtividade. O modelo de convivência que estamos construindo não tolera quem se deixa afetar pela barbárie, ela prefere aqueles que se adaptam e cumprem tarefas de maneira automática, sem questionar. O mais espantoso de se perceber é que a indiferença, concebida pela Filosofia Moral como falha ética, passou a ser considerada por muitos de nós como pragmatismo, equilíbrio e, pasmem, até mesmo maturidade. Por: Juraciara Vieira Cardoso - Professora da UFMG, graduada em Direito, mestre em Direito Constitucional e doutora em Filosofia do Direito

As opiniões expressas neste texto são de responsabilidade exclusiva do(a) autor(a) e não refletem, necessariamente, o posicionamento e a visão deste jornal

SPASSO REFLEXÃO

Não reabra portas fechadas

Para não se perder, voltar é um risco real de adoecimento. Lembre-se sempre que algumas quedas nos protegem, porque a queda desmonta ilusões, fantasias, idealizações. A queda quebra o encantamento que nos mantinha presos a vínculos desequilibrados. Falo por mim, das minhas vísceras. Cair às vezes é a forma

mais honesta que a vida encontra de nos tirar de lugares que nós não tivemos coragem suficiente para sair por conta própria. Sim, algumas distâncias curam, porque a distância organiza o afeto. A distância silencia a confusão, a distância devolve o eixo. Distância é um tratamento psíquico quando o

vínculo virou um sintoma. Vejo isso todos os dias, pessoas que voltam para relações antigas de amizade, de namoro, de casamento, não porque o outro mudou, mas porque elas têm medo do vazio que a cura provoca. A ferida conhecida parece mais segura emocionalmente do que a liberdade desconhecida, é muito importante

pensarmos nisso. Digo com muita clareza, se doeu para sair, é porque era sério. E se curou depois que saiu, é porque foi necessário. A vida vai fechar ciclos porque sabe mais do que a nossa carência, o fluir da vida sabe mais da nossa carência e insistir em reabrir portas que a própria vida fechou não é amor.

PALAVRAS DE VIDA - Aguentar construção é para quem tem visão

Pára tudo e preste atenção, cada esforço que você está fazendo vai valer a pena, esta frase não é pronta, ela é a verdade. O que você está chamando de peso hoje, não é peso, é construção. A construção é barulhenta, tem poeira, tem martelo, ela derruba paredes para levantar uma estrutura. O problema é que você está desesperado pelo resultado do prédio novo, mas a sua mentalidade quer sugerir o improvável. Quer um corpo definido, mas não quer a disciplina. Quer paz, mas não quer cortar o que te agita. Quer relacionamento saudável, mas não quer ter

conversa difícil, e quer crescer sem pagar o preço de dizer não. E a verdade é, você não está sem tempo, está sem prioridade. Não está sem forças, está sem direção. Não está cansado, só está distraído. Você não perde o destino num todo, perde no hoje. Hoje, só hoje não vou orar, só hoje não vou trabalhar, só hoje não vou treinar, só hoje não vou estudar, só hoje não vou pedir perdão. E quando você acorda, esse só hoje já virou 6 meses. Você disse que quer prosperar, mas compra no impulso para aliviar a ansiedade volta para casa dizendo eu

mereço e a mensagem sempre é, não consigo guardar dinheiro. Quando na verdade é, não consigo me governar. Você diz que quer paz, mas dorme com o celular na cama e acorda com a tela na cara, o celular é a primeira e última coisa do dia e você espera descanso? Só está alimentando o caos. Diz que quer um lar forte, mas usa a língua como arma, fala no calor da emoção, corta no orgulho e some no silêncio e depois está preocupado porque a casa esfriou, isso é colheita. Ouça, a construção não está te matando, ela está te preparando, o esforço que está fazendo vai valer a pena. Você está construindo coi-

sas que ninguém aplaude, disciplina, caráter, maturidade, constância, estrutura isso é o que sustenta alguém quando a benção chega. Primeiro corta uma distração que está drenando a sua vida, uma. Segundo, faça uma pequena coisa te coloca no rumo, uma só. Terceiro, em forma direta e verdadeira diga Deus, me alinha por dentro, eu declaro que em nome de Jesus, você não está atrasado, você está se preparando, você não está perdendo, está construindo e um dia vai olhar para trás e dizer ainda bem que não desisti. Aprecie a construção, mas continue construindo.

Politicand

POLÍTICA LOCAL SEM CENSURA

Em defesa da família

Muitos políticos se elegem dizendo que vão defender a família. A pauta é válida, mas, geralmente, as promessas vêm vazias e não passam de discurso populista. Para defender a família, é fundamental investir em saúde pública, garantindo aos pais e filhos a tranquilidade do bem-estar. Outra pauta essencial é a moradia: aumento da oferta de crédito, redução das taxas de juros e ampliação de programas sociais, como o Minha Casa Minha Vida. A melhoria da educação também é indispensável, com escolas em período integral, ensino técnico, universidades e bolsas de estudo. Segurança é outro pilar, com mais investimento nas polícias, redução da violência policial, penas mais rigorosas e fiscalização efetiva. Se o político que se diz defensor da família não apresenta projetos que a protejam de perigos reais — e não de pronomes neutros ou sandálias —, a única família que ele defende é a dele mesmo.

Apartidária

As emendas impositivas que as cidades da região recebem são, de fato, apartidárias? Antes das eleições de 2024, a região recebeu visitas como as de Jair Bolsonaro (PL) e Tarcísio de Freitas (Republicanos), que prometeram mundos e fundos para os municípios. Quando se analisam os números, porém, na RPT (Região do Polo Têxtil), o líder em emendas impositivas é o PT, disparado à frente dos demais partidos. Enquanto o povo briga por legenda A ou B, esquece que, na hora de enviar recursos, a ideologia pouco importa. Mesmo com prefeitos do PL, Republicanos e PSD na região, quem liderou o envio de emendas foi o PT. Independentemente da ideologia, é bom não esquecer quem, de fato, levou recursos para a nossa região.

Acorda!

Circula nas redes sociais uma imagem que mostra o atual presidente do PT de Sumaré, Vensel, sentado à mesma mesa que o atual secretário de Saúde, Virginelli. Enquanto alguns se assustam com os dois juntos, para quem conhece minimamente os bastidores da política, não há nada de novo sob o sol. Se, durante as eleições, políticos de diferentes espectros se comportam como rivais, nos bastidores tornam-se grandes amigos quando convém. Talvez a imagem seja antiga, e o fato é que não há nada de errado em políticos de ideologias distintas manterem relações. Isso pode até ser saudável. Mas serve de alerta ao eleitor que, muitas vezes, rompe laços familiares e de amizade por política, enquanto, nos bastidores, quando há interesse em comum, a ideologia fica em segundo plano.

CODEN

Em Nova Odessa, uma notícia deixou muita gente de orelha em pé. O professor Élcio Álvaro Boccalletto, que ocupava a presidência da autarquia desde fevereiro de 2021, deixou o cargo. Em seu lugar assumiu o engenheiro Rean Gustavo Sobrinho, profissional de carreira da Coden desde 2019, que já assume como presidente. A mudança pode representar uma transição natural de comando, mas especulações sobre uma possível privatização da companhia circulam nos bastidores. As diversas expansões de loteamentos e edifícios aprovadas pela atual gestão, somadas ao já conhecido risco de desabastecimento de água provocado pelo crescimento desenfreado da cidade, agravam um cenário em que a Coden opera em déficit. Toda essa conjuntura exige investimentos robustos em infraestrutura. Sem recursos suficientes e sem querer associar a imagem da Prefeitura a um possível caos hídrico, a privatização poderia surgir como forma de terceirizar a culpa, mas a um custo elevado para a população. Além dos reajustes para equilibrar as contas da autarquia, os moradores ainda teriam de bancar os lucros milionários de investidores privados e novos aportes para adequação do serviço. Fica a pergunta: seria Leitinho capaz de uma canalhice dessas com uma das entidades mais respeitadas da história de Nova Odessa?

A MELHOR MANEIRA DE SE INFORMAR

WWW. JORNALSPASSOCIDADES .com.br

SPASSO cidades

Fundadora e Diretora Executiva: Elaine Amaral

Atendimento ao leitor: (19) 97407-9091

contato.spassocidades@gmail.com

MOBILIDADE

Viaduto que liga Centro à Nova Veneza entra na reta final após décadas de espera em Sumaré

Prometido por sucessivas gestões e empurrado de plano em plano ao longo de décadas, o viaduto sobre o Ribeirão Quilombo, que liga a região central de Sumaré à Nova Veneza, finalmente se aproxima da conclusão. A obra, considerada estratégica para a mobilidade urbana da cidade, avança para a fase final justamente sob a atual administração do prefeito Henrique do Paraíso (Republicanos), marcando o desfecho de uma espera histórica da população.

Na última semana, foram instaladas as vigas de concreto armado que sustentam o futuro piso do viaduto, em uma operação complexa que exigiu o uso de guindastes de grande porte. A etapa, conhecida tecnicamente como “lançamento” das vigas, abre caminho para a instalação do tabuleiro, o piso da estrutura, sobre o qual serão pavimentadas as faixas de rolamento.

O viaduto é o ponto central de uma nova ligação viária entre a Avenida José Mancini, no Centro, e a Avenida da Amizade, em Nova Veneza. A expectativa é que a nova rota alivie de forma significativa o trânsito em um dos trechos mais sobrecarregados da cidade, que envolve a Avenida Eugênia Biancalana Duarte, a Avenida 3M e a Rua Joseph Pleasant Fenley, hoje marcados por congestionamentos frequentes.

Apesar de o viaduto em si ter cerca de 30 metros de extensão, o projeto exigiu muito mais do que a simples construção da estrutura sobre o ribeirão. Foi necessário implantar aproximadamente 600 metros de um novo trecho viário da Avenida José Mancini, incluindo terraplenagem pesada que consumiu cerca de 10 mil caminhões de terra apenas para preparar o solo e as cabeceiras da obra.

O traçado do novo acesso também impôs desafios técnicos e burocráticos.

Para conectar as duas avenidas, o viário precisou atravessar a área do Centro Cultural da Subestação, cujos prédios são tombados como patrimônio histórico. A intervenção só foi possível após autorização do Condephaat, em um processo que se arrastou por mais de 12 anos e simboliza a lentidão que marcou o projeto desde sua concepção.

A história do viaduto é antiga. No início da década de 2010, a obra chegou a ser anunciada pelo Governo do Estado, por meio da EMTU, como parte da expansão do Corredor Metropolitano Noroeste. A promessa, no entanto, foi descartada, e o projeto voltou à estaca zero. Somente em 2023 a Prefeitura de Sumaré conseguiu viabilizar os recursos e assumir diretamente a execução, com investimento inicialmente estimado em R\$13,5 milhões.

Retomada no início de 2025, a obra segue, segundo a Prefeitura, dentro do cronograma previsto. A



A etapa, conhecida tecnicamente como “lançamento” das vigas, abre caminho para a instalação do tabuleiro, o piso da estrutura, sobre o qual serão pavimentadas as faixas de rolamento

previsão é de que a entrega aconteça ainda no primeiro trimestre deste ano, encerrando um ciclo de promessas não cumpridas que atravessou diferentes administrações municipais e estaduais.

Ao vistoriar o canteiro de obras, o prefeito Henrique do Paraíso afirmou que o

viaduto representa mais do que uma intervenção viária. Para a atual gestão, trata-se de uma correção histórica. Depois de décadas de anúncios e frustrações, será sob seu governo que Sumaré, enfim, verá concluída uma ligação considerada essencial para integrar regiões, reduzir gargalos de trânsito

e reorganizar a mobilidade urbana da cidade.

A inauguração do viaduto do, quando confirmada, tende a se tornar um marco simbólico: o de uma promessa antiga que, após anos de espera, deixa o discurso e se materializa em concreto.

Da redação

SAÚDE

Policlínica de Sumaré sai do papel com recursos federais e reforça rede regional de atendimento

A obra da Policlínica de Sumaré finalmente começa a deixar o campo das promessas para entrar na fase concreta da execução. O investimento, da ordem de R\$14,9 milhões, é viabilizado por meio do Programa de Aceleração do Crescimento (PAC) e tem como origem o Governo Federal.

A nova unidade será construída na Estrada Minneko Ito, conhecida como Estrada do Barreiro, e terá cerca de 3 mil metros quadrados. O projeto prevê consultórios médicos, salas de vacinação, farmácia, setores administrativos e espaços de acolhimento, com foco no atendimento ambulatorial especializado, sem necessidade de internação hospitalar.

Entre as especialidades previstas estão angiologia, cirurgia geral, urologia,

neurologia, mastologia e gastroenterologia, além da oferta de exames como endoscopia, tomografia, eletrocardiograma e mamografia. A proposta é concentrar, em um único espaço, serviços que hoje exigem longas filas, deslocamentos para outros municípios ou sobrecarregam hospitais da região.

Com a Prefeitura de Sumaré participando da execução local da obra e da futura gestão da unidade, e com o aporte federal, a construção da Policlínica se torna viável e garante que a unidade integre um pacote mais amplo de investimentos públicos em saúde, voltado ao fortalecimento da atenção secundária e à redução da pressão sobre a rede hospitalar.

A expectativa é que a Policlínica contribua di-

retamente para o diagnóstico precoce de doenças, o acompanhamento de pacientes crônicos e a racionalização dos encaminhamentos para hospitais, tornando o sistema mais eficiente e menos custoso. Na prática, significa menos espera por exames e especialistas e mais agilidade no cuidado com a população.

O início das obras ocorre em um contexto em que o Governo Federal retoma o protagonismo no financiamento de grandes equipamentos públicos, especialmente na saúde, setor historicamente afetado por cortes e descontinuidade de políticas. Em Sumaré, a Policlínica surge como um exemplo concreto de como o investimento federal pode destravar projetos estruturantes que, sozinhos, os cofres municipais dificilmente conseguiriam sustentar.



A obra da Policlínica de Sumaré finalmente começa a deixar o campo das promessas para entrar na fase concreta da execução

Quando concluída, a unidade deverá atender não apenas Sumaré, mas também cidades do entorno, reforçando o papel

regional do município na rede pública de saúde e evidenciando que, mais uma vez, é o investimento federal que faz a diferença

entre o discurso e a entrega efetiva de serviços à população.

Da redação

PRORROGADO

Refis segue até o dia 27 de fevereiro em Sumaré



A prefeitura de Sumaré prorroga o prazo de programa que foi criado para facilitar a quitação de tributos em atraso

O Refis (Programa de Recuperação Fiscal) continua em Sumaré. Os contribuintes têm até o dia 27 de fevereiro para regularizar seus débitos municipais, seja por pagamento à vista ou parcelado.

O programa foi criado para facilitar a quitação de tributos em atraso, como IPTU, ISS e taxas municipais, oferecendo condições especiais de pagamento, descontos em juros e multas, e maior flexibilidade para o parcelamento das dívidas.

Os contribuintes que optarem pelo parcelamento

via Portal de Autoatendimento devem encaminhar o Termo de Compromisso e Confissão de Dívida, podendo fazê-lo presencialmente na Central de Atendimento ao Contribuinte (CAC), localizada na R. José Maria Miranda, 1.184, Centro.

O prefeito Henrique do Paraíso destacou que o objetivo é dar oportunidade aos cidadãos para regularizar suas pendências e manter as contas públicas equilibradas.

“Sabemos que muitos contribuintes enfrentam desafios financeiros e, por

isso, decidimos ampliar o prazo do programa. O Refis é uma chance importante para que todos possam colocar suas obrigações em dia com descontos e condições vantajosas, ao mesmo tempo em que fortalecemos a arrecadação municipal e garantimos mais investimentos em obras e serviços para a cidade”, afirmou o prefeito.

Mais informações estão disponíveis no telefone (19) 3399-5421 ou no e-mail iptu@sumare.sp.gov.br.

SECOM

CIDADES

EMENDAS

Atraso em repasses de emendas expõe limites do orçamento e preocupa entidades de Nova Odessa

A situação envolvendo as emendas impositivas destinadas às entidades assistenciais de Nova Odessa, entre elas a AAANO (Associação dos Amigos dos Animais de Nova Odessa), segue no centro do debate público e expõe um cenário delicado entre obrigação legal, limitações orçamentárias e impactos diretos nos serviços prestados à população. A emenda destinada à AAANO, no valor de R\$335 mil, aprovada pela Câmara Municipal em 2024 para custeio das atividades em 2025, ainda não foi repassada. A demora acendeu alertas sobre os riscos à manutenção das ações da entidade, que atua no acolhimento e cuidado de animais abandonados, serviço considerado essencial e complementar à política pública municipal. Diante das cobranças, a

Prefeitura de Nova Odessa divulgou nota oficial esclarecendo a situação das emendas impositivas no município. Segundo a administração, Nova Odessa destina 2% do orçamento anual a esse tipo de recurso, percentual significativamente superior ao praticado por cidades vizinhas, que variam entre 0,20% e 0,30%. Na prática, esse montante representa cerca de R\$7 milhões, valor que, conforme a Prefeitura, equivale a quase dez meses de custeio da UTI Municipal, evidenciando o peso das emendas sobre as contas públicas. Ainda de acordo com a nota, em 2025 a gestão priorizou o repasse integral da parcela obrigatória das emendas destinada à Saúde, considerada área de prioridade absoluta. O planejamento inicial previa a quitação de todos os repasses indicados pelos

vereadores às entidades até o fim do ano, o que não se concretizou em razão do cenário financeiro enfrentado pelo município. A Prefeitura aponta que despesas concentradas no final do exercício, como pagamento de 13º salário, férias, recolhimento de INSS em dobro, Cartão-Alimentação dos servidores e precatórios herdados de gestões anteriores, comprometeram o fluxo de caixa. Apenas em dezembro, segundo o Executivo, foi quitado um precatório de R\$3,5 milhões, valor que, por si só, seria suficiente para cobrir todas as emendas pendentes às entidades. A administração reforça que os valores das emendas impositivas não foram cancelados nem esquecidos. Todos estão empenhados, ou seja, formalmente reservados no orçamento, e inseridos no planejamento financeiro. A expectativa é



que, com a entrada de receitas típicas do início do ano, como IPTU e IPVA, os repasses ocorram nos primeiros meses de 2026, conforme a recomposição do caixa municipal. No caso específico da AAANO, a Prefeitura destaca que a entidade foi a primeira a receber integralmente sua emenda impositiva em janeiro de 2024. Já em 2025, em respeito à ordem cronológica de em-

penho e diante dos ajustes financeiros, não apenas a associação, mas diversas outras entidades seguem aguardando o repasse. Apesar das justificativas apresentadas, o atraso mantém preocupação entre representantes das entidades e da sociedade civil, já que as emendas impositivas têm caráter obrigatório e são, para muitas instituições, fundamentais para a continuidade de serviços. A

Prefeitura afirma que os repasses mensais de custeio operacional às entidades conveniadas estão em dia e que esses valores, distintos das emendas anuais, inclusive passaram por reajuste em 2025. O episódio evidencia um equilíbrio difícil entre responsabilidade fiscal e atendimento às demandas sociais. De um lado, a necessidade de manter as contas públicas sob controle; de outro, o impacto concreto que a demora no repasse provoca em entidades que atuam onde o poder público, muitas vezes, não consegue chegar sozinho. A regularização prometida para 2026 será decisiva para avaliar se o impasse ficará restrito ao campo administrativo ou se deixará marcas mais profundas na rede de proteção social e animal do município. Da redação

SANEAMENTO

Crise nas ETEs de Paulínia e Hortolândia escancara falhas crônicas da Sabesp e riscos da privatização

Os problemas enfrentados por moradores de Hortolândia e Paulínia com Estações de Tratamento de Esgoto (ETEs) diferentes, mas administradas pela mesma empresa, revelam um padrão que já não pode ser tratado como exceção. O mau cheiro constante, as falhas operacionais recorrentes e a necessidade de cobranças públicas sucessivas expõem o que prefeitos, técnicos e a própria população vêm denunciando há anos: os problemas da Sabesp são crônicos e estruturais, e tendem a se agravar com o processo de privatização conduzido pelo governador Tarcísio de Freitas. Em Hortolândia, a ETE localizada próxima a áreas residenciais tem sido alvo de vistorias mensais desde o segundo semestre de 2025, após uma escalada de reclamações

por odores insuportáveis que afetam diretamente a qualidade de vida da população. Relatórios técnicos da Arsesp, agência reguladora estadual, apontaram falhas graves de operação, confirmando aquilo que os moradores já sentiam diariamente: o sistema não funciona como deveria. Mesmo diante desse diagnóstico, a solução definitiva segue empurrada para o futuro, enquanto reuniões públicas são convocadas para “prestar contas” e promessas de novas obras tentam conter a indignação popular. Em Paulínia, embora a ETE seja outra e a realidade local tenha suas particularidades, o enredo é semelhante. Reclamações persistentes, pressão do poder público municipal e respostas lentas da companhia formam um roteiro conhecido por quem convive com a Sabesp

em diferentes regiões do Estado. O discurso é quase sempre o mesmo: investimentos anunciados, estudos em andamento, projetos prometidos. Na prática, o problema se arrasta por anos, enquanto a população paga a conta, seja pelo desconforto diário, seja pelos riscos ambientais e à saúde pública. O ponto central é que saneamento básico não é um serviço qualquer. Falhas em estações de tratamento não se limitam ao incômodo do mau cheiro. Elas significam maior risco de contaminação do solo, da água, proliferação de vetores de doenças e impactos diretos na saúde coletiva. Quando uma empresa falha repetidamente nesse setor, o problema deixa de ser técnico e passa a ser político. É nesse contexto que a privatização da Sabesp ganha contornos ainda mais

preocupantes. Ao entregar um serviço essencial à lógica do mercado financeiro, o governo estadual sinaliza que a prioridade deixa de ser o bem-estar da população e passa a ser a rentabilidade para grandes investidores, muitos deles completamente distantes da realidade de cidades como Hortolândia e Paulínia. São decisões tomadas em gabinetes e salas de conselho, por pessoas que jamais sentiram o cheiro do esgoto mal tratado nem conviveram com os impactos diretos dessas falhas. A promessa de que a privatização traria eficiência, agilidade e investimentos soa frágil diante do histórico recente. Antes mesmo da conclusão desse processo, os problemas já se acumulam, e a resposta segue lenta, burocrática e, muitas vezes, reativa, só avançando quando a pressão popular e institucional



se torna insustentável. O que se vê é um governo estadual que, ao invés de fortalecer o controle público, a fiscalização rigorosa e a obrigação de resultados, opta por se afastar da responsabilidade direta, deixando municípios e moradores à mercê de uma empresa cada vez mais orientada pelo lucro. No saneamento, essa escolha tem consequências graves: não se trata apenas de conforto urbano, mas de saúde pública, dignidade e direito básico. Hortolândia e Paulínia são exemplos distintos de um mesmo problema. Enquanto o Estado aposta na privatização como solução mágica, a realidade mostra que, sem compromisso real com a população, o risco é transformar o esgoto mal tratado em símbolo de uma política que prioriza investidores e coloca o povo em segundo plano. Da redação

SERVIÇO

Ilumina Fácil amplia atendimento com novo canal de solicitação

O Ilumina Fácil da Prefeitura de Paulínia passa a contar a partir deste ano, com mais um canal de atendimento à população para receber as solicitações de manutenção da iluminação pública. Agora, além do WhatsApp exclusivo, os munícipes poderão abrir chamados direto por um formulário disponibilizado no site da prefeitura. A nova funcionalidade

tem o objetivo de agilizar e potencializar a resolução de problemas como postes com lâmpadas queimadas, piscando ou acesas durante o dia. Desde que esse serviço foi implantado na cidade neste formato, já foram realizados cerca de mil atendimentos. As manutenções são executadas pela CSC Construtora Siqueira Cardoso LTDA, empresa concessionária res-

ponsável pelo serviço na cidade. Toda a operação tem a supervisão da Secretaria de Obras e Serviços Públicos. Saiba mais: WhatsApp 0800 276 5020 Formulário via site: https://www.paulinia.sp.gov.br/servicos Fonte: Prefeitura de Paulínia



CIDADES

CAMPANHA

Paulínia segue orientação do Ministério da Saúde e prorroga vacinação contra HPV

A Prefeitura de Paulínia, por meio da Secretaria de Saúde, informa que prorrogou o prazo para a vacinação dos jovens de 15 a 19 anos contra o Papilomavírus Humano (HPV) até junho de 2026.

A ação acontece seguindo a recomendação do Ministério da Saúde, que solicitou a ampliação do prazo para que a imunização atinja o maior número possível de adolescentes.

Todas as Unidades Básicas de Saúde (UBS) do município estão aplicando a vacina, de acordo com o horário de funcionamento de cada uma. A ampliação do prazo possibilita que adolescentes e jovens que não foram vacinados entre os 9 e 14 anos possam garantir sua proteção individual, além de contribuir para a redução da circulação do vírus na população.

Para 2026, a Secretaria de Saúde deve reforçar campanhas estratégicas diretamente nas escolas além

de outras ações nas comunidades, a fim de ampliar a cobertura.

Vacina salva vidas!

A vacina contra o HPV é segura, gratuita e salva vidas. Ao vacinar estamos prevenindo diversos tipos de câncer, como o de colo do útero, vulva, pênis, garganta e pescoço, além de garantir mais saúde para os jovens.

Fonte: Prefeitura de Paulínia



A ação acontece seguindo a recomendação do Ministério da Saúde, que solicitou a ampliação do prazo para que a imunização atinja o maior número possível de adolescentes

FISCALIZAÇÃO

PF e PM Ambiental flagram cativeteiro ilegal de aves em Sumaré e aplicam multas pesadas

Uma ação conjunta entre a Polícia Federal e a Polícia Militar Ambiental resultou na apreensão de aves silvestres mantidas ilegalmente em cativeiro e na aplicação de multas que somam quase R\$60 mil em Sumaré. A operação ocorreu na terça-feira (13) e expõe, mais uma vez, a persistência de práticas criminosas contra a fauna, mesmo diante de legislação clara e fiscalização constante.

A equipe da 2ª Companhia da PM Ambiental foi acionada pela Polícia Federal para dar apoio a uma fiscalização em um imóvel residencial do município. No local, os policiais constataram a manutenção irregular de 11 aves da fauna silvestre nativa e quatro aves exóticas domésticas, sem qualquer tipo de autorização legal. Entre as espécies encontradas estavam

pássaro-preto, patativa, tico-tico-rei, pixoxó, canário-da-terra e coleirinho.

Durante a vistoria, os policiais ambientais analisaram três anilhas supostamente destinadas a psitacídeos, mas que não possuem regulamentação oficial, o que afastou a aplicação do artigo 303 do Código Penal. Ainda assim, a situação era irregular. O criador não possuía Cadastro Técnico Federal (CTF), as aves não tinham identificação adequada e as condições sanitárias e de acondicionamento foram consideradas inadequadas, caracterizando maus-tratos.

Diante das infrações, foram lavrados dois Autos de Infração Ambiental, totalizando R\$59.500,00 em multas. As providências penais ficaram a cargo da Polícia Federal, que conduziu o responsável até a

delegacia da PF em Campinas, onde foi instaurado inquérito policial. As aves apreendidas foram destinadas ao Instituto Bellas Aves, responsável pelo acolhimento e reabilitação.

As ações da Polícia Militar Ambiental no mesmo dia se estenderam a outros municípios da região, com foco no combate a crimes ambientais. Em São Pedro, uma equipe atendeu demanda do Ministério Público e constatou a supressão irregular de vegetação nativa em área de reserva legal para instalação de fossas sépticas, resultando em autuação e encaminhamento penal com base na Lei de Crimes Ambientais. Já em Santa Bárbara d'Oeste, os policiais flagraram o descumprimento de embargo em área de preservação permanente, com apreensão de máquinas pesadas e multa de R\$10 mil.

No interior paulista, também houve reforço no policiamento preventivo. Em Caconde, durante a Operação Impacto/Piracema, equipes realizaram bloqueios e patrulhamento náutico na Represa Graminha para coibir a pesca ilegal durante o período de defeso. Apesar das abordagens, nenhuma infração foi constatada, e os pescadores foram orientados sobre a legislação vigente.

As ocorrências reforçam o papel da fiscalização integrada no enfrentamento aos crimes ambientais e deixam claro que manter animais silvestres em cativeiro ou intervir em áreas protegidas continua sendo prática ilegal, passível de multas elevadas e responsabilização criminal.

Da redação



Uma ação conjunta entre a Polícia Federal e a Polícia Militar Ambiental resultou na apreensão de aves silvestres mantidas ilegalmente em cativeiro e na aplicação de multas

FISCALIZAÇÃO

Açougue é flagrado com quase uma tonelada de carne imprópria e responsável acaba presa em Monte Mor



Foram encontrados aproximadamente 891 quilos de carnes bovinas, frangos e linguças, com condições sanitárias incompatíveis com a comercialização

Uma fiscalização desencadeada a partir de denúncia expôs um grave risco à saúde pública em Monte Mor. Um açougue da cidade foi flagrado com quase 900 quilos de carnes vendidas ou armazenadas em condições inadequadas para consumo humano. A ação resultou na prisão do responsável pelo estabelecimento, que foi encaminhada à Cadeia Pública do município e permanece à disposição da Justiça. A operação foi realizada pela Delegacia de Investigações Gerais (DIG) de Americana, com apoio

da Vigilância Sanitária. No local, os agentes encontraram aproximadamente 891 quilos de carnes bovinas, frangos e linguças. Parte dos produtos estava com o prazo de validade vencido e outra parte apresentava condições sanitárias incompatíveis com a comercialização, tanto nas vitrines quanto na câmara fria, todas destinadas à venda.

Diante das irregularidades, a Vigilância Sanitária determinou o descarte imediato das carnes no próprio estabelecimento, exercendo o poder

de polícia administrativa. Também foram inutilizados dez pacotes de pão de alho vencidos, igualmente impróprios para consumo.

Durante a fiscalização, os agentes localizaram ainda cerca de 25 garrafas de cachaca sem registro no Ministério da Agricultura e Pecuária. As bebidas foram descartadas, e o Instituto de Criminalística separou amostras de cada marca para análise laboratorial, a fim de apurar possíveis infrações adicionais.

A representante do açougue foi

conduzida à unidade policial e presa em flagrante por crime contra as relações de consumo, tipificado pela venda e manutenção em depósito de mercadoria imprópria ao consumo humano. O caso acende um alerta sobre a importância das denúncias e da fiscalização contínua, sobretudo em um setor sensível como o de alimentos, onde a negligência pode ter consequências diretas à saúde da população.

Da redação

Rastreamento veicular que cabe no seu bolso!

- Rastreamento sem burocracia
- Preços acessíveis
- App moderno e fácil de usar

Agora a Rastrek Sumaré conta com sede física para melhor atender aos seus clientes. Contamos com suporte total, inclusive com mais serviços agregados, como câmeras veiculares, alarmes, bloqueadores, som e muito mais.

WWW.RASTREK.COM.BR

RASTREK_OFICIAL

Av Minas Gerais, 300 - Nova Veneza

(19) 98276-9444

REGIÃO

INVESTIMENTOS

PT lidera repasses à Região do Polo Têxtil e expõe contradição política local

Mesmo sem comandar nenhuma prefeitura na Região do Polo Têxtil (RPT), o Partido dos Trabalhadores foi, disparado, a legenda que mais destinou emendas parlamentares impositivas à região em 2025. O dado chama atenção não apenas pelo volume de recursos, mas pelo contraste com partidos que controlam administrações municipais estratégicas e, ainda assim, não conseguiram alcançar o mesmo desempenho na captação de verbas estaduais.

Ao todo, a RPT recebeu R\$17,3 milhões em emendas impositivas no último ano, enviadas por 24 deputados estaduais. Desse total, R\$9,2 milhões partiram de parlamentares do PT, consolidando o partido na liderança dos repasses. O valor representa mais da metade de tudo o que chegou à região por meio desse mecanismo orçamentário.

O destaque individual

fica para a deputada Ana Perugini (PT), responsável sozinha por R\$7,8 milhões destinados à RPT. Hortolândia concentrou a maior fatia, com R\$7,1 milhões, além de repasses para Sumaré (R\$400 mil), Nova Odessa (R\$200 mil) e Americana (R\$120 mil). Mesmo excluindo os valores enviados por Ana do cálculo geral, o PT ainda permanece à frente de legendas que governam municípios da região.

É o caso do PL, partido dos prefeitos Chico Sardelli, em Americana, e Rafael Piovezan, em Santa Bárbara d'Oeste, e do PSD, que administra Nova Odessa sob a gestão do prefeito Leitinho. Nenhuma dessas siglas, apesar de deterem o comando do Executivo municipal, conseguiu articular um volume de recursos semelhante ao obtido pelos parlamentares petistas.

As emendas impositivas são um instrumento que

garante aos deputados estaduais o direito de indicar a aplicação de parte do orçamento do Governo de São Paulo. Em 2025, cada parlamentar teve à disposição R\$12,6 milhões para destinação obrigatória, com foco em áreas consideradas prioritárias. Na RPT, os recursos foram distribuídos entre prefeituras, entidades assistenciais e equipamentos públicos ligados ao Estado.

Os repasses contemplaram setores como saúde, educação, cultura e segurança pública, além de instituições como a Apae e estruturas estaduais estratégicas, a exemplo do Hospital Estadual de Sumaré (HES) e da Etec Ferruccio Humberto Gazzetta, em Nova Odessa. Na prática, são investimentos que impactam diretamente a vida da população, independentemente do partido que ocupa o Paço Municipal.

Além de Ana Perugini, outros parlamentares tam-



Deputada Ana Perugini (PT)



Deputado Dirceu Dalben (Cidadania)

bém contribuíram para a região, como Dirceu Dalben (Cidadania), que enviou R\$2,8 milhões para Americana e Sumaré; Gilmaci Santos (Republicanos), com R\$1,5 milhão para Hortolândia; e a deputada Professora Bebel (PT), que destinou recursos para quatro cidades da RPT. Ainda assim, nenhum partido chegou perto do volume global alcançado pelo PT.

O cenário evidencia uma

contradição recorrente na política regional: prefeitos alinhados a determinadas legendas nem sempre conseguem converter capital político em investimentos concretos para seus municípios. Ao mesmo tempo, deputados sem base eleitoral direta nas prefeituras acabam sendo os principais responsáveis por destravar recursos e garantir obras, equipamentos e serviços.

Em um momento de restrição orçamentária e disputa

por verbas públicas, os números reforçam que a articulação política no Legislativo estadual segue sendo decisiva para o desenvolvimento regional. E mostram, com clareza, que a presença ou ausência de prefeitos de determinado partido não é, necessariamente, o fator determinante para quem mais entrega recursos à população da Região do Polo Têxtil.

Da redação

CULTURA EMPREENDEDORA

Número de MEIs nas cidades da região de Campinas segue em alta em 2025

O número de microempreendedores individuais (MEIs) segue em alta na região de Campinas. Em 2025, os 22 municípios* somaram 300.894 optantes do Simples Nacional, crescimento de 3,1% em relação a 2024, quando o total era de 291.987. O avanço representa 8.907 novos registros no período.

Os dados mostram que praticamente todas as cidades da região apresentaram crescimento, o que indica a manutenção do empreendedorismo como alternativa de geração de renda e formalização de pequenos negócios. Entre os destaques estão Indaiatuba, Artur Nogueira, Conchal, Engenheiro Coelho e Sumaré, que lideraram o aumento percentual no número de optantes.

Para o gerente regional do Sebrae-SP em Campinas, Nilcio Freitas, o resultado reflete tanto o ambiente favorável ao empreendedorismo quanto a busca pela formalização. “Esse crescimento é muito significativo porque mostra que o empreendedor continua apostando no próprio negócio. O fato de praticamente todas as cidades da região registrarem aumento reforça a importância do MEI como porta de entrada para quem quer empreender de forma regularizada”, afirma.

Bruna Pinheiro da Silva, de Campinas, é proprietária de um minimercado de condomínio. Ela conta que atuava como assistente de Recursos Humanos antes de se formalizar como microempreen-

dedora individual. “Decidi abrir meu MEI em 2025 como uma forma de buscar crescimento pessoal e, principalmente, mais liberdade de horário. Hoje, tenho um minimercado instalado em condomínio e a expectativa para 2026 é consolidar o faturamento, manter o negócio em ascensão e aprimorar cada vez mais a gestão, para administrá-lo da melhor maneira possível.” O gerente finaliza com uma orientação importante. “O Sebrae-SP, tanto pelo Escritório Regional de Campinas quanto pelas 27 unidades do Sebrae Aqui da região, está à disposição para esclarecer dúvidas sobre a formalização do negócio, os direitos e deveres do MEI, além de auxiliar na emissão do boleto

do Documento de Arrecadação do Simples Nacional (DAS). Também oferecemos cursos, consultorias e conteúdos para apoiar o crescimento das empresas e o aumento do faturamento.”

Confira ao lado o comparativo entre 2024 e 2025 de número de optantes do Simples Nacional por cidade.

*Águas de Lindóia, Amparo, Artur Nogueira, Campinas, Conchal, Cosmópolis, Engenheiro Coelho, Holambra, Hortolândia, Indaiatuba, Jaguariúna, Lindóia, Monte Alegre do Sul, Monte Mor, Paulínia, Pedreira, Santo Antônio de Posse, Serra Negra, Socorro, Sumaré, Valinhos e Vinhedo.

Fonte: Sebrae Campinas

Município	Optantes 2024	Optantes 2025	%
Águas de Lindóia	2.249	2.254	0,20%
Amparo	6.802	6.839	0,50%
Artur Nogueira	4.536	4.871	7,40%
Campinas	128.730	130.852	1,60%
Conchal	1.667	1.777	6,60%
Cosmópolis	4.478	4.569	2,00%
Engenheiro Coelho	1.700	1.804	6,10%
Holambra	1.293	1.326	2,60%
Hortolândia	27.593	28.621	3,70%
Indaiatuba	24.625	26.501	7,60%
Jaguariúna	6.066	6.228	2,70%
Lindóia	779	792	1,70%
Monte Alegre do Sul	808	802	- 0,70%
Monte Mor	6.507	6.784	4,30%
Paulínia	10.281	10.700	4,10%
Pedreira	4.285	4.376	2,10%
Santo Antônio de Posse	2.061	2.123	3,00%
Serra Negra	3.240	3.289	1,50%
Socorro	3.676	3.812	3,70%
Sumaré	29.632	30.959	4,50%
Valinhos	12.907	13.394	3,80%
Vinhedo	8.072	8.221	1,80%
Total da região	291.987	300.894	3,10%

Fonte: Dados do Sebrae-SP com base nos dados do Portal do Empreendedor

ECONOMIA E NEGÓCIOS NA REGIÃO - Por Marcelo Oliveira



Fundos imobiliários movimentam o mercado com compras e vendas

Em 2025, os Fundos Imobiliários (FIIs) no Brasil captaram R\$86,7 bilhões – um aumento de quase 40% em relação aos R\$62,07 bilhões de 2025, a melhor marca desde 2019. Desde os diversos tipos de fundos, o chamado FIIs de tijolos – investimentos em shoppings, prédios, lajes e galpões – estão entre os preferidos dos investidores, com pagamentos de dividendos

que podem chegar a 50%. A alta valorização tem movimentado o mercado, com alta movimentação de compra e venda de imóveis.

Região de Campinas entra na mira dos FIIs

De olhos em negócios rentáveis para os investidores, os gestores de fundos estão garimpando negócios por todo o país. E a Região Metropolitana de Campinas (RMC) entrou na mira, especialmente quando se trata de imóveis comerciais e galpões logísticos, por conta da economia regional. Entre o final de dezembro e a primeira semana de 2026, três grandes negócios foram anunciados na RMC. Na segunda quinzena de dezembro, o Fundo Imobiliário do BTG anunciou a venda de um galpão logísti-

co, em Campinas, para a Air Líquide Brasil, em negócio de R\$15,69 milhões.

Supermercados da região adotam escala 5 x 2 para encontrar mão de obra

Com cerca de 6 mil vagas disponíveis, supermercados, assim como outros segmentos, enfrentam grandes dificuldades para contratar. Para tentar reverter esse quadro e atrair mão de obra, redes de varejo da Região Metropolitana de Campinas (RMC) decidiram se antecipar às discussões nacionais e começam a adotar a escala de trabalho 5x2 (cinco dias de trabalho por dois dias de descanso). As redes Pague Menos e Savegnago saíram na frente e implementaram o novo horário nas unidades de Sumaré, Hortolândia e In-

daiatuba. A mudança deverá ser aplicada pelas empresas em escala gradual.

Abertura de MEIs na região de Campinas tem alta de 3,1% em 2025

O empreendedorismo segue forte na região de Campinas. Um estudo divulgado pelo Sebrae mostra que o número de negócios enquadrados como Microempreendedor Individuais (MEIs) registrou alta de 3,1% no ano de 2025, com 8.907 novos registros no período. O total de MEIs em 22 cidades da região atingiu 300.894 unidades com opção ao Simples Nacional. No ano anterior eram 291.987. Os dados indicam a manutenção do empreendedorismo como alternativa de geração de renda e formalização de pequenos negócios.

Pequenas cidades se destacam

Com menores opções de trabalho em indústrias e grandes empresas, moradores de cidades de médio porte são os que mais optaram pela abertura de micro empresas. Dentre as que tiveram maior crescimento de novas MEIs na região estão Indaiatuba, Artur Nogueira, Conchal, Engenheiro Coelho e Sumaré, que lideraram o aumento percentual no número de optantes. Para o gerente regional do Sebrae-SP em Campinas, Nilcio Freitas, o resultado reflete tanto o ambiente favorável ao empreendedorismo quanto a busca pela formalização.

RMC tem seis cidades entre as 50 maiores geradoras de empregos em 2025

Seis cidades da Região Metro-

politana de Campinas (RMC) figuram entre as 50 que mais geram empregos no Estado de São Paulo no acumulado de janeiro a novembro de 2025, segundo balanço divulgado pela Fundação Seade, com base nas informações do Caged, do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE). Campinas, única fora da Região Metropolitana de São Paulo, aparece na 5ª posição, com um total de 9.401 novos postos criados no período. Sumaré está na 15ª posição estadual, com um total de 5.262. No 36º lugar está Indaiatuba, com 2.357. Monte Mor vem em 41ª, com 1.912 postos. Em 46ª está a cidade de Paulínia, com 1.776. Americana fecha as cidades da RMC no ranking estadual, na 48ª posição, com 1.740.

VARIEDADES

ARTIGO

A ineficiência brasileira que só reage quando o problema atravessa a fronteira



Paulo Moranza

A decisão da Justiça dos Estados Unidos de reconhecer a liquidação do Banco Master e bloquear seus ativos em território americano não é

apenas um ato jurídico. É uma denúncia silenciosa e constrangedora da incapacidade do sistema brasileiro de agir com rapidez, profundidade e coragem quando enfrenta estruturas financeiras complexas e bem relacionadas.

Enquanto lá fora os bens foram imediatamente protegidos contra movimentações oportunistas, aqui dentro o país segue refém de um modelo de fiscalização lento, fragmentado e excessivamente tolerante com conglomerados que sabem explorar a moro-

sidade institucional. No Brasil, investigar “o que pertence ao mesmo grupo” parece sempre uma tarefa interminável, cercada de tecnicidades, recursos sucessivos e convenientes zonas cinzentas.

O mais grave não é a existência de regras ou ritos processuais, isso é próprio de um Estado de Direito. O problema é quando esses ritos se transformam em escudos para a inércia, permitindo que ativos sejam reorganizados, diluídos ou simplesmente ocultados en-

quanto o Estado debate competências e prazos.

O pedido de reconhecimento internacional, conduzido por administrador nomeado pelo Banco Central do Brasil, só produziu efeitos concretos quando submetido a uma jurisdição estrangeira. É sintomático. O Brasil, que deveria liderar a proteção de credores e a preservação do interesse público, precisou assistir de fora enquanto outro país fez o que aqui demoraria anos.

Esse padrão se repete com frequência alarmante. Grandes grupos econô-

micos raramente enfrentam respostas rápidas. A sensação que fica é de que o sistema funciona com dois pesos e duas medidas: rigor imediato para os pequenos, complacência estrutural para quem domina a engrenagem financeira e jurídica.

A cooperação internacional, nesse contexto, deixa de ser parceria e passa a ser muleta. Quando a Justiça estrangeira age antes, melhor e com mais clareza do que a nacional, o problema não está fora, está dentro. Está na incapacidade de

romper com uma cultura institucional que confunde prudência com paralisia e formalismo com justiça.

Enquanto o Brasil continuar aceitando que investigações financeiras relevantes se arrastem indefinidamente, decisões tomadas no exterior seguirão expondo nossa fragilidade. Não como exceção, mas como regra. E isso não é apenas um problema jurídico, é político, institucional e moral.

Por: Paulo Moranza - Ex prefeito e empresário

REFORMA

Reforma tributária inibe repasses indevidos para lojistas

Nos últimos meses, têm se tornado cada vez mais frequentes alterações unilaterais promovidas por administradoras de shopping centers em seus contratos de locação, especialmente com a inclusão de cláusulas que transferem ao lojista obrigações tributárias. Um exemplo recorrente das alterações abusivas é a inclusão de cláusula que prevê que o aluguel mensal corresponderia a um “valor líquido” (valor da locação), acrescido da imposição à locatária do pagamento de todos os tributos, encargos ou obrigações fiscais atuais ou futuros, incidentes so-

bre o aluguel, inclusive os decorrentes da reforma tributária, com acréscimo automático ao valor do aluguel, sem necessidade de aviso prévio.

Com essa prática, a cláusula que vêm sendo impostos pelos administradores dos centros de compra autoriza, de forma irregular, a cobrança de encargos além dos que já são cobrados e não dispõe o valor exato que será devido, fato que pode gerar insegurança jurídica e questionamentos judiciais.

Segundo o advogado Gustavo Maggioni, especialista em direito de shopping center e atual presidente da comissão de

shopping center da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) Campinas, esse tipo de cláusula é juridicamente questionável e, em muitos casos, manifestamente abusiva e afronta o sistema tributário brasileiro.

“A obrigação tributária pertence ao contribuinte definido em lei, ou seja, àquele que aufere a renda ou pratica o fato gerador. No caso do aluguel, quem recebe o valor é o locador, e é ele o sujeito passivo natural dos tributos incidentes sobre essa receita”, alerta Maggioni

“Assim, a tentativa das administradoras de shopping centers em tentar transferir integralmente ao

lojista tributos que incidem sobre a renda do locador não altera o sujeito passivo da obrigação tributária e não encontra respaldo jurídico”, afirma ele.

Ainda segundo Maggioni, a reforma tributária não autoriza abusos contratuais e a liberdade contratual não permite transferência ilimitada de riscos. Ele orienta que os lojistas precisam ler os aditivos contratuais que estão sendo impostos e buscar orientação jurídica especializada antes de aceitar alterações contratuais.

Fonte: Comunicação Estratégica Campinas



Gustavo Maggioni, advogado e presidente da Comissão de Shoppings Centers da OAB Campinas

PET NAS FÉRIAS

Enjoo de movimento pode afetar cães e gatos durante as viagens

Janeiro é mês de estrada cheia, malas prontas e famílias reunidas, muitas delas com um integrante especial no banco de trás: o pet. Embora viajar com cães e gatos seja cada vez mais comum, o deslocamento pode representar desconforto para alguns animais, principalmente por causa da cinetose, conhecida como enjoo de movimento.

A condição é frequente durante viagens de carro, barco ou avião e pode provocar náuseas, vômitos, salivação excessiva, palidez, tontura e ansiedade. “A cinetose é uma resposta fisiológica normal do organismo a estímulos de movimento que geram informações conflitantes ao cérebro”, explica a médica-veterinária Vanessa Genari, da equipe do Hospital Veterinário Taquaral. Segundo ela, enquanto o corpo do animal está parado, olhos e ouvido interno percebem o deslocamento, gerando confusão sensorial.

Experiência negativa

O estresse emocional pode agravar ainda mais o quadro. Muitos pets associam o carro a experiências negativas, como idas ao veterinário, e essa tensão acaba intensificando o mal-estar.

“O componente psicológico tem peso importante, especialmente em animais mais ansiosos”, destaca Vanessa.

A cinetose é mais comum em cães do que em gatos, sendo os filhotes os mais afetados. Isso acontece porque o sistema vestibular — responsável pelo equilíbrio — ainda está em desenvolvimento. Com o passar do tempo, a tendência é que o organismo se adapte ao movimento. “Em geral, por volta de um ano de idade, muitos cães deixam de apresentar enjoo”, afirma a veterinária.

Raças predispostas

Algumas raças, como boxer, border collie e dachshund, podem ter maior predisposição, seja por fatores genéticos, anatômicos ou comportamentais. Ainda assim, há animais que apresentam cinetose por toda a vida e precisam de manejo contínuo.

Para reduzir os riscos durante as viagens de férias, algumas medidas simples fazem diferença. A recomendação é evitar alimentação cerca de quatro horas antes do trajeto, manter o carro bem ventilado, dirigir de forma suave, sem curvas bruscas ou freadas intensas, e transpor-

tar o pet de maneira segura, com cinto apropriado ou em caixa de transporte. O local mais indicado é o banco traseiro, voltado para frente e com menor estímulo visual externo.

Adaptação gradual

A adaptação gradual ao carro também ajuda. Passeios curtos, associados a experiências positivas, brincadeiras ou objetos familiares, contribuem para reduzir a ansiedade. “A dessensibilização é uma grande aliada, principalmente nos animais jovens”, orienta Vanessa.

O border collie Bolota, quando era mais novo, sempre tinha ânsia ao viajar. “A solução foi evitar dar comida antes de entrar no carro. Ele foi parando de enjoar e se adaptou”, conta a dentista Talita Guidoni.

Em alguns casos, o uso de medicação pode ser necessário. Existem medicamentos veterinários específicos para cinetose, como antieméticos e, quando indicado, fármacos para controle da ansiedade. A orientação, porém, deve ser sempre feita por um médico-veterinário, respeitando o perfil de cada animal.

A administradora Kenia Antunes Pereira seguiu a

indicação da veterinária e agora ministra 3 gotas de uma medicação antes de levar a filhote de chihuahua Matilde para passear. Outra orientação foi a de deixar o vidro do carro um pouco aberto. “A veterinária disse que é bom ela sentir o vento e não ficar só no ar-condicionado. Está dando certo”, festeja Kenia.

Com planejamento, cuidado e atenção aos sinais do pet, as viagens de férias podem ser mais tranquilas e confortáveis para todos. “O mais importante é observar o animal, respeitar seus limites e buscar orientação profissional sempre que houver dúvidas”, reforça a veterinária.

Serviço:

Hospital Veterinário Taquaral – Campinas SP
YouTube
Instagram: @hvtcampinass
Facebook
Site
Endereço: Av. Heitor Penteado, 311, Taquaral (em frente ao portão 6 da Lagoa) – Campinas SP
Funcionamento: 24 horas, sete dias por semana
Telefones: (19) 3255-3899 / WhatsApp: (19) 99256-5500

Fonte: AMZ Comunicação



Vanessa Genari, da equipe do Hospital Veterinário Taquaral

SAÚDE | BEM ESTAR

SAÚDE

O que é colesterol alto e o que isso pode causar?

Você já deve ter ouvido falar que colesterol alto faz mal à saúde, certo? Mas nem todo colesterol é vilão. Aliás, nosso corpo precisa dele para funcionar bem.

O problema está no excesso, principalmente do tipo conhecido como “colesterol ruim”. Quando esse nível está elevado no sangue, pode haver acúmulo de gordura nas paredes das artérias. E aí o risco é alto: infarto, AVC e até insuficiência cardíaca podem surgir como consequências.

Por isso, é fundamental entender a diferença entre os tipos de colesterol e adotar hábitos que ajudem a manter esse equilíbrio. Vamos nessa?

Qual é a diferença entre o colesterol bom e o ruim?

Apesar da má fama, o colesterol tem um papel essencial para o nosso corpo, já que é responsável por funções como:

- Produção de hormônios (testosterona, estrogênio e cortisol);
- Vitamina D e ácidos biliares (essenciais para a digestão);
- Formação e regeneração de células.

O que muda entre o colesterol bom e o ruim é a forma como ele circula no corpo, ou

melhor, a lipoproteína à qual ele está associado:

HDL (lipoproteína de alta densidade): é o chamado colesterol bom. Ele ajuda a remover o excesso de colesterol das células e direcioná-lo de volta ao fígado, onde será eliminado. Esse processo protege as artérias do acúmulo de placas de gordura. Quanto mais altos os níveis de HDL, melhor!

LDL (lipoproteína de baixa densidade): é o colesterol ruim. Em excesso ele se acumula nas paredes das artérias, formando placas de gordura que dificultam a circulação sanguínea. Isso aumenta o risco de doenças cardiovasculares. Por isso, o ideal é que o LDL esteja sempre baixo.

O colesterol alto tem sintomas?

Na maioria dos casos, não. O colesterol alto é silencioso e só costuma causar sintomas em fases mais avançadas, quando já existem placas de gordura nas artérias. Ainda assim, algumas pessoas podem apresentar:

- Dores ou desconforto no peito;
- Sensação de queimação ou pontadas;
- Palpitações;
- Sudorese e falta de ar;
- Fadiga.

Em casos muito específicos, podem surgir nódulos nos tendões ou manchas amareladas ao redor dos olhos — mas são raros. Por isso, a única forma segura de identificar o problema é por meio de exames de sangue e acompanhamento médico regular.

O que pode causar colesterol alto?

A genética é um dos principais fatores, ou seja, quem tem histórico familiar deve redobrar os cuidados. Mas não é só isso: o estilo de vida também pesa bastante.

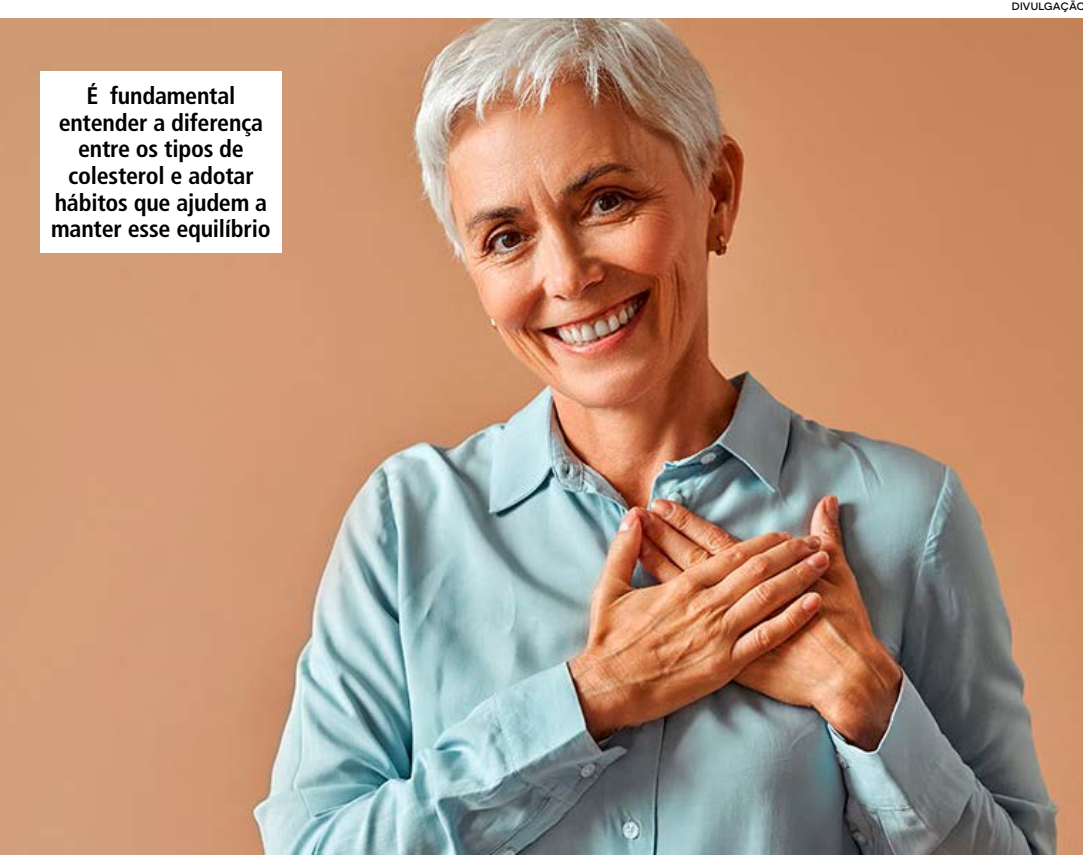
Veja os principais fatores de risco:

- Alimentação desequilibrada (rica em gorduras saturadas);
- Falta de atividade física;
- Tabagismo;
- Estresse;
- Hipertensão;
- Diabetes;
- Obesidade.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia, quem não tem fatores de risco deve fazer exames preventivos a cada 5 anos, a partir dos 20 anos.

Como a alimentação influencia no controle do colesterol?

Cerca de 30% do colesterol presente no nosso corpo vem



da alimentação. Por isso, o que colocamos no prato tem um papel direto na prevenção e controle do colesterol alto. Itens que merecem moderação:

- Alimentos ultraprocessados.
- Gorduras saturadas (óleo de dendê, óleo de coco, manteiga);
- Embutidos (salame, presunto, mortadela);
- Carnes vermelhas gordurosas;

- Queijos amarelos;
- Gema de ovo em excesso;
- E o que ajuda?
- Hortaliças;
- Frutas;
- Grãos integrais;
- Oleaginosas (castanhas, nozes, amêndoas);
- Carnes magras e peixes.

Em resumo: dá pra controlar o colesterol?

Com certeza! E o melhor: com

atitudes simples no dia a dia. Alimentação saudável, prática de atividades físicas, controle do estresse e exames em dia são o combo ideal para manter o colesterol nos níveis certos.

Agora que você já sabe tudo sobre o assunto, aproveite para repensar sua rotina e colocar a saúde do coração em primeiro lugar.

Fonte: Unimed

ESTÉTICA

A estética do excesso perde espaço em 2026

O ano de 2026 começa consolidando uma mudança clara na estética médica: sai de cena o excesso, entra a regeneração. Cada vez mais pacientes buscam tratamentos que preservem identidade, respeitem a biologia da pele e entreguem resultados progressivos, sem transformar o rosto. Esse movimento fortalece a Dermatologia Regenerativa como uma das principais tendências do momento.

Segundo a dermatologista Dra. Mônica Felici, o foco da estética regenerativa está em estimular processos naturais da pele. “A pele é um órgão vivo. Quando respeitamos sua biologia, conseguimos melhorar textura, firmeza, viço

e saúde sem alterar traços ou expressões”, explica.

A mudança acompanha também o comportamento do público. Em um cenário de maior exposição nas redes sociais, cresce a rejeição ao chamado “rosto padronizado”. O desejo, agora, é se reconhecer no espelho. “As pessoas querem parecer descansadas e saudáveis, não diferentes. O rejuvenescimento hoje está muito mais ligado à qualidade da pele do que a volumes artificiais”, observa a médica.

Menos agressão, mais regeneração

Na prática, a Dermatologia Regenerativa prioriza proto-



colos menos invasivos, com estímulos fisiológicos e resultados cumulativos. Entre os principais recursos estão os peptídeos biomiméticos, que atuam como sinalizadores celulares, auxiliando na

produção de colágeno, na função de barreira e no equilíbrio inflamatório da pele.

Outro destaque são os polinucleotídeos (PDRN), utilizados por seu potencial de regeneração tecidual, hidratação

profunda e melhora da textura cutânea. “Eles ajudam a pele a se reorganizar, melhorando viço e qualidade de forma gradual”, enfatiza a médica.

Os exossomos, amplamente discutidos no meio científico, também entram nesse contexto, desde que utilizados com critério médico. “São mensageiros celulares promissores, mas precisam de indicação correta, segurança e embasamento científico”, reforça.

Tecnologia a favor da naturalidade

Equipamentos de energia, como lasers não ablativos de 675 nm, ganham espaço por estimularem colágeno com

menor agressão aos tecidos e tempo reduzido de recuperação. “A tecnologia deixou de ser sinônimo de impacto intenso e passou a ser uma aliada da regeneração”, afirma a dermatologista.

Para a Dra. Mônica, esse movimento redefine o próprio conceito de beleza. “O novo luxo da estética é parecer você mesma, só que com uma pele mais saudável, firme e luminosa. Isso é regenerar, não transformar”, resume.

Informações:

Site: dramonicafelici

Fonte: AMZ Comunicação

BEM ESTAR

Nem chá-verde, nem hibisco: descubra os melhores chás para desinchar

Os chás diuréticos ajudam a desinchar e ainda proporcionam sensação de conforto. Além disso, oferecem diversos benefícios à saúde, proporcionando um bom funcionamento do organismo. A seguir, confira três opções para incluir na sua rotina.

Chá de gengibre

O gengibre ajuda na digestão, reduz gases e inflamações. Além disso, esse chá combate

a retenção de líquidos.

Contraindicações

Crianças e pessoas com pedra na vesícula, úlceras gástricas, alterações na circulação sanguínea ou que usam medicamentos anticoagulantes não devem consumir gengibre.

Chá de cavalinha

Essa planta tem ação diurética e antioxidante, neutraliza

os radicais livres e auxilia na eliminação do excesso de água do organismo.

Contraindicações

Grávidas, lactantes, crianças menores de 12 anos, pessoas com doenças cardíacas, renais, gastrite, úlcera ou pressão baixa, assim como quem usa medicamentos como anticoagulantes e diuréticos, não devem consumir o chá de cavalinha.

Chá de salsinha

A salsinha possui propriedades diuréticas, o que ajuda a baixar a pressão arterial e a combater a retenção de líquidos.

Contraindicações

Pessoas que usam diuréticos, assim como grávidas e lactantes, não devem consumir o chá de salsinha.

Fonte: Like Magazine



DRA. LARISSA C. B. RAVAGNANI

BIOMÉDICA ESTÉTICA E MASSOTERAPEUTA

Super promoção!

Pacote de Emagrecimento

- 4 Sessões de Detox Corporal;
- 4 Sessões de Drenagem Linfática;
- 4 Sessões de Lipocavitação;
- 4 Sessões de Radiofrequência.

R\$980,00

8 Semanas de tratamento. Parcela em 4x de R\$: 245,00.

Fechando o **Pacote de Emagrecimento**, no final do tratamento ganhará **1 SPA CORPORAL** (Esfoliação corporal + massagem relaxante com reflexologia podal e palmal e pedras quentes)

(19) 99973-1138 @dra.larissacbravagnani

Rua Luiz de Freitas, 193 Pq. Res. da Floresta - Sumaré

MODA

Estes são os itens que não podem faltar nos seus looks de verão

Com as temperaturas em alta, montar looks de verão que unem conforto, frescor e estilo é essencial. Nesse sentido, alguns itens-chave ajudam a criar produções estilosas, garantindo visuais modernos para diferentes ocasiões da estação.

Chinelos
Simples, práticos e confortáveis, os chinelos são essenciais para o verão. Muito além da praia, as fashionistas apostam no calçado para as suas combinações.

Bolsa de palha
Vai viajar? Então a bolsa de palha não pode faltar na

sua mala. Com uma pegada artesanal, esse acessório é sinônimo do verão.

Camisetas
As camisetas são essenciais no guarda-roupa de verão, já que com elas é possível criar diferentes composições. Além disso, essas peças trazem um ar despojado para

qualquer look.

Conjuntos
Líder em praticidade, o conjunto vai salvar os seus looks de verão. Aposte na dupla de blusa e bermuda, que pode ser usada na praia, num passeio à tarde ou no final do dia.

Da redação



Camiseta, short, chinelos e bolsa de palha ou crochê são a combinação oficial do verão

TENDÊNCIA

Pinterest revela as cores que serão tendência em 2026

As cores que vão inspirar o mundo criativo já foram escolhidas. O Pinterest acaba de revelar sua Paleta de Cores 2026, uma curadoria anual que antecipa os tons que devem influenciar moda, beleza, decoração, design e comportamento cultural ao longo do próximo ano.

A seleção reúne cinco cores intensas, expressivas e emocionalmente conectadas, extraídas a partir do que milhões de usuários estão buscando, salvando e explorando na plataforma. São elas: Azul Glacial, Verde Jade, Ameixa Negra, Wasabi Neon e Coral Caqui. Nada de neutralidade excessiva: a proposta é cor com personalidade, presença e significado.

Cada tom traduz um estado de espírito. O Coral Caqui irradia alegria e calor; o Wasabi Neon traz ousadia e energia; a Ameixa Negra carrega mistério e protagonismo; o Verde Jade equilibra sofisticação e serenidade; enquanto o Azul Glacial representa foco, frescor e clareza em meio ao excesso de estímulos do cotidiano.

O porquê das cores

Segundo o Pinterest, em 2026 as pessoas buscam cores que funcionem quase como ferramentas emocionais. Tons que ajudam a desacelerar, a focar, a escapar do ruído constante e a sustentar um otimismo realista. Mais do que estética, a cor passa a ser linguagem, uma forma consciente de expressar como se quer



sentir e como se quer ser visto.

“Por muito tempo, a escolha mais segura foi manter tudo discreto e neutro. Agora as pessoas estão prontas para mais”, afirma Xanthe Wells, VP de Criação Global do Pinterest. “A Paleta do Pinterest de 2026 é um convite para expressar emoções, brincar, experimentar

e deixar que o mundo ao seu redor reflita a vida que você realmente quer viver.”

Os cinco tons da Paleta Pinterest 2026

Azul Glacial
Frio, moderno e surpreendentemente acolhedor, o Azul Glacial entrega uma estética limpa e sofisticada. Um tom que remete ao

gelo, mas que aquece pela sensação de clareza e organização — ideal para quem busca foco visual e mental.

Verde Jade

Entre o menta e o musgo, o Verde Jade surge como o novo verde-desejo. Elegante, terroso e com um toque glam, ele traduz equilíbrio, natureza refinada e sofisticação contemporânea.

Ameixa Negra

Profunda e dramática, a Ameixa Negra mistura roxo escuro, bordô queimado e nuances de marrom. É uma cor intensa, pensada para quem quer assumir o protagonismo e explorar uma estética mais poderosa e expressiva.

Wasabi Neon

Elétrico e vibrante, o Wasabi Neon funciona como um verdadeiro estímulo visual. Uma cor de alta voltagem que injeta energia em looks, maquiagens,

moodboards e ambientes — impossível passar despercebida.

Coral Caqui

Quente, alegre e solar, o Coral Caqui transita entre o laranja e o vermelho. Um tom otimista, expansivo e emocionalmente positivo, que promete marcar presença em diferentes universos criativos.

Como o Pinterest define as cores do ano

A Paleta do Pinterest nasce da observação direta do comportamento dos usuários. A metodologia combina sinais humanos, tecnologia proprietária de busca visual e curadoria especializada. A equipe analisa bilhões de buscas e salvamentos feitos por mais de 600 milhões de pessoas ao redor do mundo, identificando quais cores ganham força, não apenas isoladamente, mas também em combinações

e contextos estéticos.

A partir desses dados, modelos avançados de linguagem visual detectam padrões culturais emergentes, que são traduzidos por especialistas em tons precisos e aplicáveis. O resultado são cores que não apenas antecipam tendências, mas inspiram ações reais.

Como novidade para 2026, o Pinterest também apresenta subpaletas, que intensificam atmosferas e sensações, por exemplo. Combinações como Wasabi + Azul Glacial criam um caos relaxado, enquanto Ameixa Negra + Coral Caqui unem mistério e aconchego. Fortes individualmente, esses tons revelam ainda mais potência quando usados juntos, um reflexo direto da complexidade emocional e estética do nosso tempo.

Fonte: Like Magazine

BELEZA

É o fim do loiro? Cabelo preto vira tendência mais quente do verão

O ano de 2026 mal começou e já temos uma nova tendência de cabelo na área! Gigi Hadid, uma das supermodelos mais influentes do mundo, mudou o visual drasticamente — e, por aqui, nós amamos!

Ela abandonou os fios loi-

ros e longos e apostou em um visual mais moderno, poderoso e cheio de personalidade: um mini bob na cor preto fosco. O motivo da mudança é a sua participação em uma campanha para uma marca de beleza. Além disso, já queremos vê-la desfilando

no Victoria's Secret Fashion Show com esse cabelo.

Um dos grandes destaques desse visual é o comprimento, que fica acima do ombro. Nesse caso, quanto mais curto, melhor. Para finalizar os fios, a dica é apostar em mousses ou cremes e

deixar as pontas levemente viradas para fora. Aliás, se o seu cabelo é ondulado, cacheado ou crespo, esse corte também é uma escolha estilosa, moderna e cheia de atitude.

Da redação



Gigi Hadid, uma das supermodelos mais influentes do mundo, mudou o visual drasticamente apostando no mini bob na cor preto fosco

CASA

DECOR

Tendências de decoração 2026: formas orgânicas, versatilidade e identidade

A decoração contemporânea tem caminhado para espaços cada vez mais sensoriais, flexíveis e cheios de significado. Mais do que seguir regras, as tendências atuais valorizam o conforto visual, a funcionalidade e, principalmente, a expressão do estilo pessoal. Nesse cenário, elementos como curvas, modularidade e peças artesanais ganham protagonismo na decoração 2026, criando ambientes acolhedores e autênticos. Veja dicas para se inspirar.

Móveis com linhas curvas seguem em alta

As curvas aparecem como contraponto às linhas retas e rígidas, trazendo fluidez e suavidade aos espaços. Nesse sentido, sofás orgânicos, mesas com cantos arredondados e objetos de formas sinuosas contribuem para uma atmosfera mais acolhedora e convidativa,



Modularidade é recurso útil



O charme artesanal



Personalização de identidade



Móveis com linhas curvas seguem em alta

além de reforçar a sensação de movimento no ambiente.

Modularidade é recurso útil

Já a modularidade responde às novas formas de morar. Assim, móveis versáteis, que se adaptam a diferentes usos e layouts, permitem maior liberdade na composição dos

espaços. Sofás modulares, estantes ajustáveis e sistemas flexíveis acompanham as mudanças do dia a dia, tornando os ambientes mais dinâmicos e funcionais.

O charme artesanal

As peças artesanais surgem como elemento de equilíbrio

entre o contemporâneo e o afetivo. Cerâmicas, tecidos feitos à mão, fibras naturais e objetos autorais adicionam textura, história e singularidade ao décor, reforçando a conexão com o artesanal e a valorização do tempo e do processo. Um exemplo é o crochê, que tem se tornado mais popular

por sua variedade de cores e possibilidades para todos os espaços.

Personalização de identidade

Por fim, o estilo pessoal se consolida como a principal tendência da decoração de 2026. Misturar referências, combinar materiais e criar am-

bientes que reflitam memórias, gostos e vivências transforma a casa em um espaço agradável, confortável e único. Mais do que seguir modismos, decorar passa a ser um exercício de identidade – onde cada escolha conta uma história.

Fonte: Like Magazine

CASA

Reformar ou demolir uma casa? Saiba o que vale a pena!

Adquirir uma casa é a realização de um sonho para muitos, mas também levanta uma das dúvidas mais complexas da arquitetura: vale mais a pena reformar ou demolir e construir novamente? Essa decisão costuma envolver questões técnicas, legais, ambientais e, às vezes, até emocionais, além de um equilíbrio entre orçamentos e expectativas.

No entanto, o arquiteto Paulo Tripoloni, à frente do Atelier que leva seu nome, reforça que cada caso exige uma análise minuciosa. “É natural que as pessoas pensem que reformar sempre será mais barato do que demolir. Mas, em muitas situações, quando falamos de casa, reforçar uma estrutura antiga sai mais caro e menos eficiente do que começar do zero. A demolição, quando bem planejada, deve ser entendida como uma etapa de reconstrução, nunca como destruição sem propósito”, diz.

Em razão disso, o profissional trata dos aspectos de ambas as decisões.

O primeiro passo

Se você já tem uma casa ou

está pensando em comprá-la, Paulo sugere que é preciso realizar uma avaliação profissional sobre a estrutura existente. Esse diagnóstico permite identificar problemas como fissuras, recalques, fundações frágeis ou paredes portantes que inviabilizam mudanças de layout. Para tanto, é inevitável a contratação de um profissional, seja arquiteto ou engenheiro.

Em muitos imóveis antigos, alterações feitas ao longo dos anos comprometem a estabilidade, como paredes retiradas sem cálculo adequado, fundações frágeis e improvisos construtivos, que podem inviabilizar uma reforma de qualidade.

“Já houve casos onde minha equipe constatou que a casa já havia sofrido tantas modificações que não suportaria a intervenção desejada sem altos custos de reforço. Nesse caso, a demolição foi a escolha mais racional”, conta Paulo Tripoloni.

Além disso, quando o imóvel possui ou não a planta original, é sempre preciso realizar um levantamento cadastral mais detalhado, sendo recomendado também, em áreas externas, o

levantamento topográfico, que traz dados precisos sobre o terreno e evita erros de projeto.

Após a avaliação estrutural, o profissional contratado buscará entender as necessidades e expectativas do cliente para simular custos comparativos entre reforma e reconstrução.

Cuidados com hidráulica e elétrica

A infraestrutura é um dos grandes desafios em reformas, pois em geral, a parte hidráulica precisa ser totalmente substituída em imóveis antigos, já que tubulações desgastadas apresentam vazamentos ocultos e não suportam sistemas modernos de aquecimento ou pressurização. Da mesma forma, a parte elétrica raramente atende às demandas atuais.

O estilo de vida mudou, e as casas precisam acompanhar isso. Hoje temos eletrodomésticos de alta potência, automação residencial e até integração com energia solar. Instalações antigas não foram dimensionadas para essas exigências. Por isso, em muitas reformas, acabamos

refazendo do zero toda a rede elétrica para garantir segurança e funcionalidade”, explica Paulo.

Tempo e logística da obra

O cronograma também é determinante, reformas tendem a ser mais imprevisíveis, já que durante a execução surgem surpresas estruturais que demandam tempo e investimento. Já a demolição, embora pareça mais radical, pode oferecer maior previsibilidade, já que se sucede de uma base nova e controlada.

“É comum ouvir clientes dizerem que têm medo da demolição porque imaginam um processo mais longo. Mas, na prática, uma reforma cheia de imprevistos pode durar muito mais. A demolição, quando necessária, nos dá clareza de cronograma e menos riscos de atrasos”, afirma o arquiteto, que lembra ainda que a vivência dos moradores deve ser considerada em reformas, pois muitas vezes é preciso sair da casa temporariamente devido ao barulho e à poeira.

Mas afinal, quando demolir é mais vantajoso?



Reaproveitar materiais da obra, como madeiras, telhas e até tijolos, reduz a geração de resíduos

Para essa resposta, Paulo indica sinais claros, como comprometimento estrutural grave, layout ultrapassado que exigiria uma demolição interna pesada e infraestrutura hidráulica e elétrica obsoletas. Em geral, quando a soma dessas intervenções ultrapassa 60% do valor de uma nova construção, reconstruir se torna a decisão mais lógica e eficiente.

“Não existe receita pronta. Mas quando percebemos que a reforma exige um esforço quase equivalente a erguer um imóvel do zero, é melhor repensar a estratégia. Além de economizar, o cliente ganha em funcionalidade e valor de mercado”, pontua. Mas há também a parte bu-

rocrática, pois toda demolição precisa ser licenciada junto à prefeitura, com apresentação de laudos e projetos. Em imóveis tombados ou em áreas de preservação, o processo é ainda mais rigoroso. Por isso, não dá para iniciar esse tipo de obra sem respaldo legal, sob risco de multas e embargos.

É importantíssimo avaliar a demolição se estamos falando de um patrimônio tombado elou com valor histórico.

Serviço:

Instagram: @paulotripoloni
Site: www.paulotripoloni.com.br

Fonte: dc33 Comunicação

CANTINHO DAS PLANTAS

Quer uma casa mais fresca e acolhedora? O segredo pode estar nas plantas

O uso de plantas na decoração residencial deixou de ser apenas um recurso estético para se tornar um verdadeiro aliado do bem-estar. Em ambientes estratégicos, como halls de entrada, varandas e áreas de circulação, o verde assume um papel que vai além da beleza: ele acolhe, energiza e cria uma conexão imediata com a natureza logo ao chegar em casa.

De acordo com os princípios do Feng Shui – prática milenar chinesa que busca equilibrar os espaços por meio da disposição dos ambientes, cores e elementos naturais – o contato visual com a vegetação contribui para reduzir o estresse, melhorar o humor e promover uma sensação instantânea de harmonia. É como um respiro natural em meio à rotina.

Benefícios das plantas no lar

Para Ana Paula Caramico, Gerente de Projetos e Incorporações da BRN Construtora,



O uso de plantas na decoração assume um papel que vai além da beleza: ele acolhe, energiza e cria uma conexão imediata com a natureza



1 – Verde também cabe em espaços pequenos

Para quem vive em apartamentos, a dica é optar por vasos suspensos, prateleiras verticais e suportes de parede, por exemplo. Essas são soluções inteligentes para inserir o verde sem comprometer a circulação. Já em casas térreas, floreiras e canteiros baixos ao longo da entrada ajudam a compor um

visual agradável e convidativo.

Entre as espécies mais indicadas pela especialista estão a espada-de-São-Jorge e a zamiculca, perfeitas para ambientes com pouca luz e baixa necessidade de rega. O lírio-da-paz e a jiboia também se destacam pela elegância e frescor em áreas internas, enquanto suculentas e cactos são ideais para quem busca praticidade e



2 – Mais conforto térmico e ar de qualidade

Além do apelo visual, as plantas contribuem diretamente para o conforto térmico e a melhoria da qualidade do ar. Quando combinadas com pisos claros, iluminação natural e ventilação cruzada, elas ajudam a criar ambientes mais frescos, saudáveis

e agradáveis. “Na arquitetura contemporânea, o bem-estar vai muito além da planta do imóvel e da escolha do mobiliário. A integração com elementos de paisagismo, texturas e formas naturais cria uma conexão harmoniosa com a natureza, o que traz benefícios positivos para o bem-estar físico, mental e emocional. Essa abordagem proporciona uma sensação de acolhimento e contribui para uma melhora significativa na qualidade de vida”, afirma Ana Paula.

3 – Plantas como parte da decoração funcional

Outra tendência é integrar as plantas à decoração funcional do dia a dia. Dessa forma, elas podem compor cenários junto a bancos, cabideiros, aparadores e estantes, ajudando a criar áreas multifuncionais.

Divulgação

COMPORTAMENTO

Limites pessoais: aprendendo a dizer não quando necessário

Respeitar os próprios limites pessoais é uma habilidade que pode ser desenvolvida. Isso é importante, pois, os limites são essenciais para vivenciarmos relacionamentos saudáveis e termos uma vida mais equilibrada. Eles nos lembram até onde devemos ir sem nos transgredirmos.

Limites pessoais sinalizam respeito a si mesmo. Portanto, permita-se conhecer, estabelecer os seus e, agir de modo a preservá-los.

Como definir meus próprios limites pessoais?

O primeiro passo para definir limites pessoais é se conhecer. Dessa forma, o autoconhecimento nos dá a clareza de nossos valores e prioridades, e de quais são os nossos critérios para fazermos escolhas.

No entanto, esse reconhecimento nos dá mais firmeza para dizermos NÃO quando algo impacta consideravelmente nossas necessidades emocionais e materiais.

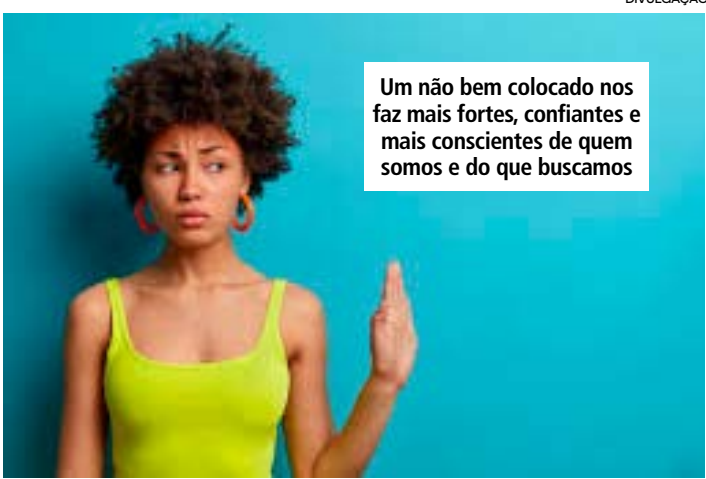
Nesse sentido, é preciso aprender a interagir com nossas contradições internas e decidir pela ótica do que deve ser feito e não pelo que gostá-

ríamos de fazer. Por exemplo, haverá momentos que vamos querer ajudar alguém mas não poderemos, pois fazê-lo, significaria nessa situação, ultrapassar nossos limites pessoais.

10 formas de respeitar os próprios limites

Se você deseja aprender a respeitar os seus próprios limites, siga as dicas abaixo. Além do processo de autoconhecimento, você pode passar a se respeitar mais:

1. Avaliando o quanto cada situação pode impactar seu estado emocional, mental, material e físico.
2. Usando a palavra NÃO quando necessário, mesmo que isso implique em decepcionar o outro.
3. Reconhecendo sentimentos e respeitando-os.
4. Tendo clareza do seu tempo disponível e dos seus reais recursos.
5. Priorizando o seu autocuidado, se colocando em primeiro lugar sempre.
6. Questionando se você estará disposto a se responsabilizar pelas consequências de suas escolhas.
7. Aprendendo a expressar suas



necessidades com confiança. É melhor desagradar o outro do que a si mesmo.

8. Entendendo se o limite estabelecido emana de seu estado psíquico ou se é o resultado de pressões externas.
9. Buscando uma percepção ampliada de cada situação para saber se deve ou não se colocar nela.
10. Lembrando que limites podem ser flexíveis e impermanentes. Dependendo do seu momento de vida, algumas coisas deixam de ser prioridades em prol de outras, modificando suas necessidades e percepção de realidade.

Dizer “não”: a palavra que pode te libertar emocionalmente

como:

- Paciência;
- Resiliência;
- Amor próprio;
- Determinação;
- Otimismo;
- Capacidade de planejamento;
- Ética e serenidade.

Como o psicólogo pode ajudar nessa jornada?

A ajuda de um psicólogo através de psicoterapia é muito eficiente para o desenvolvimento de inteligência emocional, responsável pela compreensão de suas emoções e de como elas impactam seu comportamento.

Saiba que, somente você é quem pode saber se algo lhe faz mal, portanto, somente você pode comunicar esse limite considerando o momento, a cultura, as competências e a capacidade de compreensão do outro.

Desse modo, é possível aprender a respeitar seus próprios limites e reconhecer os momentos em que é preciso dizer NÃO.

Um não bem colocado nos faz mais fortes, confiantes e mais conscientes de quem somos e do que buscamos.

Fonte: Telavita

RELACIONAMENTO

5 dicas de como lidar com a desobediência: como educar filhos desobedientes

Como lidar com a desobediência infantil? Educar filho teimoso é uma tarefa complicada. Estamos tratando de um conflito. O amor incondicional que sentimos e a necessidade de tomar uma providência.

O filho teimoso e desobediente precisa de afeto, atenção e também disciplina. O desenvolvimento infantil depende de algumas medidas tomadas pelos pais invariavelmente. A atuação direta deles é fundamental para o crescimento dos pequenos.

Nesse sentido, o artigo “Disciplina eficaz para as crianças” comenta que a “disciplina é sobre mudar o comportamento, não sobre punir crianças. A disciplina permite que as crianças desenvolvam a autodisciplina e as ajuda a se tornarem adultas emocional e socialmente maduras”.

Entenda a raiz do problema

De acordo com a psicóloga Marie Hartwell-Walker é preciso reconhecer que “o mau com-

portamento é uma forma bruta de solução de problemas. As necessidades da criança não estão sendo atendidas. Às vezes, as necessidades são realmente básicas.”

Conecte-se com eles

Desenvolver um relacionamento aberto e com afeto permite uma melhor aproximação com os filhos. Esse quesito traz uma maior confiança na relação entre pais e filhos desobedientes, o que influencia na maneira dos pequenos em se comportar. É necessário entender como lidar com a teimosia infantil, pois a conexão permite mais espaço para diálogo e uma solução mais rápida do conflito.

Nesse sentido, a psicóloga Laura Markham, reforça que a “motivação (dos filhos) para ‘se comportar’ vem de sua conexão com você, então, você tem que restabelecer a conexão antes que você possa influenciar seu comportamento”.

Incentive o comportamento positivo

O bom comportamento deve ser reconhecido. Sendo assim, é preciso identificar as situações em que as crianças desobedientes estão sendo boas e parabenizá-las. O reforço positivo ajuda os filhos a entender quais comportamentos devem ser mantidos.

Dessa forma, “a criança deve saber que obedecer aos pais contribui para o desenvolvimento de uma dinâmica familiar harmoniosa, na qual todos são recompensados”, explica a psicóloga Juliana Nutti, Juliana Nutti, doutora em Educação pela UFSCAR e coordenadora do curso de especialização em Psicopedagogia do Centro Universitário Central Paulista.

Faça combinados

Construir os limites junto com os filhos desobedientes é uma oportunidade para deixar claro para eles qual a situação a que



estão submetidos. Essa estratégia dá uma noção de participação para as crianças, o que ajuda na manutenção dos bons comportamentos. Entretanto, a quebra desse contrato não pode ficar sem consequências, pois acaba até encorajando a repetição do ato indesejado.

Procure ajuda psicológica

Como lidar com um filho teimoso pode se tornar algo insustentável. Apesar das diversas tentativas e ações, ainda existem

situações em que o ambiente perde o controle. Sendo assim, não é preciso ter vergonha de procurar ajuda profissional para lidar com ações de desobediência. O atendimento psicológico é uma alternativa interessante para o desenvolvimento dos filhos. O psicólogo será capaz de identificar os problemas que estão acontecendo e auxiliar os pais no melhor tratamento com a criança.

Fonte: Telavita

GESTÃO EM MOVIMENTO

O peso e o privilégio de liderar



João Cleto

Liderar é assumir um compromisso que vai muito além de metas, números ou resultados visíveis. É carregar um peso diário que poucos enxergam, mas que todo líder sente. O peso das decisões, das cobranças silenciosas, das expectativas externas e, muitas vezes, das próprias dúvidas. Ao mesmo tempo, liderar é um

privilégio raro: o de influenciar pessoas, transformar trajetórias e construir ambientes onde outros possam crescer.

Há quem confunda liderança com status. Mas liderança não nasce do cargo; nasce da responsabilidade. Um líder verdadeiro entende que tudo começa nele. Quando o time está desmotivado, desorganizado ou inseguro, o primeiro olhar precisa ser para a postura de quem lidera. Liderar é ser referência mesmo quando ninguém está observando. É sustentar valores quando seria mais fácil ceder.

O peso de liderar aparece nas escolhas difíceis. Nem sempre a decisão correta será a mais popular. Muitas vezes, o líder precisa escolher o caminho que gera desconforto no presente para garantir crescimento no futuro. Isso exige maturidade

emocional, clareza de propósito e firmeza de caráter. Liderar não é reagir; é avaliar cenários, pessoas e consequências antes de agir.

O privilégio de liderar se revela na construção diária. É acompanhar o desenvolvimento das pessoas, ver talentos florescendo, perceber a evolução da confiança e da autonomia. É entender que uma orientação, um exemplo ou uma conversa no momento certo pode redefinir caminhos. Poucas experiências são tão significativas quanto contribuir para o crescimento de alguém.

Liderar também é aprender a servir. Quanto maior a responsabilidade, maior deve ser a disposição para ouvir, orientar e apoiar. Liderança não é controle, é conexão. Ambientes fortes não se constroem pelo

medo, mas pela confiança. Pessoas não se engajam por obrigação; elas se comprometem quando sentem pertencimento e propósito.

Outro pilar essencial da liderança é a coerência. Não existe autoridade sem exemplo. O discurso do líder precisa caminhar alinhado às suas atitudes. Quando há incoerência, a confiança se rompe. Quando há coerência, o time segue mesmo diante das adversidades. Pessoas não seguem títulos; seguem comportamentos.

O peso de liderar também está na solidão de algumas decisões. Em muitos momentos, o líder precisa sustentar a direção, manter a serenidade e ser o ponto de equilíbrio em meio à pressão. Nessas horas, o propósito se torna indispensável. Quem sabe por que lidera

consegue atravessar qualquer desafio.

No fim, quem compreende o peso reconhece o privilégio. Porque liderar não é estar à frente, mas caminhar junto. Não é ser servido, mas servir. Não é exercer poder, mas gerar impacto.

Liderar é pesado, sim. E exatamente por isso, é um privilégio.

Sobre o autor
João Cleto é Bacharel em Direito, Coaching e Mentoring pela FGV, MBA em Liderança e Equipes de Alta Performance e autor do livro “Liderança na Prática: Como se Tornar um Líder?”. Atua no desenvolvimento de líderes e equipes com foco em comportamento, propósito e resultados.

CINEMA

ESTRÉIAS DA SEMANA

Hamnet: A Vida Antes de Hamlet
15 de janeiro de 2026 | Drama
Direção: Chloé Zhao
Elenco: Paul Mescal, Jessie Buckley, Emily Watson
Título original Hamnet
Essa é a história ficcional da vida doméstica de um dos cânones da literatura ocidental. Ao lado de sua esposa Agnes Shakespeare, William Shakespeare perde seu filho de 11 anos, um menino chamado Hamnet, para uma das pragas que assolou a Inglaterra no século 16.

Extermínio: O Templo dos Ossos
15 de janeiro de 2026 | Terror
Direção: Nia DaCosta
Elenco: Ralph Fiennes, Alfie Williams, Jack O’Connell
Título original 28 Years Later: The Bone Temple

Davi - Nasce um Rei
15 de janeiro de 2026 | Animação, Biopic, Família
Direção: Brent Dawes, Phil Cunningham
Elenco: Asim Chaudhry, Phil Wickham, Brandon Engman
Título original David
Um jovem pastor chamado Davi enfrenta gigantes e, da sua devoção e coragem, torna-se um rei.

Sirt
15 de janeiro de 2026 | Drama
Direção: Oliver Laxe
Elenco: Sergi López, Bruno Núñez Arjona, Richard Bellamy
Um pai e um filho viajam para o deserto do Marrocos atrás da filha e irmã desaparecida em uma rave.

O Diário de Pilar na Amazônia
15 de janeiro de 2026 | Aventura, Drama, Família
Direção: Duda Vaisman, Rodrigo Van Der Put
Elenco: Lina Flor, Miguel Soares, Sophia Ataíde
Para crianças
Uma jovem exploradora viaja até a Amazônia com dois amigos e uma rede mágica e embarca numa aventura para salvar a floresta e seus habitantes.

O Beijo da Mulher Aranha
15 de janeiro de 2026 | Comédia Musical, Drama, Romance
Direção: Bill Condon
Elenco: Diego Luna, Tonatiuh, Jennifer Lopez
Título original Kiss Of The Spider Woman
Dois presos políticos da ditadura argentina passam a criar uma relação a partir da contação de histórias sobre um famoso musical.

Ato Noturno
15 de janeiro de 2026 | Erótico, Suspense
Direção: Filipe Matzembacher, Marcio Reolon
Elenco: Gabriel Faryas, Cirillo Luna, Henrique Barreira
Um jovem ator e um político entram em um caso secreto e juntos descobrem um fetiche em fazer sexo em lugares públicos.

Me Ame Com Ternura
15 de janeiro de 2026 | Drama
Direção: Anna Cazenave Cambet
Elenco: Vicky Krieps, Antoine Reinartz, Monia Chokri
Título original Love Me Tender
Agora, diante da situação, ela precisa lutar pela sua maternidade e, principalmente, pelo seu direito enquanto mulher moderna de ser livre, podendo escolher a si mesma em uma jornada repleta de amor.

Rob1n: Inteligência Assassina
15 de janeiro de 2026 | Ficção Científica, Suspense, Terror
Direção: Lawrence Fowler
Elenco: Ethan Taylor, Simon Davies (II), Leona Clarke
Título original Rob1n
Um pai especialista em robótica perde o filho de 11 anos numa tragédia e cai num luto profundo. Para lidar com essa dor, ele canaliza toda sua energia em criar um robô chamado Robin que pareça com seu falecido filho. O boneco, porém, parece não ser apenas um objeto estático e inocente.

GASTRONOMIA

Sugestões de lanches deliciosos para preparar em casa nas férias escolares

Durante as férias escolares, o lanche da tarde ganha ainda mais destaque na rotina dos pais e da criançada, tornando-se um momento perfeito para unir praticidade e sabor. Pensando nisso, reunimos cinco receitas saborosas e fáceis de preparar.

Picolé de frutas
Ingredientes

1 caixinha de morango cortado em pedaços;
2 xícaras de manga cortado em pedaços;
2 xícaras de kiwi cortado em pedaços;
xícara de água(para cada sabor);
1 colher de chá de açúcar(para cada sabor);
palitos(para picolé).

Modo de preparo
Higienize e corte as mangas, os morangos e os kiwis em pequenos pedaços. Coloque os morangos no liquidificador, adicione aos poucos xícara de água. Logo após, também acrescente 1 colher (chá) de açúcar e bata até obter uma “pasta de morango”. Retire a pasta do liquidificador e peneire para retirar as sementes. Coloque a pasta obtida no molde para picolé e em

seguida coloque os palitos. Leve os picolés ao congelador por 3 horas. Após o congelamento da pasta de morango, repita o processo com a pasta de manga e por fim a pasta de kiwi. Por fim, é só desenformar e servir!

Pastel de hambúrguer
Ingredientes

500g de carne moída;
Pimenta-do-reino a gosto;
8 massas de pastel;
Sal a gosto;
Óleo;
8 folhas de mussarela.

Modo de preparo
Misture o sal e a pimenta na carne. Modele os hambúrgueres. Coloque um fio de óleo em uma frigideira. Frite os hambúrgueres. Coloque a massa de pastel, o hambúrguer, a mussarela por cima e termine com a massa de pastel. Feche tudo com o auxílio de um garfo. Frite em óleo quente e separe em papel toalha.

Biscoito de maisena
Ingredientes

9 colheres de amido de milho;
5 colheres de açúcar;
9 colheres de farinha de trigo;



O lanche da tarde ganha ainda mais destaque na rotina dos pais e da criançada

6 colheres de manteiga.
Modo de preparo
Misture até ficar uma massa bem homogênea. Faça bolinhas e amasse levemente com o garfo no tabuleiro. Não é necessário untar. Logo após, leve ao fogo médio por aproximadamente 35 minutos.Se preferir, derreta goiabada para rechear.

BLT de mortadela
Ingredientes

2 fatias de pão de fôrma sem casca;
3 folhas de alface lisa;

3 rodela de tomate;
5 fatias de mortadela;
Maionese a gosto.
Modo de preparo
Aqueça uma frigideira e dê uma leve tostada nas fatias de pão. Espalhe a maionese. Coloque as fatias de tomate, as folhas de alface e a mortadela. Corte o sanduíche ao meio e sirva.

Mini pizza
Ingredientes

1/2 kg de farinha, ou até a massa soltar da mão completamente;

200 ml de água morna;
1 pacote de fermento granulado;
1/2 xícara (chá) de óleo;
1 colher (chá) de sal;
1 colher (café) de açúcar;
Recheio a gosto.
Modo de preparo
Dissolva o fermento na água morna, junte o óleo, o sal e o açúcar. Adicione a farinha aos poucos, até obter uma massa homogênea. Trabalhe a massa por aproximadamente 15 minutos, até ficar lisa e soltando bolhas de ar. Cubra com um pano e

deixe descansar por 40 minutos. Abra a massa e deixe com cerca de 0,5 cm. Corte com um cortador ou use uma tampa redonda pequena. Coloque em assadeira untada. Leve para pré-assar por cerca de 10 minutos. Retire do forno e coloque o recheio. Leve ao forno por mais uns 10 minutos, ou até o queijo derreter e a massa ficar completamente assada.

Divulgação

A DENGUE MORA

ONDE VOCÊ NÃO OLHA!

75% DOS FOCOS DE DENGUE ESTÃO NAS CASAS

EM CASO DE FOCOS
DISQUE
ACESSE

156

VIGILÂNCIA
ZOOSES
SUMARÉ

PREFEITURA DE
SUMARÉ
DE TODOS