

AS MELHORES OFERTAS DE IMÓVEIS DA REGIÃO ESTÃO NESTA EDIÇÃO



# Gazeta Penhense



Gazeta de São Miguel São Paulo Leste

A MAIOR VITRINE DA ZONA LESTE - SEMANÁRIOS REGIONAIS

Redação  
R. Carlos Meira, 412  
FONE: 2647-7777 e 2647-7794

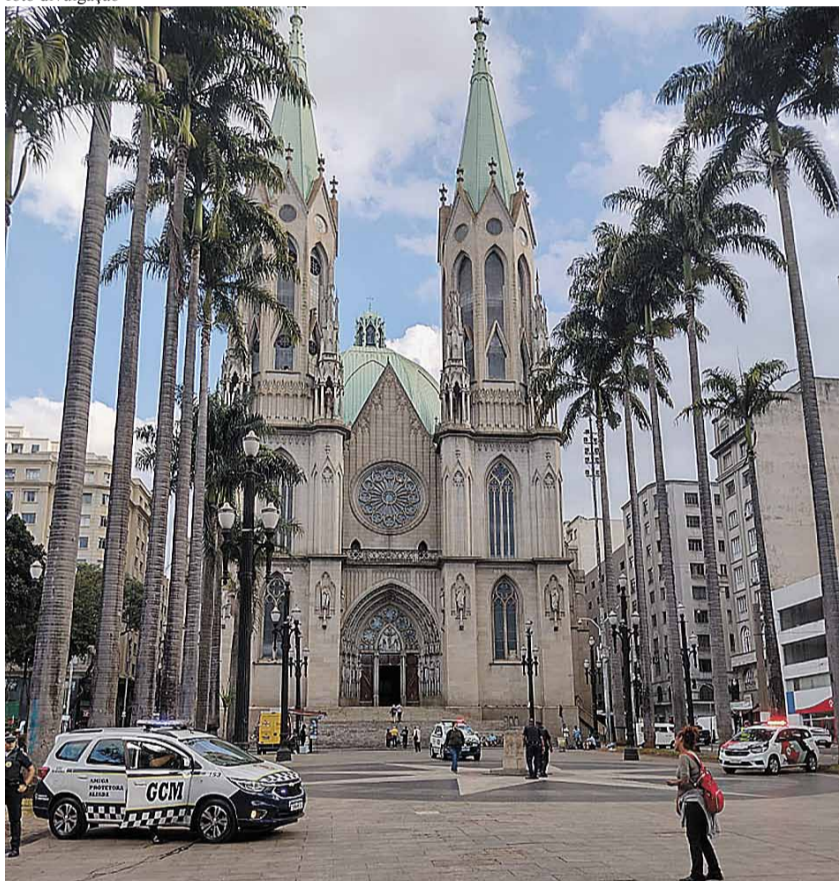
Diretor: Eugênio Cantero Sanchez  
ANO 61 - SÃO PAULO, 27 DE MAIO A 3 DE JUNHO DE 2023 - Nº 2610

INTERNET:  
www.spleste.com.br  
Email:  
spleste@spleste.com.br

## AÇÕES SOBRE O CENTRO LIMPO REVITALIZAM A REGIÃO DA SÉ

Com o trabalho da Prefeitura de São Paulo voltados à zeladoria e segurança, hoje é possível caminhar pelo Centro e até tirar uma foto.

foto divulgação



A Praça da Sé, no Marco Zero da cidade, está passando por uma série de ações de zeladoria, com melhoria no calçamento, jardins e até na escadaria da Catedral da Sé. As grades colocadas ali temporariamente colaboraram para a zeladoria naquela região. O trabalho feito ali fez diminuir até ações irregulares que aconteciam no local, como a Feira do Rolo.

Veja na página 8

## Virada Cultural

No Largo do Rosário nos dias 27 e 28 de maio

Veja na página 8.

## Atropelamento com vítima fatal na Amador Bueno da Veiga

fotos reprodução TV



Veja na página 7.

## COLORIDOS

FAZEMOS QUAISQUER SERVIÇOS GRÁFICOS

Adesivos Papel e Vinil  
Rotulos  
Lacres de Segurança  
Envelopes  
Blocos e Talões  
Pastas  
Cartões de Visita  
Folhetos  
Cardápios  
Cardápios em PVC  
Cavaletes  
Placas PVC  
Placa Imobiliárias  
Banners  
Faixas



**Cartões de Visita**  
1.000.....R\$ 65,00  
500.....R\$ 48,00  
250.....R\$ 40,00

**Folder - 10x14**  
1.000.....R\$ 98,00  
2.500.....R\$ 149,00  
5.000.....R\$ 240,00

**Receituário 15x21**  
1.000....R\$ 169,00  
2.500....R\$ 290,00  
**Temos coloridos**

**Folder - 20x14**  
1.000.....R\$ 195,00  
2.500.....R\$ 295,00  
5.000.....R\$ 479,00

**Blocos e Talões**  
100 blocos a partir de R\$ 91,00  
100 talões a partir de R\$ 210,00

**Baners**  
40x60.....R\$ 38,00  
60x90.....R\$ 41,00  
70x1,20...R\$ 57,00  
Confira outros tamanhos

**Cavaletes**  
a partir de R\$ 148,00  
**Placas Imobiliárias**  
a partir de R\$ 25,00

**Faixas**  
2,00x40...R\$ 57,00  
3,00x40...R\$ 77,00  
2,00x60...R\$ 78,00  
Confira outros tamanhos

CONSULTE TAMANHOS, PREÇOS E PRAZOS

99239-4036

## DESAFIO CULTURAL

### Bolsas de Estudo



Maternal, Jardim e Pré-Escola  
Ensino Fundamental I

Ensino Fundamental II  
Ensino Médio

desafiocultural.com.br

Avaliação Presencial



DIAS:

04/06 às 9h | 07/06 às 15h

INSCREVA-SE  
(11) 97370-4199  
Somente WhatsApp

CAMBRIDGE UNIVERSITY PRESS  
BILINGUAL PARTNER  
pes Language Program

Colégio DRUMMOND

COLÉGIO DRUMMOND TATUAPÉ

COLÉGIO ALVORADA VILA FORMOSA

COLÉGIO COMENDADOR PENHA (E.M. Noturno)

ESCOLA JOÃO XXIII PENHA

COLÉGIO DRUMMOND PONTE RASA



“Quando um porco entra num palácio, ele não se torna majestade, o palácio é que se torna um chiqueiro.” Voltaire

ANÚNCIO

Uma mulher publicou no Jornal do bairro: “PROCURO MARIDO”. No dia seguinte recebeu centenas de E-mail”, todos diziam o mesmo: “LEVA O MEU”.

Notícias PRapulares

“MULHER DESCOBRE TRAIÇÃO AO NOTAR QUE AS ESPINHAS NAS COSTAS DO MARIDO JÁ HAVIAM SIDO EXPREMIDAS”

RUMO A LANTERNA

Alguns clubes do brasileiro, inclusive O TIMÃO, têm necessidade urgente de corrigirem a rota no campeonato, pois o atual GPS está indicando final de tabela.

BOLA FORA

- Do jeito que está jogando o time do Corinthians, tá feia a coisa, acredito que só vai melhorar no dia que os marcianos verdes ficarem maduros. Aliás, a solução para o time do Corinthians, acredito eu, é a mesma solução para o meu caso: o dinheiro. Nossos dias atuais...nem tanto...

- Será que o Lula foi à China e testou nova receita de pastel recheado com picadinho de molusco?

- A boa notícia é que a China voltou a comprar carne do Brasil, garantia do Lula.

Lula deve ter dado aquela explicação bem simples e peculiar: - Olha companheiros chineses, podem ficar tranquilos, não tem bovinos LOUCOS, nos pastos brasileiros, loucos e aloprados só no governo.

- Já dizia minha vó: - “O silêncio diz tudo e um pouco mais, quem cala consente.”

-NA PONTA DO ESPETO

Tudo igual no Quartel de Abrantes - Sarnei, Collor, FHC, Lula, Dilma, Temer, o Mito, tudo dando naquilo que o peixe faz...

No mato sem saída e sem espingarda na mão! É assim que nós nos encontramos -- qualquer zumbidinho de mosquito nos assusta, imagina onças, tigres, leões e leopardos... estamos FU.....zilados.

Como dizia Millor, nós somos apenas a matéria-prima, o cadáver é o produto final.



DE OLHO NA MANCHETE

“ADOLESCENTES QUE USA CECULAR POR MAIS DE 3 HORAS AO DIA TEM MAIS DOR NA COLUNA”

- Os mais velhos então, seguindo essa linha de raciocínio, terão a coluna desfacelada!

REALIDADE CRITICÁVEL

Hoje em dia, a verdade é que uma MINORIA metida a MAIORIA, É QUE DITA REGRAS (pra não dizer outra coisa) do certo e do errado, do que pode e que não pode...pronto falei.

Como a liberdade não tem preço, quem avalia se está barata ou cara é você mesmo com as suas atitudes.

ASSIM falou MERCADO

- Eu já vi homens e mulheres ginecologistas, mas nunca vi uma mulher urologista. (... pode até ser que tenha, eu nunca vi)

- Morrer até que não me causa medo, o que eu temo é uma possibilidade de ressuscitar e encontrar os outros comemorando.

- É preciso amar as pessoas como se não houvesse eleições.

- Gente chata e idiota sempre existiu, o problema é que agora elas têm redes sociais.

- A pior gordura localizada é a do olho gordo.

Ah! VISO

Aos arrogantes e prepotentes: - Tanto faz a galinha caipira, a galinha d'angola e a que põe ovos de ouro, todas elas cacarejam iguais.

Ficamos por aqui, ADEMAN, que eu vou em frente, não adianta correr da balança, a gordura localizada e também a espalhada te acompanha.

Até a próxima.até quando possível. Um abraço.

SENTA A PUA NOS PAGADORES DE IMPOSTOS

foto: divulgação



Na guerra de 1942, os aviões da Base Aérea possuíam esse termo escrito em sua estrutura. Ao meu entender, eram aviadores que lutavam com garra para o bem do Brasil, que amavam sua pátria e defendiam nossa nação. Hoje, ninguém mais usa esse termo e tudo foi esquecido. Políticos sem escrúpulos, em de vez amar nossa pátria, querem destruí-la. Entra governo, sai governo, nada têm mudado, e agora eles estão usando a “pua” para outra coisa, como por exemplo, para nos roubar mais. Vou explicar. Em nosso bairro, na Penha, não existia Zona Azul. O tempo foi passando, começaram a usar policiais para multar, e depois, era obrigatório o uso do cartão azul. Em seguida, o aplicativo em que algumas pessoas não sabem usar, e agora com a nova tecnologia, colocam automóveis com um ou dois motoristas para nos multar, e você nem sabe se foi pego.

Você compra um carro e seu “sócio” vem com as prestações, com o licenciamento, multa, placa e outras imposições que ele inventa. O povo anda cansado, a cada dia essa “pua” quer entrar em nosso corpo, e eles só pensam em maldade. À cada dia, milhões de multas são aplicadas em nosso Estado. Eu, mais uma vez pergunto, para onde vão esses milhões? Para a educação não, para a melhoria do trânsito também não. Logo, trata-se de uma incógnita.

Nossas autoridades tem urgência de arrecadação. O que estão fazendo?

Em vez de colocar policiamento nas favelas e cadastrar suas armas, como diz o famoso Ministro da Segurança, eles colocam milhares de policiais para verificar se uma lâmpada está queimada, resultado: toma uma multa de R\$127,00. Se um pneu está careca, mais uma multa e prende o carro. Ao retirar o carro do coitado, o

problema se resolverá rápido se tiver o valor de no mínimo R\$1200. Caso não tenha, corre o risco de uma diária de R\$110 e ainda uma taxa de R\$210. Senhores amigos leitores, tomem muito cuidado. Se tudo estiver certo, vai levar uma canseira de no mínimo uma hora.

Mais uma vez pergunto, quantas armas foram apreendidas nas favelas?

Será que todos os carros da nossa polícia estão certos? Se fizermos uma vistoria de cinco, passa um. É muito fácil colocar a pua nos outros, pimenta no traseiro dos outros é refresco.

Gostaria de dar uma sugestão para o departamento de trânsito. Se o condutor estiver irregular, ele terá 30 dias para regularizar. Caso o proprietário não aparecer, seu carro será multado com acréscimo de 20%, pois ninguém tem dinheiro na hora, e a taxa do carro no pátio é muito alta.

Uma criança ao nascer, passa a dever para o governo, e a cada dia que vai conquistando seus benefícios, sua dívida vai aumentando. Ao morrer, alguém terá que pagar para o governo uma taxa do funeral. Não estou inventando nada, essas taxas existem, basta vocês aprenderem. Boa sorte.

Encerro com o cântico de salmo: Foi bom que eu tivesse passado por essa aflição, para que aprendesse com seus decretos, para na próxima, agirmos com o coração, e não com o bolso.produtores rurais.

Gil Paixão.  
Gil\_ultrasom@hotmail.com

O MELHOR DA REGIÃO  
Gastronomia

Agrada qualquer Paladar  
Nova Yara PANIFICADORA  
Rua Cap. João Cesário, 98 - Penha  
Fone: 2646-5151

Nova Brilhante  
padaria  
SEMPRE TEM NOVIDADES  
Disk entrega: 2957-0009  
Av. Amador Bueno da Veiga, 2.430  
Vila Esperança

Loreta Padaria  
ABERTA 24H  
PARA VOCÊ  
Av. São Miguel, 7.098  
☎ 4801-7400

PADARIA  
DO JAPONÊS  
感謝  
Naty Bolos  
Trabalhamos com Bolos Confeitados e Ovos de Páscoa  
PADARIA DO JAPONÊS  
Av. Gabriela Mistral, 928  
☎ (11) 94030-5547

EDITORA PENHENSE LTDA  
C.N.P.J. 61.296.232/0001-23  
R. Carlos Meira, 412 - CEP 03605-010  
Fone: 2647-7777 / 2647-7794  
SEMANÁRIOS  
São Paulo Leste Fundação: 15/01/94  
Gazeta Penhense Fundação: 07/04/63  
Gazeta de São Miguel Fundação: 14/02/87  
FUNDADOR: FRANCISCO CANTERO  
Diretor Superintendente:  
Eugênio Cantero Sanchez (MTPS Nº 64)  
Diretores:  
Marcelo Almeida Cantero  
Marcio Almeida Cantero  
Conselheiros:  
Abel Ferreira Castilho  
Reinaldo de Moraes  
Filiado à Associação dos Jornais de Bairro de São Paulo e Associação dos Jornais da Zona Leste

Aqui você encontra tudo para sua comemorações e para a satisfação gastronômica do seu dia a dia

Borges

Faça seu pedido  
11 93049-7490  
Serviço de Delivery  
taxa de entrega - R\$ 10,00

MERCADO MUNICIPAL DA PENHA - BOX 19  
Av. Gabriela Mistral, 160 - Penha (ao lado do Terminal de Ônibus)  
☎ 2082.0522 www.borgeslaticinios.com.br  
f Borges Penha i borges Penha

Excesso de peso  
Traumas  
Transtornos  
Síndrome do Pânico  
Falar em Público  
Concentração  
Obesidade  
Tabagismo  
Depressão  
Enxaqueca  
Fobias  
Sintomas de Stress  
Estudos Síndromes  
Vícios  
Insônia  
Timidez  
Saúde  
Aprendizado  
Amor Mal Resolvido  
Relaxamento  
Prosperidade  
Recicle sua MENTE  
PNL e Hipnose Podem lhe ajudar...

Marcelo Cantero - PNL e HIPNOTERAPIA  
WhatsApp: (11) 99112-9813



## Copa Paulistano "40 anos"

fotos: Everton Okubo



O Futebol de Varzea nunca deixou de ser uma vontade geral dos desportistas da cidade de São Paulo. Em partida da Copa Paulistano "40 anos", entre o XI Garotos / Ermelino Matarazzo 40tão, pela classificação, dia 20 no campo do Jardim Coimbra, a bola rolou diante de muita torcida. O jogo esquentou e estamos só no começo.



## Copa Primavera

fotos: Everton Okubo



Aconteceu no domingo, dia 21, no CDC Jardim Penha, a grande final da Copa Primavera, entre as equipes do Kiloucura/ Jardim Cotinha x Sintonia.

O Time do Kiloucura fez um gol do meio campo, com o craque Lele e assim a partida terminou 1 x 0.

Kiloucura campeão da Copa Primavera.

Parabéns a todos que participaram, organizadores e os craques da várzea.

## Etapa do Campeonato Paulista de Taekwondo em Arujá



### Campeonato Paulista 2023



**60** **35** **18**  
2º Colocado no Ranking por equipe  
25 atletas classificados para o campeonato brasileiro

No ultimo Domingo em Aruja - SP foi realizada a última etapa do Campeonato Paulista de Taekwondo.

A equipe Jumok, apoiada pela Abape e São Paulo Futebol Clube, conquistou 60 medalhas de ouro, 35 de prata e 18 de bronze, além de 25 atletas classificados para o campeonato brasileiro, que será realizado dos dias 16 a 20 de agosto na cidade de Fortaleza.

Toda a equipe vem mantendo uma pre-

paração para alcançar os melhores resultados e não mede esforços para isso. "Estou muito orgulhoso de todo desempenho da equipe, dos 45 atletas que vem dando a vida nos treinamentos até nossos 5 técnicos que estão se dedicando ao máximo para melhorar cada aspecto."

"Temos o objetivo de transformar vidas através do esporte!" Afirma o Mestre Junior Massa - Headcoach da equipe.



**Curso de Implantes, está selecionando pacientes.**

Para maiores informações, entre em contato:

11. 2294-6715

11. 95656.4007

email: [alsimplantes@gmail.com](mailto:alsimplantes@gmail.com)



[www.alsimplantes.com.br](http://www.alsimplantes.com.br)

**5** VOCÊ MAIS QUALIFICADO PARA O MERCADO DE TRABALHO

**Vestibular Social**

**BOLSAS DE ESTUDO**

**Uni DRUMMOND**

**1º MENSALIDADE R\$ 38,00**

Demais mensalidades\* A partir de **R\$ 280,00**

**CURSOS DE GRADUAÇÃO PRESENCIAL**

**INSCREVA-SE**  
[vestibularsocial.com.br](http://vestibularsocial.com.br)  
 PROVA ON-LINE  
 TODOS OS DIAS

(11) 97370-4199  
Somente WhatsApp



## Show Hipnose de Edu Portila no Centro Cultural da Penha

“Hipnose” é um show completamente pop salientado pela energia do funk que não deixa ninguém parado, a apresentação mescla músicas autorais do artista e grandes hits já conhecidos do grande público.

### Serviço:

**Dia 03/06, das 18h30 às 20h.**

**Palco Deck**

**Centro Cultural da Penha**

**Largo do Rosário, 20**



Música Edu Portila 03.06 | Sáb | 18h30 às 20h Palco Deck

## Portas de plataforma da Estação Belém entram em operação

Portas de plataforma da Estação Belém do Metrô, na Linha 3-Vermelha, entraram em operação na quinta-feira (25)

O Metrô de São Paulo iniciou às 10h da quinta-feira (25), a operação comercial das portas de plataforma da Estação Belém, na Linha 3-Vermelha. Trata-se de mais um serviço em benefício dos passageiros, que ganham com o aumento da segurança, além da redução do número de interferências que podem prejudicar a circulação dos trens.

Esses equipamentos também vêm sendo instalados em outras estações da Linha 3-Vermelha. Ainda no primeiro semestre, será concluída a instalação mecânica das portas nas estações Pedro II e Carrão-Assaí Atacadista, que depois entram na fase de comissionamento, onde são realizados exaustivos testes e protocolos que garantam seu funcionamento em segurança.

Já no segundo semestre será a vez do início da operação das portas das estações Corinthians-Itaquera, Bresser-Moooca e Palmeiras-Barra Funda, que já foram instaladas e agora passam pelo comissionamento. Nesse mesmo semestre, também será iniciada a instalação na estação Guilhermina-Esperança.

Esse trabalho é feito em um curto espaço de tempo, durante a madrugada, para não interferir na

operação dos trens e reduzir impactos no serviço. A meta é concluir no primeiro semestre de 2024 a instalação em todas as estações da Linha 3-Vermelha, que já conta com as portas instaladas nas estações Vila Matilde (em operação) e Belém (iniciando nesta quinta), além de Bresser-Moooca, Corinthians-Itaquera e Palmeiras-Barra Funda (em comissionamento).

O Metrô trabalha para instalar as portas de plataforma em todas as estações, de forma a melhorar ainda mais o transporte que recebeu, pela sexta vez consecutiva, o prêmio de “Melhor Serviço Público” da cidade de São Paulo. Para isso, mantém contrato que abrange a colocação desses equipamentos em 88 fachadas (laterais) de plataformas nas estações das linhas 1-Azul, 2-Verde e 3-Vermelha.

Esses equipamentos de segurança já foram instalados pelo Metrô nas 17 estações da Linha 5-Lilás e atualmente, além das estações da Linha 3-Vermelha, o sistema operado pelo Metrô conta com as portas em funcionamento em todas as estações da Linha 15-Prata, em duas estações da Linha 1-Azul (Jabaquara e Tucuruvi), quatro estações da Linha 2-Verde (Vila Prudente, Tamanduateí, Sacomã e Vila Madalena).

## Não tem magia nem milagres

O que tem é trabalho para se conseguir realizar ou produzir alguma coisa. E tudo vem da Natureza, que faz sua evolução de forma Natural e cada coisa tem seu tempo, sua época e uma maneira especial para se plantar e se produzir com paciência e dedicação da boa energia. É preciso raciocinar e se preparar para se evoluir.

A base é tudo a Natureza e a base de todo o Universo. Se não seguirmos nossa base que é a Mãe Natureza, é claro que não vamos evoluir nunca. O mal feito, o mal agir só faz mal a tudo e a todos e sempre. Se a base de tudo é naturalmente a Natureza, temos que nos organizar, segundo nossa base e seguir a base em toda a nossa vida: não seguir contos.

Raciocinar e se conectar com a origem, à Natureza. A Natureza tudo dá e nada cobra e tudo flui naturalmente. Vamos começar de forma simples e natural, que é o correto, se tudo vem da Natureza e sou 100% Natureza. Nada mais correto de que seguir a origem. Despoluir os nossos pensamentos e começar raciocinando com a Mãe Natureza, não tem milagres, não: tudo tem que se plantar, cuidar, regar e fazer no seu tempo, e tudo tem seu sua época de colher os frutos. Com a Natureza não tem tapeação e nem fanatismo. É tudo real e todo ato e todo feito traz seus efeitos, e tudo volta ao seu feitor, ou sua origem natural. Não dá para enganar a Mãe Natureza Universal. Aqui é: fez está feito e você vai colher seus feitos.

Portanto, o mal volta ao seu feitor e mais robusto. O bem só faz bem e este a todos convém e é bom.

Fazendo o que é bom é ser feliz com certeza. Fazendo o que é bom é ser feliz com certeza. Amar a tudo e a todos só vai te fazer bem o bem.

Faz bem e só o bem é a boa energia que rola no Universo, porque só o bem a todos convém.

Não é magia, é ser original e natural que faz o sucesso acompanhar e se instalar em você. Assim, você vai colher a felicidade eterna. A Natureza sabe tudo e está em tudo. Você faça o bem, que é bom até para você. Eu, Mauro Inácio Alves, estou no (f) kwai e mãe natureza; e, mauro natureza.

**Mauro Inácio Alves**



Rua Coronel Meireles, 186 - Penha

**SABEMOS QUE ESTE MOMENTO É MUITO IMPORTANTE, POR ISSO, CONTE COM ATENDIMENTO PERSONALIZADO E HUMANIZADO, NA COMPRA, VENDA E LOCAÇÃO DE IMÓVEIS.**

[imoveis@kingimoveis.com.br](mailto:imoveis@kingimoveis.com.br) | [www.kingimoveis.com.br](http://www.kingimoveis.com.br)

☎ 2856-7246

☎ 2856-7201

### LOCAÇÃO

**R\$ 9.500,00**  
**GALPÃO VILA**  
**ARICANDUVA**

Escritório, refeitórios, 5 salas, 2 wcs e depósito c/ área construída de 650m².  
Ref.: L4054.

**R\$ 1.500,00**  
**APTO PENHA**  
**DE FRANÇA**

2 dormitórios, sala 2 amb, cozinha, wc, área serv, sacada e 1 vaga indeterminada. (+ cond.). Ref.: L4023.

**R\$ 3.500,00**  
**SOBRADO**  
**VILA FELIZ**

200m² - 4 dormits sdo. 1 suíte, sala 2 amb, lavabo, cozinha, wc. á. serv, dep. p/ empreg, quintal, churrasqueira e 4 vagas cobertas + IPTU. Ref.: L3942.

**R\$ 1.800,00**  
**SOBRADO**  
**PENHA**

2 suítes, sala, lavabo, cozinha, á. serviço, sacada e 1 vaga. + cond. Ref.: L4043.

**R\$ 1.400,00**  
**CASA TÉRREA**  
**VILA MARIETA**

50m² - 1 dormitório, sala, cozinha, wc e área de serviço.  
Ref.: L4032.

**R\$ 3.000,00**  
**SALÃO COML.**  
**VILA MARIETA**

90m² - Térreo: Salão 90m² - 100% reformado, piso frio, 2 wcs, escrit, 2 vagas ext. descob na lat. do salão. Ref.: L824.

**R\$ 1.400,00**  
**APTO**  
**PENHA**

70m² - 2 dormitórios, sala de jantar, cozinha, wc e área de serviço (+ Cond.). Ref.: L887.

**R\$ 1.000,00**  
**TERRENO**  
**PENHA**

165m² - Plano 10x16,5m. Livre de Construção + IPTU. Ref.: L762.

### VENDAS

**R\$ 290 MIL**  
**APTO**  
**VILA SANTANA**

62m² - 2 dormitórios, sl. 2 amb, cozinha, wc, á. de serviço, 1 vaga coberta e fixa.  
Ref.: V4044.

**R\$ 490 MIL**  
**APTO**  
**VILA LAÍS**

77m² - 3 dormits. sdo. 1 ste, sala 2 amb, coz, wc, á. serv, closet, sac. e 1 vaga cob. fixa. Ref.: V4039.

**R\$ 298 MIL**  
**APTO**  
**PENHA**

48m² - 2 dormitórios, sala 2 amb, cozinha, wc, á. serv e 1 vaga coberta. Ref.: V4028.

**R\$ 660 MIL**  
**APTO PENHA**  
**DE FRANÇA**

69m² - 2 dormitórios sdo. 1 suíte, sala 2 amb, cozinha, wc, á. serv, sacada grande e 1 vaga coberta.  
Ref.: V4024.

**R\$ 500 MIL**  
**APTO PENHA**  
**DE FRANÇA**

66m² - 2 dormitórios sdo. 1 suíte, sala 2 amb, coz, wc, á. serv, sacada e 1 vaga coberta. Ref.: V4055.

**R\$ 240 MIL**  
**APTO VILA**  
**SÃO GERALDO**

60m² - 2 dormitórios, sala 2 amb, cozinha, wc, á. serviço. Ref.: V4050.

**R\$ 235 MIL**  
**APTO**  
**ENG. GOULART**

56m² - 2 dormitórios, sala 2 amb, cozinha, wc, área serviço e 1 vaga coberta. Ref.: V4022.

**R\$ 560 MIL**  
**CASAS + SALÃO**  
**COML. V. SANTANA**

202m² - 2 dormitórios, sala 2 amb, cozinha, wc, á. serv, quintal e 3 vagas. Edícula com 2 dormitórios, sala 2 amb, cozinha, wc, á. serviço. Ref.: V4057.

**R\$ 240 MIL**  
**CASA TÉRREA**  
**PENHA DE FRANÇA**

52m² - 2 dormitórios, sala, cozinha, wc, área de serviço.  
Ref.: V4053.

**R\$ 285 MIL**  
**SOBRADO COND.**  
**VILA MESQUITA**

90,93m² - 2 dormitórios sdo. suítes, sala 2 amb, lavabo, cozinha, wc, á. serv, quintal e 1 vaga. Ref.: V4017.

**R\$ 395 MIL**  
**SOBRADO**  
**VILA DALILA**

3 dormitórios, sala, sala jantar, cozinha, 2 wcs, á. serv, despensa, quintal, dep. p/ empreg. c/ wc e 3 vagas cobertas. Ref.: V2061.

**R\$ 480 MIL**  
**TERRENO**  
**VILA BEATRIZ**

224m² - Terreno com 8x28=224m², com uma casa antiga para demolição. Ref.: V4049.

**JSOLA**  
IMOVEIS  
2684-8181  
[www.jsolaimoveis.com.br](http://www.jsolaimoveis.com.br)  
Rua Manuel Jorge Ribeiro, 54 - Penha  
CRECI 16770-J

**LOCAÇÃO**      **VENDA**

**CASA TÉRREA PENHA**  
- 2 dorms, sl, coz, wc, lav, qtal. R\$ 1.300,00.

**SOBRADOS NOVOS PENHA** - 3 stes. (1 c/ sac.), sl. ampla, coz, lavb, lav, qtal. c/ área gourmet, 2 gars. R\$ 660 mil. Ref.: 428.

**CASA TÉRREA V. DALILA** - 2 ds, sl, coz, wc, lav, qtal, 5 vagas. R\$ 2.200,00.

**SALA COML. CENTRO DA PENHA - R. GENERAL SÓCRATES** - Sala c/ 32m², 2 amb, c/ ar cond, 2 lavabos, 1 vaga, doc. ok. R\$ 250 mil. Ref.: 216.

**APTO V. ESPERANÇA** - Rua Izabel - 3 dorms (suíte), sl. c/ sac, coz, wc, lavb, á. serv, 2 vagas de marc, á. lazer. R\$ 1.700,00 + enc.

**SOBRADOS NOVOS V. LAIS** - 3 stes. (1 c/ ampla sac.), sl, coz, lavb, lav, qtal. c/ área gourmet, 2 gars. R\$ 780 mil. Ref.: 430.

**TERRENO C/ 280M. V. GUI-LHERMINA** - Todo murado, plano, 1 escritório e 1 wc, bom p/ funilaria, mecânica, etc. R\$ 3.500,00. Est. prop.

**CASA ASSOBR. V. LAIS - TER. 5X30** - 2 ds, sl, coz, wc, lav, qtal, 2 gars. R\$ 350 mil. Est. proposta. Ref.: 164.

**WhatsApp (11) 9.7144-1166**

[www.facebook.com/gazpenha](http://www.facebook.com/gazpenha)



**CLASSIFICADOS**

**IMÓVEIS VENDAS**

**SOBRADOS NOVOS V. SALETE**  
2 stes. c/ sac, sl, coz, lavb, lav, 2 vgs. R\$ 600 mil. Tr. 2684-8181.

**Para anunciar ligue: 2647-7794**

**LOCAÇÕES**

**ALUGA-SE APTO PENHA**  
2 dorms, 1 vg. R\$ 1.700,00 cond. incluso. F: 99879-2496.

**ALUGO SALÃO PENHA**  
Pronto p/ hamburgueria. R\$ 1.100,00. F: 99879-2496.

**VSM Telecomunicações**  
- Vendas - Instalações -  
- Reformas - Manutenções -  
Câmera de Segurança (CFTV)  
Cerca Elétrica  
Central de Alarme  
Fechadura elétrica  
Interfone e PABX



**PROTEJA O SEU PATRIMÔNIO**  
monitorando tudo em qualquer hora e lugar.  
Descubra que essa tranquilidade custa menos do que você imagina.

☎ 11 - 98185-0062 Agende uma visita  
☎ 11 - 2041-8276 [fb.com/vsm.eliane](https://www.facebook.com/vsm.eliane)

**NOTÍCIAS DO MUNDO**



por Valdir dos Santos

**As mudanças de vida na Argentina com inflação acima de 100% ao ano**

*Milhões de argentinos não conseguem sequer satisfazer suas necessidades básicas*

Para Yanina, viver em um país com alta inflação não é novidade: quando ela abriu um minimercado há dez anos em um bairro popular na Grande Buenos Aires, a inflação anual ultrapassava 25%.

Apesar de a taxa ter crescido ao longo dos anos até dobrar, as pessoas “manejavam” e ainda conseguiam se virar, diz ela.

No entanto, desde que o aumento dos preços acelerou, passando de cerca de 50% para 95% ao ano em 2022 e indo para 108% ao ano em abril de 2023, os hábitos de seus clientes mudaram.

Antes, de cada dez itens que eles

compravam, cerca de quatro eram de necessidades básicas, diz ela. Hoje, milhões de argentinos não conseguem sequer satisfazer suas necessidades básicas, concluiu.

Fonte: BBC News Mundo na Argentina

**Próximos 5 anos devem ser os mais quentes já registrados**

Há 98% de chance de que as temperaturas globais atinjam níveis recordes nos próximos cinco anos e 66% de probabilidade de que esse aumento seja 1,5°C maior do que as temperaturas de nosso planeta na era pré-industrial, divulgou na quarta (17) em Genebra, na Suíça, a OMM (Organização Meteorológica Mundial), organismo especializado da ONU (Organização das Nações Unidas).

A má notícia relativa ao quinquênio 2023-2027 se deve a gases de efeito estufa, que retêm o calor, e o fenômeno EL Niño, geralmente associado a um aumento das temperaturas, maior seca em partes do mundo e chuvas intensas em outras áreas.



Valdir dos Santos  
valdir@aomundodastintas.com.br

Cantando com o Violão  
Profº Silvio Santisteban



**NÃO QUERO VER VOCÊ TRISTE**  
(E. Carlos/R. Carlos)

Mim La7 Mim La7  
Sente o céu repara o mar  
Fa#m Re7dim  
Há muito mais pra eu te  
Mim La7  
Mostrar não chore não  
Mim Ka7 ReM Re7  
Não fique triste assim

SolM  
Eu te amo tanto que o  
Solm ReM  
Teu pranto fez-se canto  
Si7 Mi7  
Pra mim sorria por favor  
Solm La7

Tenha espe-ran-ça  
Mim La7 Mim La7  
Sente o céu e esse luar  
Fa#m Re7dim

Que eu quero ver no teu  
Mim La7  
Olhar eu só queria  
Mim La7 ReM Re7  
Ter você pra mim

SolM  
Eu te amo tanto que o  
Solm ReM  
Teu pranto fez-se canto  
Si7 Mi7  
Pra mim sorria por favor  
Solm La7 ReM

Tenha es-pera-an-ça  
Mim La7 Mim La7  
La la la la la la etc

R  
E  
F  
R  
Ã  
O

R  
E  
F  
R  
Ã  
O

**VETERINÁRIA**

**O QUE É LÁGRIMA ÁCIDA ?**

A presença de lágrimas ácidas em cães é uma condição conhecida como epifora ácida. Ela ocorre quando as lágrimas produzidas pelo cão são excessivamente ácidas, o que pode levar a sintomas como olhos lacrimejantes, irritação na região dos olhos e manchas de lágrimas ao redor dos olhos, especialmente em raças de pelagem clara. Algumas raças são mais predispostas como Lhasa Apso, Shitzu, Poodle; etc, mas pode ocorrer em qualquer raça, idade e não predisposição de sexo.

Existem muitas causas possíveis para a lágrima ácida em cães, ocasionando o indesejável pelo escuro por onde escorre a lágrima. As causas mais comuns estão a anatomia de algumas raças; devido a estrutura do crânio, o formato dos olhos ou a posição das pálpebras podem contribuir para o acúmulo de lágrimas ao redor dos olhos; infecções ou in-

flamações, sendo infecções oculares, alergias ou inflamações nos olhos podem aumentar a produção de lágrimas e resultar em lágrimas ácidas; podemos citar também problemas nas vias lacrimais, que são bloqueios ou anormalidades nas vias lacrimais impedindo o escoamento adequado das lágrimas, levando ao acúmulo ao redor dos olhos; ainda se não bastasse, existem causas metabólicas; como a sensibilidade a certos alimentos, ou seja, alguns cães podem ser sensíveis a certos ingredientes na alimentação, o que pode resultar em lágrimas ácidas.

É importante ressaltar a necessidade de consultar um veterinário se você suspeitar que seu cão esteja com lágrimas ácidas. O veterinário poderá realizar um exame ocular completo para determinar a causa subjacente e recomendar o tratamento apropriado. Os tratamentos variam dependendo da causa subjacente; necessidade no r ajuste alimentar do cão, especialmente se houver suspeita de sensibilidade alimentar. Ainda, medicações, como colírios ou antibióticos, podem ser prescritas para tratar infecções ou inflamações oculares. Em situações mais graves, em que há obstruções nas vias lacrimais, pode ser necessário um procedimento cirúrgico para corrigir o problema. Dessa maneira; somente um veterinário pode fazer um diagnóstico preciso e recomendar o tratamento adequado para o seu cão. Evitem receitas caseiras ou medicações sem acompanhamento de um profissional veterinário.

MAGDA IZIDIO DE SOUZA  
CRMV - SP Nº 2703 - Médica Veterinária

**CLÍNICA VETERINÁRIA FÊNIX**  
DRA. MAGDA IZIDIO DE SOUZA  
CRMV-SP Nº 2703

Competência - Carinho e Dedicção  
Cães, Gatos, Animais Selvagens, Aves Ornamentais e Odontologia Veterinária

- Vacinação
- Cirurgia com Anestesia Inalatória
- Ortopedia
- Odontologia
- Oftalmologia
- Homeopatia
- Pensão e Internação
- Exames Laboratoriais
- Banho e Tosa
- Táxi Dog

Fone/Fax:  
2641-8179 / 2642-2035  
Rua Plínio Augusto de Camargo, 121 Penha  
E-mail: cvfenix@terra.com.br  
Site: www.cvfenix.com  
Face: clínica veterinária fênix

**Pet Shop**  
Banho e Tosa  
Táxi Dog  
Medicamentos TEMOS  
VETERINÁRIO

Avicultura da ROÇA

DISK RAÇÕES: 2293-2181 / 2941-1909

2ª a Sáb. 09:00 às 18:00 h.  
Rua Betari, 38  
(Ao lado do Shop. Penha)

**CURSOS ENSINO A DISTÂNCIA EAD**

GRADUAÇÃO - PÓS - EJA

Qualificação Profissional para o Mercado de Trabalho

1ª MENSALIDADE R\$ 28,00  
Demais mensalidades\* Por R\$ 98,00



INSCREVA-SE  
drummond.com.br/ead

(11) 95334-0164  
(11) 97260-6062  
Somente WhatsApp

Uni DRUMMOND EAD

unidrummond | SEDE: TATUAPÉ | POLOS: NEO QUÍMICA ARENA | PENHA (EJA) | PONTE RASA



## Biscoitinhos de Aveia

foto GB Imagem



**Ingredientes:** ½ xícara (chá) de manteiga; 1 xícara (chá) de açúcar; 2 ovos inteiros; 2 colheres (chá) de fermento em pó; ½ colher (chá) de baunilha; 1 xícara (chá) de farinha de trigo; 2 xícaras (chá) de aveia em flocos; 1 colher (chá) de sal. **Preparo:** Em uma tigela, misture bem todos os ingredientes secos. Em outro recipiente, misture bem a manteiga com o açúcar, junte os ovos inteiros, um a um, e vá acrescentando a mistura seca. Unte uma assadeira e com uma colher de chá coloque pequenas porções da massa na forma, deixando espaço entre elas porque elas se expandem enquanto assam. Leve ao forno

preaquecido 180° e preste atenção porque assam rapidamente. **Dica:** Se quiser, decore cada biscoito com uva passa sem sementes ou castanhas antes de levar ao forno. Poderá acrescentar castanhas moídas à massa antes de assar.



## E a comida do gato e do cachorro?



Merece a mesma atenção dada à comida dos humanos. Lavar bem a lata antes de abri-la e a sobra também deve ser guardada na geladeira em recipiente tampado. Estes alimentos se deterioram tal qual qualquer outro alimento enlatado por isso devem ser seguidas as instruções do fabricante quanto ao consumo e conservação.

## Escova de dentes

Para limpar o ralador de queijo, utilize uma escova de dentes, a fim de retirar os resíduos antes de lavar. Em tempo, compre uma escova somente para este fim.

## Desentope pia

Depois que fizer café, use o pó que ficou no coador para desentupir a pia, ou também, coloque no armário para espantar formigas.

## Algodão molhado

Ih! quebrou-se um copo. O pior são os cacos, principalmente aqueles menores e fininhos. Não tenha dúvida, embeba um chumaço de algodão com água e passe no chão. Os ditos caquinhos vão ficar grudados no algodão.

## Maizena no óleo



Para fazer Frango à Passarinho bem sequinho, experimente colocar uma colher de sopa de amido de milho no óleo de fritura em quente. O frango vai ficar douradinho e bem sequinho e, o que é melhor, nem vai grudar na panela.

## Como conservar queijos frescos



Os queijos frescos são aqueles tipo Minas Frescal e Ricota, antes de abrir a embalagem, os queijos frescos duram até 21 dias na geladeira, à temperatura de 2 a 8° C. Após abrir a embalagem, o ideal é consumi-los em até 5 dias. Coloque o produto dentro de um recipiente com tampa, ou num prato, cobrindo-o com uma película plástica. O importante é não deixar a superfície do queijo em contato direto com o ambiente da geladeira, pois isso provoca ressecamento.

## Tire a pele



Tanto faz, pode ser pimentão verde ou pimentão vermelho. Escolha alguns deles e coloque numa assadeira e leve ao forno até que fique com a casca toda escurecida, para isso você terá que virá-los frequentemente. Depois tire as peles na água corrente. Corte em fatias e tempere com azeite, alho e cheiro verde. Ou com o tempero de sua preferência.

## Tire da lata

Ao usar parte de algum alimento enlatado, retire a sobra e coloque num recipiente com tampa e guarde na geladeira, descartando a lata.

## Parece exagero, mas não é

É um hábito saudável lavar com bucha e detergente as latas de alimentos e enxugá-las bem antes de abrir. O mesmo se aplicando para os vidros e embalagens em geral que possibilitem este procedimento. Por mais limpo que os estabelecimentos comerciais sejam, sempre existem as contaminações no manuseio e no transporte.

## Veja a Agenda Cultural do Metrô

No dia 28 de maio, próximo domingo, das 9h às 12h, acontece mais uma caminhada fotográfica no Metrô. Dessa vez, ela vai ocorrer pelas estações da Linha 15-Prata, o primeiro monotrilho do Brasil. Será mais um agradável encontro para fotografar as estações e seus arredores, com objetivo de observar e registrar os aspectos arquitetônicos, artísticos, estéticos e humanos da cidade. Nesta atividade, o roteiro se inicia na estação Vila Prudente - na área livre em frente às catracas -, e segue pelas estações São Lucas, Vila Tolstói, Jardim Planalto e São Mateus.

A partir do dia 1 de junho, o Espaço Cultural da estação República recebe a exposição "Redescobrimo SP", com trabalhos do ilustrador e designer Jean Rosa e fotografias de Mavinho Acoron. A mostra apresenta 20 imagens com intervenções digitais. Entre elas, três tiveram como modelo as obras do Acervo de Arte Contemporânea do Metrô, que receberam releituras divertidas. A exposição segue disponível até 3 de julho na estação. Quem estiver pela região central, por exemplo, poderá admirar na Vitrine Cultural da estação São Bento, localizada na plataforma de embarque sentido Jabaquara, uma réplica do capacete do piloto e ídolo Ayrton Senna. Gentilmente cedido pelo Instituto Ayrton Senna, o capacete



te ficará em exposição até o dia 18 de junho na estação.

O designer gráfico italiano Tomaso Marcolla traz alguns de seus trabalhos conhecidos como "colagens digitais", em sua exposição "Pôsteres", disponibilizada no espaço cultural da estação Trianon-MASP do Metrô. A produção aborda temas relevantes da atualidade como: violência, crise econômica, solidariedade e preservação do meio ambiente. "Pôsteres" pode ser visitada até o dia 18 de julho.

Já nas estações Sé e Paraíso, o viés é emocional. Na estação Sé, frases da artista Ida Feldman estão expostas em painéis sob o título de "O passado me trouxe até aqui". Na estação Paraíso, 21 ilustrações assinadas por diversos artistas mostram o Rei Pelé, o maior jogador de Futebol em todos os tempos e falecido no final do ano passado. Ambas as exposições podem ser vistas nas respectivas estações até 3 de julho.

Ainda em cartaz podem ser visitadas também "Metrô Sus-

tentável", na estação Tatuapé, até 28 de junho; Figurino da personagem Polly, da Ópera dos Três Vinténs, na vitrine do Theatro São Pedro, na estação Marechal Deodoro, até 14 de junho; "Tito e Maria todo dia", por Tati Abreu, na estação Brás, até 16 de junho; "Metrô: 55 anos de fundação", na estação Clínicas, até 24 de julho; e "Senna: busque sua verdade" e "Entre vagões", na estação República, até os dias 16 e 27 de julho respectivamente.

Outras mostras que vão agradar os passageiros são a exposição "Flores da batalha", por Sérgio Vaz, disponível nas estações Alto do Ipiranga, até 11 de junho, e Marechal Deodoro, até 28 de junho; "Viver é morrer", por Silvia Husek, na estação Santana, até 12 de junho; a exposição "São Paulo Companhia de Dança - 15 anos", na estação Luz, até 3 de julho; e "Esmolação", pelo Museu de Arte Sacra (MAS SP), na estação Tiradentes, até 16 de agosto.

Sempre que quiserem, os passageiros poderão apreciar as exposições permanentes "Bom Retiro, São Paulo" e "Um lugar entre Seul e São Paulo", na estação Tiradentes; "Ipiranga: o bairro do grito!" na estação Alto do Ipiranga; e a Vitrine de Ikebana, na estação Japão-Liberdade.

Todo este roteiro pode ser conferido diariamente das 4h40 à meia-noite! Bom passeio!



# MORADIA

## IMOBILIÁRIA

### VENDAS

 <p><b>APTOS NOVOS NO JARDIM PENHA</b> 2 ds. A partir de R\$ 255 mil. 2 ds, 1 vaga. A partir de R\$ 315 mil. 3 ds, 1 vaga. A partir de R\$ 430 mil. Fácil acesso a condução. O cond. possui: elevador. Plantão Rua Rosa Mendes, 488.</p>	 <p><b>LANÇAMENTO! SOBRADOS NOVOS JD. PENHA</b> 3 ds. (1 ste. c/ sac.), quintal, 2 vagas. <b>R\$ 650 mil. Plantão no local. Rua Monsenhor Meireles, 585.</b></p>
 <p><b>APTOS NOVOS EM SÃO MIGUEL PAULISTA</b> 2 ds, sl, coz, wc, lav, 39m² <b>R\$ 195 mil. Aceita financiamento.</b> <b>Últimas unidades.</b></p>	 <p><b>SOBRA DO NOVO V. RIO BRANCO</b> 3 dorms. (1 suíte c/ sacada), sl, coz, wc, lav, quintal, 2 vgs. <b>R\$ 580 mil.</b></p>
 <p><b>APTOS NOVOS V. GRANADA</b> 2 dorms, sl, coz, wc, lav. A partir de <b>R\$ 220 mil.</b> <b>Últimas unidades.</b></p>	 <p><b>LANÇAMENTO SOBRADOS NOVOS V. RIO BRANCO</b> 2 dorms. (2 stes.), sac, sl, coz, lavabo, lav. cob, 1 vaga. A partir de <b>R\$ 450 mil.</b></p>

[www.moradia.imb.br](http://www.moradia.imb.br) **2546-2299**  
Rua Eleutério de Barros, 29 - Ponte Rasa



# Atropelamento com vítima fatal na Amador Bueno da Veiga

fotos: reprodução TV

Uma mulher, de 31 anos, morreu após ser atropelada por um ônibus na avenida Amador Bueno da Veiga, na Penha, Zona Leste de São Paulo, por volta das



7h30 de terça-feira (23). O motorista, de 64 anos, foi preso em flagrante.

A vítima, Cinthya Montiel Barbosa, trabalhava em uma empresa de contabilidade no Brás, no centro, e estava atravessando a faixa de pedestres a caminho do trabalho quando foi atropelada por um ônibus da SPTrans.

Segundo o boletim de ocorrência, a mulher esperou o sinal de pedestres ficar verde para poder atravessar. Porém, acabou atropelada pelo motorista do coletivo que alegou não tê-la visto, uma vez que o sol prejudicou sua visão da via.

O motorista acionou o socorro, mas Cynthia morreu ainda no local. Ao chegar ao endereço, a PM localizou apenas o condutor.

Os agentes realizaram o teste do bafômetro e não constataram a presença de álcool no organismo do motorista, que alegou ainda que estava diminuindo a velocidade para não atingir um carro que trafegava pela via e estava concentrado nessa ação.

A perícia mostra que o semáforo dos

veículos tem um sistema que muda do amarelo para o vermelho após uma pausa com cerca de quatro segundos e depois disso há mais quatro segundos para que ocorra a mudança no farol dos pedestres do vermelho para o verde.

A polícia teve acesso às imagens de câmeras de segurança que flagraram o atropelamento e que confirmam que Cinthya atravessou da forma correta.

De acordo com Calvin, tio da vítima, houve uma demora de cerca de dez horas para a realização de exames necroscópicos no Instituto Médico-Legal (IML), pois a unidade aguardava a delegacia terminar o registro da ocorrência e liberar o corpo para a necropsia.

O corpo de Cinthya Montiel Barbosa, de 31 anos, foi encaminhado ao Instituto Médico-Legal (IML) Leste e o velório dela aconteceu no Cemitério da Saudade, em São Miguel Paulista, na manhã de quarta-feira (24).

O sepultamento foi realizado no mesmo cemitério na sequência.

Fonte: R7

## VOCÊ PRECISA SABER DISSO...

### O TRÂNSITO NOSSO DE CADA DIA

Sempre rebati, quando alguém dizia que o Brasileiro é folgado, mas, com tempo, estou mudando de idéia. Tenho visto muita gente folgada ou talvez distraída aqui na Penha. Tenho recebido algumas narrativas a esse respeito também. É impressionante o número de residências com guia rebaixada terem, diariamente, um ou outro carro estacionado, impedindo o livre acesso dos veículos em sua própria garagem. Não é por falta de placa! Percebo que a maioria coloca placa pendurada no portão de "Proibido estacionar," "Garagem", "Entrada e saída de veículos" etc... Porém, parece que as pessoas estão tão apressadas que na ausência de uma vaga na rua, acabam estacionando em guias rebaixadas, ignorando as placas e justificando que era bem rapidinho. Eu mesma já fui várias vezes vítima dessas pessoas que só olham para seu próprio umbigo. O prédio onde resido é bem próximo de um banco. "Fui rapidinho no caixa eletrônico" dizem ao retornarem e se depararem com alguém parado, impedido de entrar/sair do local onde moram devido ao desleal e infracional estacionamento em guia rebaixada. Não adianta chamar o DSV, pois até chegarem no local tudo já foi desfeito. Esta semana, aqui na Penha, passei defronte de uma casa e resolvi fotografar porque é o auge da criatividade neste sentido. Adorei. Achei



muito divertido se não fosse trágico, claro! O morador desta casa deve estar tão cansado disso que pendurou esta placa da foto bem grande no portão de sua casa. Realmente a criatividade corre solta aqui na Penha. É preciso ser assim já que não se fazem mais motoristas como antigamente, já que está inviável estacionar por aqui devido as ruas serem quase todas zona Azul e já que o nível de consciência e respeito ao próximo ainda está na profundidade de um pires. Alguém tem alguma sugestão?

(Lindaura Ambrosio, da Redação)



#### Áries

Aprenda a balancear melhor a razão e a emoção. Existem momentos que exigem os pés no chão. Cuidado para não se tornar uma pessoa que só reclama por qualquer coisa.

#### Touro

Nunca se desculpe por dizer aquilo que você sente. Isso é como dizer: Desculpa por ser real. O mundo está precisando de mais pessoas objetivas e realistas e você pode ser uma delas.

#### Gêmeos

Amor verdadeiro é aquele que o vento nunca leva, e a distância nunca separa! E lembre-se: nunca brinque com os sentimentos das pessoas, um dia pode ser você o brinquedo.

#### Câncer

A maior decepção é aquela que vem de quem nunca esperamos. Você tem que saber perdoar os seus erros e também perdoar os erros dos outros. Nada como um dia após o outro!

#### Leão

Às vezes o silêncio pode valer mais que mil palavras. Aja com calma e segurança e chegará ao fim do dia com um saldo positivo. Permita que os amigos lhe ajudem nas dificuldades.

#### Virgem

Mantenha a delicadeza nas relações. Seja gentil e saiba cultivar bom humor. Cultive o belo, mas não priorize apenas as aparências. A alma também requer cuidados.

#### Libra

Não permita que o esgotamento físico ou as emoções fortes, tirem suas energias. O melhor que poderá fazer agora será buscar a companhia de pessoas amigas que saberão apreciá-lo.

#### Escorpião

Seja criativo para superar os obstáculos e para aumentar os seus rendimentos. Suas ideias podem render bons frutos no futuro, por isso, não as abandone no primeiro obstáculo.

#### Sagitário

Não vai conseguir ficar parado e assistir aos outros fazendo alguma coisa, partindo, imediatamente, para ajudar. Poderá se interessar por programas sociais e ajudar os outros.

#### Capricórnio

Poderá sentir necessidade de iniciar uma análise, objetivando mergulhar nos recônditos de sua alma. Observe com mais cuidado a realidade que o cerca, se atendo aos detalhes.

#### Aquário

Esclareça o quanto antes questões familiares mal explicadas. Tente se desprender do passado para seguir em frente com segurança e determinação. Esqueça velhas mágoas para ser feliz.

#### Peixes

Não desista, vá em frente. Sempre há uma chance de você tropeçar em algo maravilhoso. Nunca se ouviu falar em ninguém que tivesse tropeçado em algo enquanto estava sentado.

### Especialização Profissional

para Alavancar sua Carreira



# PÓS



**PÓS-GRADUAÇÃO PRESENCIAL**

## UniDRUMMOND

**1ª MENSALIDADE**  
**R\$ 28,00**

Demais mensalidades\*  
Por **R\$ 239,00**



**INSCREVA-SE**  
drummond.com.br/inscricao-pos

 (11) 97370-4199  
Somente WhatsApp





  unidrummond | SEDE: TATUAPÉ | RUA PROF. PEDREIRA DE FREITAS, 415



## Umidade baixa do ar pode aumentar as crises de rinite e asma

A rinite atinge cerca de 30% dos adolescentes, de acordo com dados do ISAAC (Estudo Internacional de Asma e Alergias na Infância). É uma doença NÃO contagiosa e que, como outras alergias, pode ser hereditária. Um bebê que tenha pais alérgicos terá aumentada de 50% a 70% a chance de desenvolver a

rinite alérgica. A rinite alérgica é mais comum após os 2 anos de idade e atinge cerca de 26% das crianças.

Os sintomas da Rinite são coceira frequente no nariz e/ou nos olhos, espirros seguidos (principalmente pela manhã e à noite), coriza (nariz escorrendo) frequente e obstrução nasal. Es-

ses sintomas são frequentes sem a presença de resfriados.

A asma atinge 10% da população brasileira e os principais sintomas da doença são falta de ar, chiado no peito, tosse, sensação de cansaço, dor no peito (manifestação clínica normalmente acentuada após esforço físico e até mesmo ao falar e rir).

## AÇÕES SOBRE O CENTRO LIMPO REVITALIZAM A REGIÃO DA SÉ

Com o trabalho da Prefeitura de São Paulo voltados a zeladoria e segurança, hoje é possível caminhar pelo Centro e até tirar uma foto.

fotos: divulgação



Praça da Sé, com ações de zeladoria da Prefeitura e Subprefeitura da Sé

A Praça da Sé, no Marco Zero da cidade, está passando por uma série de ações de zeladoria, com melhoria no calçamento, jardins e até na escadaria da Catedral da Sé. As grades colocadas ali temporariamente colaboraram para a zeladoria naquela região. O trabalho feito ali fez diminuir até ações irregulares que aconteciam no local, como a Feira do Rolo.

Diariamente é retirada aproximadamente 1,3 tonelada de lixo da Praça. Além das habituais lavagens de via, monumentos e escadarias que são executadas frequentemente Cerca de 10 toneladas de resíduos foram coletadas em 15 operações de remoção de Grandes Objetos no local.

### SEGURANÇA

Nessa semana, a prefeitura teve também uma grande vitória para o trabalho de revitalização do centro. Foi autorizado pela Justiça o processo de licitação para a aquisição de 20 mil câmeras do SmartSampa. Desse total, 2,5 mil equipamentos serão instalados na própria região central. A prefeitura também entregou recentemente 116 motos para a Guarda Civil Metropolitana (GCM) para rondas exclusivamente na região central a cida-

de. O investimento foi de R\$ 5,7 milhões. A prefeitura também destinou R\$ 83,5 milhões na Operação Delegada, de combate ao comércio de rua irregular. O programa prevê a contratação de agentes para reforçar a atuação também no centro da cidade.

### AMPARA

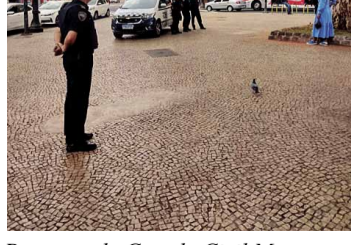
A Prefeitura criou este ano o Ampara SP, programa complementar de atendimento social a moradores de rua. Em um mês de funcionamento, o programa conseguiu acolher 1,6 mil pessoas em situação de vulnerabilidade. Foram 3.518 atendimentos feitos por um grupo multidisciplinar que conta com psicólogos, arte-educadores e sociólogos. A prefeitura tem contratado vagas em hotéis para acolhimento de pessoas em situação de rua. Além disso, um dos principais projetos nessa área, a Vila Re-encontro, funciona há cerca de três meses na região do Vale do Anhangabaú, atendendo famílias inteiras que viviam nas ruas. A prefeitura tem hoje quase 22 mil vagas destinadas a pessoas em situação de rua, com serviço de alimentação, atendimento psicológico e de oferta de trabalho via Centro de Atendimento ao Trabalhador (CAT).



Tirando uma foto na Praça da Sé



Equipe de Remoção



Presença da Guarda Civil Metropolitana por toda a praça

## Virada Cultural no Largo do Rosário

Palco, tendas e banheiros químicos já estão sendo preparados para a Virada Cultural

foto: cantero



### SÁBADO 27 DE MAIO

18 às 19h - Dona Anecide - Batuque de Umbigada de Capivari

19 às 20h - Samba Lenço de Maua

20 às 21h - Brasil que Canta e Dança

21 às 22h - Jongo de Tamandaré de Guaratingueta

22 às 23h - Jongo da Serrinha

23 às 24h - Coletivo Batuque Urbano de Maracatu

### DOMINGO - 28 DE MAIO

10 às 15h - Brincadeira de todos os temps - Cia Tadito

10 às 10h30 - Adriana Farias

10h30 às 11h - Vera Bianca

11h às 12h - Trevo em Flor

12 às 13h - Tônico e Tinoco

13h às 14h - Cia Chegança

13 às 15h - Congada Filhas de Nzane de São José dos Campos

15 às 16h - Congada de Santa Efigênia de Mogi das Cruzes

**• SURDEZ?**  
 Você não ouve bem?  
 Sua TV vive no volume máximo?  
 Você ouve, mas não entende?

Se respondeu "SIM" a uma destas perguntas, venha fazer um teste conosco aqui no **SHOPPING PENHA!**



**INOVA**  
 AUDIÇÃO

(11) 3136-0027 | Segunda à Sábado das 10h às 20h  
 Andar do Supermercado ao lado dos caixas eletrônicos  
 contato@inovaudio.com.br • www.inovaudio.com.br

**De Marco**  
 veículos

**+ de 40 anos**  
 nos dão  
**credibilidade**  
 e **confiança**



**COMPRAMOS E VENDEMOS COM EXPERIÊNCIA E CUIDADO**

**Rua Padre Benedito de Camargo, 87 - Penha**

www.demarcoveiculos.com demarcoveiculos@terra.com.br

**Fones: 2613-3521 / 2613-3522**  
**2293-4089 / 2293-3938**



## A mudança de atitude é fundamental para conquistar o corpo desejado

*Vícios alimentares e sedentarismo são as principais causas de celulite e outros males que comprometem a aparência do corpo*

Pele lisa, livre de manchas, acnes, celulites e estrias, é o sonho de todas as pessoas. Seria pedir muito ficarmos com a nossa pele de bebê durante a vida inteira? Não é assim, né!

Parece impossível para as pessoas comuns - que trabalham durante o dia, estudam à noite e ainda dão conta da casa, dos parceiros e ainda dos filhos.

O corpo perfeito parece ser privilégio apenas das estrelas que passeiam pela mídia. Se você é daquelas pessoas que pensam assim, vai um conselho: desencana e goste de você mesma, ame-se muito, este será o primeiro passo para conquistar a pele e as medidas ideais.

Na guerra contra a celulite entra em cena uma arma capaz de renovar a pele, deixando-a mais lisa e hidratada a qual você pode usar em casa, todos os dias, após o banho. São aqueles famosos cremes anticelulite, disponíveis nas prateleiras dos supermercados, nas farmácias, nos catálogos de produtos etc etc.

Os especialistas no assunto ensinam que tais cremes precisam atravessar a pele e chegar até as famigeradas células de gorduras por isso os cremes feitos para serem usados em casa são formulados com moléculas menores e componentes inteligentes capazes de atravessar e levar os ingredientes ativos até a camada de gordura.

E tem mais, a eficiência aumenta se, na hora de aplicar,

o corpo perfeito parece ser privilégio apenas das estrelas que passeiam pela mídia. Se você é daquelas pessoas que pensam assim, vai um conselho: desencana e goste de você mesma, ame-se muito, este será o primeiro passo para conquistar a pele e as medidas ideais.

Os bons cremes para tratar a celulite têm em sua formulação substâncias que auxiliam na quebra das células de gordura e que estimulam a produção de colágeno, responsável pela firmeza da pele, além de agentes hidratantes. Na hora de comprar, leia os rótulos com atenção.

Lembrando sempre que o combate à celulite exige disciplina e boa vontade inclusive é preciso rever os hábitos alimentares e incluir a ingestão de água, muita água diariamente, e fazer exercício regularmente. Bem, escolheu o creme que será o seu companheiro fiel do dia a dia? Aqui vão algumas dicas.

É importante fazer uma esfoliação no corpo pelo menos uma vez por semana. A tarefa é simples, é feita durante o banho com sabonetes específicos. Quando as células mortas são



foto GB Imagem

*É preciso disciplina e manter rotina de cuidados, além de dermocosméticos adequados à cada necessidade*

removidas a pele fica melhor preparada para absorver os ingredientes ativos do creme e, conseqüentemente, os resultados serão muito melhores.

Espalhe o creme, com cuidado e leveza, sempre de baixo para cima, logo após o banho. O corpo está aquecido e a circulação a mil por hora, isso facilita a penetração das substâncias ativas. O ideal é usar o creme duas vezes ao dia - de manhã e à noite.

Importante: na hora de aplicar, mesmo que esteja com pressa, não o faça de qualquer jeito, espalhe sempre de baixo para cima e em direção às virilhas.

No trato da celulite, não existe milagres. É preciso ser persistente e não desistir do tratamento. Se você pode recorrer às massagens modeladoras e de drenagem linfática disponíveis nas clínicas de estética, melhor, mas complementemente com o uso dos cremes formulados para serem usados em casa.

Na hora de aplicar, comece pelas coxas, de baixo para cima e deslizando até a linha da virilha, caprichando na parte interna das coxas. No bumbum, faça massagem circular, no sentido horário usando a palma das mãos. Não se esqueça da região da barriga, caprichando na cintura com movimentos de trás para frente.

Reserve dois ou três horários na semana para você se dedicar aos exercícios, pode ser caminhada, pode ser na academia, pode ser natação ou hidroginástica. O importante é colocar o corpo em movimento.

Mudar a rotina pode não ser fácil ou agradável no início, mas quando aparecerem os primeiros resultados, você não vai querer outra coisa na vida.

E o rosto? Fale com o dermatologista. Invista em dermocosméticos idôneos e não negligencie principalmente na rotina de limpeza e de proteção solar. Use cremes específicos para seu tipo de pele e resultado que deseja.

Com disciplina e persistência, é possível ter a pele do rosto e do corpo hidratada e bonita.

**AGENDA ABERTA**

**MÁRCIA OLIVEIRA**  
TERAPEUTA AURA MASTER  
**TERAPIA NATURAL E EFICAZ!**

Te ajudo a eliminar a Depressão, Medos, Traumas. Na conquista de suas metas, Destruir sua prosperidade e muito mais de forma mais rápida.

Fale comigo agora  
**(11) 96920-8514**

**SEGURANÇA, SEGURANÇA ELETRÔNICA, VIGILÂNCIA e muito mais**

**EM EMPRESA NA PENHA** (CONTRATOS) - TEMPORÁRIO - EVENTUAL

Soluções ideais para sua segurança e do seu patrimônio

**FIBER VIG**  
Vigilância e Segurança

Segurança Desarmada  
Segurança Armada  
Segurança Eletrônica  
Escolta  
Proteção Executiva

Conheça Nossa Frota

Início Imediato e Atendimento Personalizado

fibervig f fibervig 2647-3555

Toda Quarta tem **SUPER FEIRÃO**

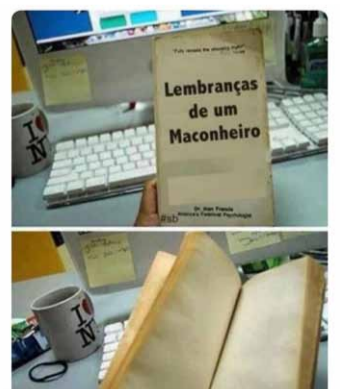
no **KANGURU SUPERMERCADO**

Aqui você economiza!

Faça seu pedido, Nós faremos a Feira!

SUAS COMPRAS A ALGUNS CLICKS  
[WWW.KANGURUSUPERMERCADO.COM.BR](http://WWW.KANGURUSUPERMERCADO.COM.BR)

**MemésZaP**



**L. DIAS** 50 ANOS  
1972 • 2022

Contabilidade de qualidade  
**SUA PARCEIRA CONTÁBIL**

Rua Rodovalho Júnior, 345 - Penha de França  
Fone: 11 2647-1977 [www.ldias.com.br](http://www.ldias.com.br)



## Mulheres estão mais hipertensas e sofrendo de ansiedade e depressão em 2023

Base de dados do dr.consulta alerta para o aumento nos diagnósticos neste início de ano

O Dia Internacional de Ação pela Saúde da Mulher foi criado em 1984, com o objetivo de alertar sobre a morte materna, que havia atingido seu auge naquele ano. Quase 40 anos depois, as políticas públicas ainda não conseguiram evitar que as mulheres continuem morrendo por doenças evitáveis.

Nos primeiros quatro meses de 2023, os quadros de ansiedade, depressão e hipertensão foram os diagnósticos mais comuns entre as mulheres que passaram por atendimento no dr.consulta. Quando comparamos com o

mesmo período do ano passado, houve um aumento de 53,47% nos casos de hipertensão e 34,23% nos de ansiedade e depressão.

Além dos exames ginecológicos de rotina, cardiologia e psiquiatria, as mulheres também procuram a rede para atendimentos oftalmológicos. A presbiopia, condição ocular popularmente conhecida como "vista cansada" também está entre as principais ocorrências entre o sexo feminino.

Os especialistas do dr.consulta fazem um alerta sobre iniciativas que podem oferecer mais quali-

dade de vida e saúde integral para as mulheres. Indicando que a saúde mental e a do coração não devem ser descuidadas. "A prevenção é o principal caminho para evitar doenças, que têm causas previsíveis", explica a ginecologista do dr.consulta, Paula Morgensztern. De acordo com a médica, uma atuação mais efetiva deve contemplar cuidados mais específicos, que vão além de questões ginecológicas, mas que passam pelo bem-estar físico e a saúde mental, com linhas de cuidado direcionadas à atenção básica.

## Endometriose atinge 1 a cada 10 mulheres no Brasil

A endometriose afeta milhões de mulheres em idade reprodutiva, podendo ocasionar dores intensas, além de uma série de outros impactos na qualidade de vida e na saúde dessas mulheres, inclusive a infertilidade. Segundo o Ministério da Saúde, uma em cada 10 brasileiras sofre os sintomas da doença e, no mundo, de acordo com a Organização Mundial da Saúde, são 180 milhões de mulheres.

O ginecologista e professor do CEUB Nicolas Caires explica que a doença se dá quando o endométrio (tecido do útero) começa a crescer desordenadamente na cavidade pélvica, afetando intestino, bexiga, ovários entre outros órgãos. Isso pode causar um processo inflamatório gerando dores crônicas, especialmente no período menstrual. "Não há como eliminar totalmente este tecido e ele acaba sofrendo um processo de

inflamação que, com o tempo, pode ocasionar uma situação de aderência desses órgãos", comenta Nicolas.

Segundo o professor, o diagnóstico da endometriose não é simples. Em geral, o tempo médio que as pacientes levam para chegar a identificar o problema é de sete anos. Mas felizmente isso tem mudado. O caso da cantora Anitta, divulgado em 2022, serviu de alerta para milhões de mulheres no país que sofrem com dores crônicas, entre outros. Normalmente, de acordo com o ginecologista, o quadro de dor pélvica é a primeira suspeita. "São dores intensas que se manifestam no período da menstruação ou pré-menstrual e que vão piorando a cada novo ciclo. Diante desse quadro, são feitos exames de imagem (ressonância ou ecografia) para identificar o problema. São exames bastante

específicos, que demandam um treinamento especial", complementa. No caso da cantora Anitta, por exemplo, foram 9 anos até o diagnóstico.

Para chamar a atenção das mulheres e da classe médica para o problema, o 7 de maio celebrou o Dia Internacional da Luta Contra a Endometriose. O professor do CEUB lembra que a doença não tem cura, mas os tratamentos atuam para mantê-la sob controle. "Há dois tipos de tratamento. Uma primeira abordagem é clínica, com o uso de hormônio (progesterona) para bloquear a menstruação. Uma alternativa, no caso em que as mulheres têm um quadro já de muitas aderências ou não respondem bem às medicações, é a cirurgia. Entretanto, mesmo as pacientes que operam, precisam monitorar o possível surgimento de novos focos", alerta Nicolas Caires.

## Maio Amarelo:

### 'Decisão final cabe ao motorista', alerta especialista

Professor do CEUB comenta o gargalo da fiscalização e destaca o papel estratégico das campanhas educativas para avançar na segurança do trânsito

O movimento Maio Amarelo é uma iniciativa internacional criada para alertar sobre a promoção de uma cultura de paz no trânsito e sobre a urgência de reduzir acidentes e mortes nas ruas e estradas. Em 2023, a ação chega à sua 10ª edição no Brasil tendo como tema "No trânsito, escolha a vida". O Plano Global lançado pela Organização Mundial da Saúde tem como meta prevenir - em pelo menos 50% - as mortes e lesões no trânsito até 2030. Luango Ahualli, professor do curso de Engenharia Civil do CEUB, comenta a legislação brasileira e destaca o papel estratégico das campanhas educativas e das tecnologias atreladas à segurança do trânsito.

De acordo com Luango Ahualli, a Engenharia de Tráfego trabalha com três pilares - Engenharia, Educação e Fiscalização. Ele

acredita que a legislação brasileira é abrangente sobre as ocorrências de acidentes, mas ressalta que para garantir sua suficiência, é preciso vencer o gargalo da fiscalização. "A maioria dos órgãos de trânsito atuam como um número de agentes e analistas aquém do necessário. Acredito que precisamos, antes, melhorar a fiscalização da aplicação da nossa legislação de trânsito para então avaliar a suficiência da mesma", ressalta.

Ahualli também salienta o papel estratégico das campanhas educativas. "Ainda que as soluções de engenharia avancem consideravelmente com o desenvolvimento de novas tecnologias, a decisão final do tráfego ainda compete ao usuário. Em Brasília, vemos a abrangência e importância de uma campanha como a do Maio Amarelo". Isso fica claro, por exemplo, ao acompanharmos

as estatísticas de vítimas fatais de acidentes de trânsito em faixas de pedestres não semaforizadas. Entre 2009 e 2020, houve uma redução de 72,7% das fatalidades.

Mas ainda há espaço para avançar! Segundo Luango, a educação no trânsito associada à entrada de novas tecnologias na rotina dos usuários têm auxiliado substancialmente na segurança do trânsito. "No caso de Brasília, a cidade ainda é jovem, então o entendimento e ajustes da dinâmica urbana estão em evolução constante. A identificação dos pontos de conflitos nas vias são o pontapé inicial para o desenvolvimento e aplicação das medidas de segurança. Quanto mais dados tivermos e quanto melhor o entendimento, mais cirúrgica e efetiva acaba sendo a solução, inclusive a curto e médio prazo", completa o professor.

**Tiquatirão**  
restaurante frutos do mar

INFORMAÇÕES E RESERVAS:  
**(11) 2641-8116**

Peça pela **ifood** @TIQUATIRAO

AV. GOVERNADOR CARVALHO PINTO, 1021 - PENHA/TIQUATIRA

**TONERS REMANUFATURADOS**  
Padrão de Qualidade em Toners

Seripierri TONER

hp OKI LEXMARK RICOH  
OKIDATA SAMSUNG xerox

Fone: **(11) 2091-5662 / 2097-8904**

**DESEJA ANUNCIAR? POOBlicação É A SOLUÇÃO!**

Totens de rua atrativo e inovador. Contem a sua imagem e ainda distribui saquinhos para recolher sujeira de cachorro.

A Mídia Educativa Ambiental do Brasil:  
Você divulga seu produto ou serviço, oferecendo saquinhos ecológicos, criando assim uma cultura de cidadania na população, evidenciando o seu negócio

**OS MELHORES PONTOS E COBERTURA**  
O MELHOR CUSTO BENEFÍCIO E RETORNO FINANCEIRO DO BRASIL!  
Chegamos onde seu público-alvo está.

11 96672-0355 / 94512-0993  
jovi0727@gmail.com  
anunciesp@pooblicao.com



## Histórias de serenata

### A SERENATA E O ROMANTISMO ATRAVESSANDO A ERA TECNOLÓGICA

Você lembra dos tempos da serenata onde cantar na janela era a grande demonstração de amor? Pois é, no século 21 essa prática ainda acontece mas de maneiras muito diferentes.

Existe a forma presencial usando o visual contemporâneo e aquela, mais pedida, que remete a época de 1920 ou 1930 assim como também a forma virtual atingindo qualquer parte do Globo terrestre de maneira quase instantânea e onde o repertório atual se mescla com as canções clássicas.

Na forma presencial ainda temos a possibilidade do registro por parte da plateia onde as redes sociais são abastecidas imediatamente, isso quando o próprio contratante não acompanha pela telinha a sua homenagem contratada onde quer que esteja.

Fredi Jon, responsável pelo grupo Serenata & Cia, há 23 anos no mercado, nos conta que algumas mudanças significativas na logística deste trabalho foram aperfeiçoadas pela tecnologia como a troca

do guia impresso pelos aplicativos informando rotas, distâncias e pedágios, instrumentos elétricos e amplificadores são usados em condomínio de apartamentos para atingir os mais altos andares, mesmo depois da pandemia quando esta prática era a mais solicitada.

Lives ou registros instantâneos do evento via celular e tablets agora substituem os fotógrafos e os vídeos makers do passado.

Segundo Fredi Jon, nesses 23 anos, 90% dos pedidos de serenata são oferecidos das mulheres para os homens ou para a família. Os homens arriscam mais na comemoração familiar reforçando votos ou em momentos de crise na relação.

A idade do homenageado hoje é bem variada. Geralmente a faixa entre os 30 e 60 anos são os clientes mais assíduos.

As datas mais solicitadas: Carnaval, dia das mães, namorados, professores e natal

E os cenários são os mais diversos e inusitados, como praças públicas, restaurantes, motéis, bor-



déis, cemitério, centros religiosos, asilos, viagem de balão, dentro do ônibus, em escolas e até em dance-terias. Fredi Jon acrescenta:

“O importante é o exercício da afetividade. Numa era onde as máquinas estão cada vez mais presentes na vida humana, exercitar o olho no olho, a palavra e a canção nos torna ainda humanos e sensíveis à realidade que a cada dia se transforma rapidamente.” Confira no site [www.serenataecia.com.br](http://www.serenataecia.com.br) outras histórias emocionantes na aba *Minuto Serenata*

## Quando a militância é destrutiva

Tem sido uma incômoda realidade a proliferação de “rótulos” que, em vez de ajudar, acabam prejudicando os indivíduos - especialmente certos profissionais - em cujas costas são aplicados. É difícil compreender a existência de juizes, promotores, jornalistas, comentaristas e outros titulares do direito de opinar que sejam declaradamente direitistas, esquerdistas, lulistas, bolsonaristas ou seguidores de qualquer outra tendência que possa se extremar. O que a sociedade deles espera é equilíbrio e discrição à altura do que desencadeiam com suas atividades. Não devem esses senhores e senhoras atuar como militantes, principalmente aqueles de cuja pena podem surgir efeitos sociais ou econômicos. O juiz e o promotor, independente do que pensam e desejem no ponto de vista ideológico, têm de ser escravos da lei e jamais tentar mudar sua interpretação porque isso é função do Poder Legislativo (senadores. Deputados e até vereadores) mas nunca do Poder Judiciário.

O jornalista, radialista e seus assemelhados, também devem se abster. da vinculação e, do que é ainda pior: a subordinação a ideologias, políticos ou grupos. O bom exercício da profissão costuma ser mais eficaz que os mandatos eleti-

vos e à vinculação ou parceria com seus titulares.

Nada impede que o magistrado, o promotor, o jornalista ou qualquer outro profissional tenha suas simpatias. Mas, pela natureza das atividades que exercem, nenhum deles deve ser militante. No momento em que assumem qualquer dos lados, estarão limitando suas competências e liberdades de ação, tornando-se reles integrantes de uma das facções e perdendo a independência de decisão. Quando decide, embora possam fazê-lo, sempre provocam a desconfiança da comunidade e até contestações. Poderíamos citar dezenas, ou centenas, de decisões que padecem desse problema, mas não é necessário, pois todos as conhecem suficientemente para fazer juízo.

A sociedade e a constituição política são resultantes de ciências e teses vindas da Europa e de outras nações que se desenvolveram e tornaram-se potências e exemplo. Na formulação política brasileira, temos o híbrido vindo da democracia e outras vertentes, especialmente o parlamentarismo. Os veículos de comunicação, embora criados sob inspiração e muitas vezes até para sustentar candidaturas, foram levados a posar de independentes quando nada deveria impedir que atuassem atrelados às

vertentes que determinaram sua criação sem, contudo, esconder essa condição. O certo é que, com o correr dos anos e das mudanças políticas, todos tornaram-se oficialmente “independentes”. Por força das atividades políticas, muitos de seus profissionais foram cooptados por segmentos políticos que hoje os impedem de serem simplesmente bons prestadores de serviços na área em que atuam..

Carecemos de definições e comportamento ético. Não pode ir bem uma nação onde julgadores e operadores do Direito são militantes de qualquer lado da ideologia. Da mesma forma, é inconveniente que os responsáveis pela comunicação tenham militância e ela interfira no seu trabalho por onde passam temas e interesses de todas as tendências. Infelizmente, enquanto não se decidir essa divergência (se profissional ou militante), jamais alcançaremos a paz política e social que, a cada instante, mais se fragiliza. Nestas e até em outras áreas, é difícil, praticamente impossível, ser profissional e militante; o ideal é fazer a opção por uma ou outra atividade...



Tenente Dirceu Cardoso Gonçalves - dirigente da ASPOMIL (Associação de Assist. Social dos Policiais Militares de São Paulo)

**Bom Gosto**  
Carne Especial  
**PREÇO E CARNES ESPECIAIS PARA TODA FAMILIA**

MAIS DE **28** Anos DE QUALIDADE

ATENDEMOS TAMBÉM PELO WHATS APP  
**ENTREGA GRÁTIS**  
Para compras acima R\$ 100,00 - Penha e entorno

94076-8867  
2641-8798 / 2641-6895

ACEITAMOS CARTÕES  
VISA MasterCard Elo REDE SHOP Iti Ticket Alamo

**MERCADO MUNICIPAL DA PENHA, BOX 4 E 5**

**UltraSom Car Design** POSITRON RASTREADORES

TROCA DE ÓLEO INSUL-FILM SOM

- CONsertos de radiadores e ar condicionado
- TRAVAS ELÉTRICAS
- BATERIAS
- ALARMES ● ANTENAS
- BUZINAS
- VIDROS ELÉTRICOS E SOM
- FUNILARIA E PINTURA
- POLIMENTO E CRISTALIZAÇÃO
- ANTENA

MECÂNICA EM GERAL

[www.ultrasomcardesign.com.br](http://www.ultrasomcardesign.com.br)  
2647-3767 / 2359-5037  
Rua Capitão Avelino Carneiro, 448 - Penha

METODOLOGIA ESPORTE CONVIVER

**ESPORTE CONVIVER**  
FORMANDO CAMPEÕES PARA A VIDA

PRESENTEIE QUEM VOCÊ MAIS AMA COM O MELHOR DO ESPORTE SOCIOEMOCIONAL!

AGENDE UMA AULA EXPERIMENTAL AGORA MESMO!

MODALIDADES:  
Futsal / Vôlei  
Basquete / Handebol  
Ginástica Artística e Rítmica  
Natação / Hidroginástica

Rua Padre Benedito de Camargo, 573 - Penha de França  
(11) 2082-2526 | [www.esporteconviver.com.br](http://www.esporteconviver.com.br)

**CLÍNICA VETERINÁRIA DA PENHA**  
O amor aos animais é nossa razão de existir

Fone: 2641-9747

Av. Gabriela Mistral, 185 - (em frente ao mercadão)

DESDE 1977 CUIDANDO DE SEUS ANIMAIS



**Tomando forma**

foto Fábio Rocha-RG/GB Edições



A Globo deu a largada na produção da novela “Fuzuê”. A trama terá um grande mistério que envolve duas mulheres, ambas de personalidade forte e que vivem em busca de uma mãe desaparecida. Consta que apesar do tema, ou seja, o sumiço de uma mãe, a história será contada com muito humor e irreverência. A estreia está prevista para o segundo semestre deste ano. Dias atrás, parte do elenco se reuniu com a preparadora Ariela Goldmann para saber mais sobre seus personagens.

**Mudou o nome**

O cantor canadense The Weeknd anunciou que decidiu assumir o seu nome de nascimento, Abel Tesfaye. O anúncio surpreendeu os fãs do artista que não deu nenhuma explicação sobre os motivos da mudança. No entanto, especula-se que teria ligação com uma nova série que estreará no mês que vem na tela do HBO Max.

**Festa de aniversário**

Muita badalação marcou a comemoração do aniversário de Juliana Mattoni. Vários famosos engrossaram o coro do “Parabéns a Você”, entre eles Ísis Valverde e o namorado, o empresário Marcus Buaiç.

**Em casa**

A cantora Simony deixou o hospital depois de passar por mais uma etapa no tratamento de câncer de intestino. A cantora mostrou foto no Stories na qual ela aparece de óculos escuros e com a cabeça coberta. Simony também falou em “um dia de cada vez” e “gratidão”. Força, menina!

**Deslumbrante, de novo**

Marina Ruy Barbosa bateu ponto no Festival de Cinema de Cannes e causou frisson ao passar pelo tapete vermelho. A atriz e empresária escolheu um vestido estilo princesa, da coleção de Alta-Costura da estilista sul-coreana Sohee Park, barbaramente confeccionado nas cores preto e verde. Marina foi ao evento especialmente para participar do Better World Fud Gala, evento beneficente em prol de organizações que preservam a Amazônia.

**Preso em Ibiza**

Jade Jagger, filha de Mick Jagger, foi presa em Ibiza, na Espanha. Consta que ela e o suposto namorado, Anthony Hinkson se desentenderam com garçons de um badalado restaurante. A polícia foi chamada porque Anthony teria se tornado agressivo com os funcionários do local. Jade Jagger tem 51 anos, é designer de joias, e fruto do relacionamento de Mick Jagger com a advogada Bianca Jagger.

**Em breve, nos cinemas**

foto GB Imagem/GB Edições



Misturando o melhor dos gêneros de comédia e fantasia, “O Portal Secreto”, de Jeffrey Walker, promete uma nova visão sobre o mundo da magia. O longa traz no elenco o ganhador do Oscar Christoph Waltz, Sam Neill, Patrick Gibson e Sophie Wilde. O filme deve estreiar nas férias, em 13 de julho, em cinemas de todo o Brasil.



**Novela lançada há 30 anos volta nas tardes da Globo**

foto Arquivo GB Imagem/GB Edições



E a Globo revirou o fundo de seu baú para escolher a substituta de “Chocolate com Pimenta” em suas tardes. E “Mulheres de Areia” volta a partir de junho, em sua programação. Exibida originalmente em 1993, a trama que foi estrelada por Gloria Pires vivendo as gêmeas rivais Ruth e Raquel, contava a história da disputa entre as duas irmãs pelo mesmo homem, o bem-sucedido empresário Marcos Assunção (Guilherme Fontes).

**Momento romântico**

João Gomes curtiu show de Geraldo Azevedo e Chico César na companhia de sua amada Ary Mirelle, com direito a muito carinho e beijos. Vale dizer que eles estiveram separados durante algum tempo, mas decidiram retomar o namoro. Bonito de se ver.

**Perfume**

A empresa de perfumes de Silvio Santos aproveitando o sucesso de “A Infância de Romeu e Julieta” acaba de lançar a colônia masculina “Romeu” e a feminina “Julieta”, destinados ao público jovem.

**Audiovisual**

Dando continuidade ao tema do uso da Inteligência Artificial em busca do amor ideal, o cantor Luthuly lançou o videoclipe da música “O Que É O Amor”. O audiovisual com ares cinematográficos chegou como continuação de seu último lançamento, “Fixação”, e trouxe a resolução de uma complexa história romântica. A direção foi assinada pelos cineastas Jesus Mendes e Pedro Fiorillo, com produção da Maresia Filmes e da Som Livre.

**Festa de aniversário**

Maisa Silva comandou festa para comemorar os seus 21 anos de vida. Além de amigos e familiares, a apresentadora recebeu muitos famosos, entre eles, Whindersson Nunes, João Guilherme e Bianca Andrade. Tudo muito lindo e muito bem organizado, sendo que a aniversariante optou por dois figurinos diferentes, mas ambos assinados por badaladas grifes. Bonito de se ver.

**E falando no aniversário de Maisa Silva**

Foi muito comentada a presença de Flávia Pavanelli. Ela estava acompanhada pelo namorado, Bernardo Zveiter. Durante todo o evento eles não se desgrudaram e trocaram carinhos e beijos. E viva o amor!

**Fazendo sucesso**

foto Manoella Mello-RG/GB Edições



A atriz Clara Moneke comemora o sucesso de sua Kate, na novela “Vai Na Fé”. Em pouco tempo, a personagem ganhou os expectadores e o resultado é que Clara está fazendo muito sucesso na rede. Ela já contabiliza 700 mil seguidores no Instagram. Quem pode, pode.

**Comemorando a carreira**

foto Leandro Teixeira/GB Edições



A apresentadora Cátia Fonseca está comemorando 30 anos de carreira. Atualmente comandando o “Melhor da Tarde”, na Band, ela se tornou “rainha do merchandising” e conta com a simpatia de seguidores fiéis. Cátia não esconde que enfrentou muitos desafios até chegar onde chegou, mas nunca desistiu e adora sua rotina de trabalho. No “Melhor da Tarde” ela trabalha sob a direção do marido, Rodrigo Riccó.

**Acabou o casamento**

Susana Werner anunciou o fim do seu casamento com o ex-goleiro Júlio César, com quem ela tem dois filhos, Cauet e Giulia. Eles estavam casados há 21 anos. Antes do casamento, Susana Werner atuou como modelo e atriz.

**No remake de “Renascer”**

O nome de Klara Castanho foi lembrado para integrar o elenco do remake da novela “Renascer”, que deverá estreiar no ano que vem. Klara Castanho deverá interpretar Mariana, a mesma personagem vivida por Adriana Esteves na versão original. Por enquanto, nada confirmado.

**No badalado festival**

O ator britânico Jude Law esteve no tapete vermelho do Festival de Cannes; ele é o astro do filme “Firebrand” dirigido pelo brasileiro Karim Aïnouz interpretando o Rei Henrique VIII. O galã estava muito bem-humorado, contou como foram os preparativos para fazer o personagem e durante as filmagens chegou a usar no corpo uma “fragrância” que lembrava o odor de sangue, fezes e suor, uma vez que viveu o monarca britânico durante seus últimos dias de vida e ele sofria de uma úlcera na perna. Para lembrar, Henrique VIII governou o Reino Unido do Século XVI.

**Passeando com a família**

Giovanna Antonelli foi vista passeando num badalado shopping do Rio de Janeiro acompanhada pelo marido, Leonardo Nogueira, e pelas filhas do casal, as gêmeas Antônia e Sophia, de 12 anos. Além do passeio e compras, a família almoçou em um restaurante especializado em comida argentina.

**Surpreendeu na rede**

Sheilla Mello postou foto na qual ela aparece ao lado da filha Brenda, fruto do seu casamento com Fernando Scherer. O registro surpreendeu os seguidores da artista principalmente por causa da semelhança física entre ambas. Brenda completou dez anos de vida.

**Parceria**

O portal R7 assinou uma parceria com o jornal norte-americano The New York Times. Todas as notícias e reportagens produzidas pelo periódico serão traduzidas para o português e ficarão disponíveis, gratuitamente, para o público que acessar o portal pertencente Record TV.

**Com a palavra, a apresentadora**

A apresentadora Ana Hickmann decidiu responder aos boatos de que ela estaria prestes a demitir-se da Record TV. Através de sua assessoria, ela explicou que tais notícias não são verdadeiras e tudo que tem sido falado sobre o assunto foi publicado sem o seu consentimento.

**Abriu o coração**

O ator Jackson Antunes, que atualmente pode ser visto no enredo de “Todas as Flores”, contou que há seis anos foi diagnosticado com câncer de pâncreas e passou por rigoroso tratamento. Ele explicou que na época ficou hospitalizado durante um mês, mas preferiu manter o assunto em sigilo.

**Doce espera**

Os influenciadores Lipe Ribeiro e Andressa Castorin curtem a doce espera pelo nascimento da primeira criança do casal. Dias atrás, eles estiveram juntos no lançamento da série “De Férias Com o Ex Caribe: A Ressaca”, da qual fazem parte do elenco.

**Coisa rara**

Táis Araújo foi vista fazendo comprar em um badalado shopping do Rio de Janeiro acompanhada pelo filho mais velho, João Vicente, de 11 anos. Trata-se de momento raro porque é muito difícil ela e marido, Lázaro Ramos, exporem os filhos; além de João Vicente, eles também são pais de Maria Antonio, de 7 anos. A atriz não se importou com os cliques e foi muito simpática com os fãs.



# OMS faz alerta sobre adoçantes e sugere evitar seu uso em dietas para perda de peso

A Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgou na última semana uma nova diretriz com orientações sobre o uso de adoçantes sem açúcar por pessoas não diabéticas, que buscam a redução de peso.

As orientações são baseadas em estudos relacionados à dieta de adultos e crianças, e reavalia os níveis seguros ou máximos de ingestão de adoçantes sem açúcar, incluindo aspartame, sacarina, sucralose, stevia e derivados estabelecidos pela Organização e outros órgãos competentes.

O novo debate deve impulsionar o desenvolvimento e implementação de políticas e programas de nutrição e saúde pública, reavaliando as recomendações sobre o uso destas substâncias pela população em geral, salvo casos específicos, nos quais o seu uso segue indicado.

Estudos realizados ao longo dos últimos anos vêm sugerindo que os adoçantes artificiais não conferem benefícios a longo prazo na redução da gordura corporal em adultos ou crianças. Mais do que isso, pesquisadores perceberam que pode haver efeitos nocivos com o uso prolongado, como o aumento do risco de desenvolvimento de diabetes tipo 2, de doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral (AVC) e alguns tipos de câncer.

Menos açúcar, mais saúde

Com a nova recomendação da OMS, outras formas de reduzir a ingestão de açúcar devem ser consideradas, entre elas consumir frutas e outros alimentos e bebidas naturalmente adoçados, ou seja, sem adição de açúcar.

No Brasil, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), Ministério da Saúde e demais entidades governamentais devem avaliar, a partir de agora, a nova diretriz da OMS para novas recomendações e estratégias junto a profissionais de saúde e a população.

“É importante estarmos atentos às novas informações e estudos sobre o assunto, incluindo as consequências e benefícios da adoção das novas medidas. Vale destacar que as recomendações para pacientes com diabetes devem ser realizadas individualmente, sob a supervisão profissional, pois a ingestão de açúcares e, em alguns casos, também de alimentos naturalmente adoçados, requer atenção”, destaca o Dr. Daniel Lerario, clínico geral e endocrinologista, mestre e doutor pela Escola Paulista de Medicina.

“Uma das principais formas de consumo de açúcares está nas bebidas açucaradas. Você sabia que em um copo de 200ml de refrigerante há 21 g de carboidrato (leia-se açúcar) e em um brigadeiro, tamanho festa, são cerca de 15 g de carboidrato? O contraditório é que muitas pessoas não comem o doce, por conter muito açúcar, mas tomam o refrigerante”, explica a nutricionista Dra. Erika C. Tossa, mestre em Nutrição Humana Aplicada e doutora em Nutrição em Saúde Pública pela USP.

Hábitos saudáveis

“A obesidade mais do que triplicou nos últimos 30 anos e isso certamente tem relação com o estilo de vida sedentário e o consumo excessivo de alimentos altamente processados. Estamos todos desafiados a nos alimentar melhor e nos movimentar mais para frear o avanço da obesidade e das doenças a ela relacionadas, com o câncer”, explica o Dr. Daniel Lerario.

Hábitos alimentares saudáveis melhoram a qualidade de vida e diminuem o risco de diversas doenças crônicas não transmissíveis. Estudos ao longo dos anos já encontraram relação entre maus hábitos alimentares e doenças graves, como diversos tipos de câncer, doenças cardiovasculares, acidente vascular cerebral, diabetes tipo 2, hipertensão arterial, obesidade, entre outras.

Entre as práticas alimentares re-



comendadas para melhorar a saúde estão a redução do consumo de açúcares, particularmente aqueles que são intencionalmente adicionados aos alimentos, além da diminuição de gorduras, conservantes, sódio e outras substâncias encontradas especialmente em alimentos ultraprocessados.

A Dra. Erika orienta que uma das formas de reduzir o consumo de açúcar pode ser a redução gradual do consumo de bebidas adoçadas. Reduzir a quantidade de açúcar que colocamos nas bebidas preparadas em casa é outra estratégia que tem o objetivo de educar o paladar para diminuir o consumo de alimentos adoçados.

“Quanto menos adoçamos, melhor. Isso vale para o açúcar ou o adoçante. Devemos aprender a apreciar o sabor natural dos alimentos”, explica a nutricionista.

Outra maneira de reduzir o uso de açúcar em bebidas é usar a maçã como um adoçante natural, devido ao seu sabor adocicado, preparando um suco misto, como por exemplo abacaxi com maçã, sem precisar do açúcar.

“Outras possibilidades de adoçar de maneira mais saudável é usar tâmara, uva passa ou banana. Nestes casos, há a vantagem da quantidade de fibras, superior ao açúcar. O mel ou o melado são também outras formas de adoçar, para variar a alimentação”.

A alimentação é um ponto de extrema importância, mas não é o único, lembra o Dr. Daniel Lerario. “Outra orientação importante é incentivar a prática regular de atividade física. Incluir exercícios na rotina ajuda a controlar o peso, utilizando a glicose como energia”, finaliza.

**ESPETINHO PENHITA**  
"O churrasquinho caprichado"

[www.penhita.com.br](http://www.penhita.com.br)  
[espetinhopenhita@uol.com.br](mailto:espetinhopenhita@uol.com.br)

**DESDE 1983**

Para reunir os amigos ou fazer grandes festas

Delivery

- **Espetinhos**
- **Carnes Nobres**
- **Saladas**

**Av. Amador Bueno da Veiga, 3.025**  
**Com estacionamento**

Disk 2957-6998

97345-1968

TATENO AUTO PEÇAS

35 anos de tradição

**TATENO AUTO PEÇAS**

(11) 2958-3611

AQUI TEM QUALIDADE COM PREÇOS IMBATÍVEIS

Solícite orçamento

2958-3611

Entrega Imediata

consulte área de abrangência

Av. Amador Bueno da Veiga 2152

Vila Esperança

facebook

Gazeta Penhense

Como diria Faustão ou Luciano Huck

Ô LOCO MEU Loucura, loucura, loucura.

Insights

Últimos 28 dias 28 de abr - 25 de mai

Desempenho Ver tudo

Alcance	Engajamento
1,9 mil +2 mil% dos 28 dias anteriores	74,9 mil +86% dos 28 dias anteriores

Neste mês o FACEBOOK da GAZETA PENHENSE teve um alcance de + 1.900.000

74,9 mil

engajamentos

460

novos seguidores.

OBRIGADO A TODOS QUE VISUALIZARAM, CURTIRAM e COMENTARAM e como diria Raul Gil

VAMOS APLAUDIR

MEGA PROMOÇÃO

TUDO PARA SUA CASA

O desconto aumentouuuuu!!! agora é

50% OFF

18/04 a 30/04

uma loja toda \* com descontos

Koki

casa | organização | decoração

AV AMADOR BUENO DA VEIGA, 4403 - JD. POPULAR

SEGUNDA A SEXTA: 10 HS AS 18 HS

SÁBADOS: 10 AS 16 HS

+ \* espaço reservado para todos os itens com 40% de desconto, consulte. PRODUTOS SELECIONADOS NO SALDÃO, PAGAMENTO A VISTA/PIX - 50% DE DESCONTO (não acumulativo)



Aço Inox sob Medida  
**RENDEMAK**  
Cozinhas Industriais

Especializada em:  
• Fabricação • Vendas  
• Reformas • Ass. Técnica

95838-9700  
www.rendesmak.com.br @rendesmak  
Rua Padre Benedito de Camargo, 869  
Penha

Gazeta Penhense

Curta nossa página no Facebook e fique por dentro das novidades

www.facebook.com/gazpenha

**ESPAÇO BRASIL**

Fones: 2642-4354  
94717-1853

• Produtos Naturais  
• Produtos do Norte  
• Ervas Medicinais  
• Temperos

Av. Amador Bueno da Veiga, 176/178

**istambul** Desde 1953

**Rahat** THEODOROS DARIS & CIA. LTDA.

Fone: 2294-8088 | Fax: 2293-5325  
Rua Antonio Lobo, 95/103 - Penha  
www.istambul.com.br

**IMOBILIÁRIA 3 DE OURO**

"Ao deixar seu imóvel para vender ou alugar, dê exclusividade a uma imobiliária"

www.imobiliaria3deouro.com.br  
R. Des. Rocha Portela. 1.088  
Arthur Alvim - São Paulo  
2742-3600 95890-4020

**ANISTIA EM SÃO PAULO**  
Prazo prorrogado até Dezembro 2023

\* Projetos de Arquitetura  
\* Regularizações de Imóveis  
\* Memorial Usucapião  
\* Licença de Funcionamento

(11) 98360-4775  
(11) 4119-9681  
contato@bonaldiarquitetura.com.br  
bonaldiarquitetura.com.br

**BONALDI** ARGQUITETURA

## Hipertensão é a principal causa de morte na gestação

Doença foi responsável por quase um quarto do total de óbitos maternos registrados ano passado no país

No Dia Nacional de Combate à Redução da Mortalidade Materna, celebrado domingo (28), especialista alerta sobre os cuidados com a hipertensão, principal causa de óbito materno.

Dados do Observatório Obstétrico Brasileiro apontam que casos de hipertensão e eclâmpsia foram responsáveis por 23,4% dos 1.252 óbitos registrados preliminarmente em 2022.

Ainda de acordo com a instituição, o Brasil registrou um aumento de 94% na razão de mortalidade materna no Brasil, entre 2019 e 2021, período da pandemia da Covid-19.

A doença é caracterizada pelo aumento de pressão decorrente do processo gestacional. "Estudos indicam que a causa está ligada a substâncias produzidas pela placenta, portanto, a patologia se desenvolve no período gestacional, principalmente no último trimestre", explica Felipe Clemente Colbert Camara, Gine-



foto divulgação

cologista e Obstetra da Equipe de Alto Risco do Hospital e Maternidade São Luiz São Caetano.

Com quase seis anos de funcionamento, a unidade já realizou mais de 4,8 mil partos, e não registrou nenhum óbito materno.

Importância do pré-natal

Na mãe, a hipertensão pode ocasionar alterações no fígado, rins e sistema nervoso central. "Os casos mais complexos resultam na eclâmpsia, processo convulsivo que pode gerar dano cerebral", alerta o especialista.

Já para o bebê, entre as principais consequências estão prematuridade (e todos os seus desdo-

bramentos), baixo peso e risco de morte.

"Hoje, a hipertensão, ou pré-eclâmpsia, pode ser identificada durante as consultas de pré-natal. Isso permite a adoção de medidas de controle e uso de medicamentos que evitam o agravamento do caso", enfatiza Felipe.

O pré-natal é fundamental para detectar doenças pré-existentes e acompanhar o desenvolvimento do bebê, identificando precocemente alterações. A realização de consultas e exames periódicos auxilia a gestante a manter uma gravidez saudável, proporcionando melhores condições de parto.

"Ao controlar o fator de risco, diminuímos consideravelmente os riscos. Não podemos esquecer também de que uma equipe qualificada e com protocolos bem definidos para agir em situações de emergência é essencial, principalmente em gestações de alto risco", complementa o obstetra.

## Prefeitura garante atendimento aos bebês e crianças que necessitarem durante recesso de Julho

Os responsáveis têm até 30 de maio para indicar interesse; são 60 unidades na cidade como polo de atendimento.

Até 30 de maio, estão abertas as inscrições para que as famílias indiquem interesse no atendimento dos bebês e crianças de 0 a 3 anos matriculados nas Unidades de Educação Infantil da Rede Municipal durante o recesso escolar, que ocorre entre os dias 10 e 20 de julho. Ao todo, são 60 Centros de Educação Infantil em todas as regiões da cidade com atendimento.

Os responsáveis interessados no atendimento deverão comparecer à unidade onde o bebê ou a criança está matriculada atualmente e, no ato da inscrição, optar por uma das unidades Polo de Atendimento. Os polos recebem alunos matriculados em qualquer unidade da rede municipal, seja direta, indireta ou conveniada, mediante inscrição. Consulte a lista de unidades polo: <https://educacao.sme.prefeitura.sp.gov.br/wp-content/uploads/2023/05/CEIS-POLOS-DE-ATENDIMENTO-NO-RECESSO-DE-JULHO-2023-.pdf>

O horário será o mesmo oferecido regularmente, das 7h às 17h, de segunda a sexta-feira. As refeições e lanches também serão servidos normalmente.



foto divulgação

### Recreio nas Férias

Para as crianças e adolescentes o atendimento também está garantido durante o recesso de julho. Isso porque estão abertas as inscrições para a 42ª edição do programa "Recreio nas Férias", que ocorre entre os dias 10 e 21 julho.

O programa oferece atividades de esporte, lazer e recreação para as crianças pela cidade de São Paulo em 64 polos, sendo os 56 CEUs, 03 CECIs, 2 instituições – Jardim Jaraguá I e Jardim Jaraguá II (DRE MP) e nas EMEFs Bernardo O'Higgins e Wanda Ovídio Gonçalves e Jardim das Laranjeiras. A programação ocorre das 9h às 16h. A expectativa é

atender aproximadamente 16 mil crianças e adolescentes, de 4 a 14 anos, que não precisam ser estudantes da Rede Municipal. Serão oferecidas três refeições para os participantes, sendo café da manhã, almoço e lanche da tarde. Todas as atividades são gratuitas.

As inscrições podem ser feitas, presencialmente, nos polos de interesse, mediante a apresentação dos seguintes documentos: RG ou certidão de nascimento da criança ou do adolescente e do responsável, comprovante de residência. Confira aqui a lista dos CEUs participantes: <https://ceu.sme.prefeitura.sp.gov.br/unidades-ceus/#/7-23.163/-49.039>



# Eventos da Semana

**Basílica de Nossa Senhora da Penha**  
**FESTA DA PADROEIRA 2023**



**AÇÃO BENEFICENTE**

Ajude a preparar a festa da Padroeira e concorra, em 08/09/23, aos seguintes prêmios:

**1º prêmio: TV Smart 50" 4K LED TCL**  
**2º prêmio: Batedeira Oster**  
**3º prêmio: Cafeteira Oster**



Entre em contato e veja como adquirir seu número e colaborar

End.: Rua Santo Afonso, 199 CEP03632-020  
Fone: (11) 2295-4462 - e-mail: basilicandapenha@yahoo.com.br

Venha proteger e salvar vidas!  
**SEJA UM OFICIAL DA POLÍCIA MILITAR** **200 vagas**

**INSCRIÇÕES ABERTAS**  
De 24 de Maio a 22 de Junho

**MAIS INFORMAÇÕES**  
concursos.policiamilitar.sp.gov.br

**SALÁRIO INICIAL**  
**R\$ 3.815,03**  
(Já recebido durante a formação)



Aponte a câmera do seu celular e acesse pelo QR Code.



**POLÍCIA MILITAR** **200 ANOS** **#POLICIAMILITARS** **CCOM SOC**

**VIVA DA CULTURAL DO PERTENCIMENTO 2023**



**Neurastenia**  
28/05 - 11h  
Centro Cultural da Penha  
\*Sujeito à lotação: 200 pessoas.

**A BELA E A FERA**  
A História Encantada



**04, 11 E 25 DE JUNHO**  
**Teatro Fernando Torres**  
Rua: Padre Estevão Pernet, 588 - Tatuapé

**VIVA DA CULTURAL DO PERTENCIMENTO 2023**



**Quixote em Construção**  
28/05 - 17h  
Centro Cultural da Penha  
\*Sujeito à lotação: 200 pessoas.

**VIVA DA CULTURAL DO PERTENCIMENTO 2023**



**Viradinha Rita**  
28/05 - 10h  
Teatro Flávio Império  
\*Área externa.

**VIVA DA CULTURAL DO PERTENCIMENTO 2023**



**O mistério do coelho pensante**  
28/05 - 14h  
Centro Cultural da Penha  
\*Sujeito à lotação: 200 pessoas.

**Gazeta Penhense**

**Curta** nossa página **Facebook** e fique por dentro das novidades



**www.facebook.com/gazpenha**

32 milhões de crianças e adolescentes estão na pobreza no Brasil! Trabalhamos para mudar essa situação e precisamos da sua ajuda.

**Quando a LBV ligar, diga Sim!**

Colabore: [pix@lbv.org.br](mailto:pix@lbv.org.br)



**Diga Sim!**



**LBV** 73 ANOS [lbv.org.br](http://lbv.org.br)

\*Fonte: UNICEF



**VIVA DA CULTURAL DO PERTENCIMENTO 2023**



**Estrípulias no Circo**  
28/05 - 15h  
Teatro Flávio Império  
\*120 lugares. Sujeito à lotação

**CAMPANHA DE MANUTENÇÃO DAS CALHAS DA IGREJA**



**COMUNIDADE DO ROSÁRIO DOS HOMENS PRETOS DA PENHA DE FRANÇA**

Devido as fortes chuvas do começo do ano, a Igreja do Rosário dos Homens Pretos da Penha de França passou a enfrentar problemas sérios de infiltração.

Como medida preventiva, a Comunidade está em campanha para custear manutenção e troca das calhas galvanizadas.

Doações via PIX, ou a partir das coletas, nas Celebrações todos os primeiros domingos do mês.



**CHAVE PIX:**  
**LARGODOROSARIO.PENHA@GMAIL.COM**  
**NOME: ALTAIR**