

Prefeitura de Guaíra e Polícia Civil fortalecem parceria para modernizar atendimento da DDM

A delegada destacou o salto operacional proporcionado pela forte sinergia entre as forças de segurança e a administração local. Atualmente, a unidade policial gerencia um fluxo intenso que chega a 70 inquéritos mensais, abrangendo ocorrências complexas que, infelizmente, também alcançam o público adolescente, exigindo resposta célere dos investigadores.

Pág 03



Guarda Civil municipal está prestes a iniciar fiscalização de trânsito em Guaíra, atendendo indicação do vereador Rafael Talarico

A Guarda Civil Municipal deverá passar a atuar na orientação, organização e fiscalização do trânsito, atendendo à Indicação nº 309/2025, de autoria do vereador Rafael Talarico, apresentada em 14 de outubro de 2025.

GUARDA CIVIL MUNICIPAL ESTÁ PRESTES A INICIAR FISCALIZAÇÃO DE TRÂNSITO EM GUAÍRA



Pág. 04

As Experiências Literárias de junho engajaram leitores nas Bibliotecas do IORM em quatro cidades



Durante o mês de junho, as bibliotecas do Instituto Oswaldo Ribeiro de Mendonça (IORM) transformaram o ato de ler em uma vivência prática, sensorial e coletiva.

Pág. 16 / 17

MELHOR IDADE

Guaíra investe em esporte e bem-estar para a melhor idade com agenda semanal gratuita

Com uma programação estruturada e diversificada, dezenas de participantes já integram as turmas que se reúnem em diferentes pontos da cidade ao longo da semana.

Pág. 05



EMPRETEC

Sebrae-SP conclui mais uma turma do Empretec em Guaíra

Seminário reforça qualificação de empreendedores para o fortalecimento dos pequenos negócios

Pág. 09

LIMPEZA

Ação de limpeza no Guaritá recolhe volumosos e lixo de quintal

Além das ações periódicas de grande porte voltadas à salubridade pública e à prevenção do descarte irregular de detritos, a administração municipal mantém serviços contínuos na região.

Pág. 10



CAPACITAÇÃO

IORM e Senac Formam Nova Turma de Cuidadores Infantis em Guaíra

O desenvolvimento integral de uma criança exige atenção, preparo técnico e, acima de tudo, um olhar sensível e humano.

Pág 12



LEITURA

Coluna Literária

Confira as novas indicações de livros

Pág 18

Nosso GRANDE negócio é simples: facilitar o seu.

Para nós, atrás de cada negócio há uma pessoa com os melhores objetivos. Conte conosco.

Amj
ARMAZÉM
DE PRODUTOR PARA PRODUTOR

Amj
agropecuária

Amj
ARMAZÉM
DE PRODUTOR PARA PRODUTOR

Para nós, atrás de cada negócio há uma pessoa com os melhores objetivos. Conte conosco.

Instagram

É Hora de Virar a Chave



um riso amarelo: “O Brasil não é para amadores”. Gostamos dessa frase. Ela massageia nosso ego, fazendo-nos acreditar que somos uma sociedade de profissionais calejados, conscientes e prontos para qualquer tempestade.

Mas a nossa maior contradição talvez more justamente aí.

Somos, de fato, profissionais impecáveis do lado de dentro do crachá. Acordamos cedo, empreendemos no improviso, criamos soluções onde só havia nós e superamos dificuldades que fariam muitos países por

aí pedirem arrego. Contudo, quando pisamos na calçada e vestimos o fato da cidadania, agimos como ingênuos amadores.

Trabalhamos duro para conquistar cada

centímetro do que temos, mas aceitamos, com uma resignação quase poética, sustentar estruturas que nos entregam muito pouco em troca. Carregamos no lombo um peso que jamais deveria ser nosso, enquanto, no andar de cima, os velhos privilégios seguem blindados e intocados.

E o mais preocupante nem é a existência dessas distorções. O perigo real é o dia em que nos acostumamos com elas.

É quando a exceção vira regra no farol da esquina. Quando o absurdo vira rotina no café da tarde. Quando a indignação sagrada se dissolve na acomodação do “é assim mesmo”. Nenhum sistema de privilégios se mantém apenas pela força de quem manda no topo; ele precisa, obrigatoriamente, do silêncio, da tolerância e do cansaço de quem sustenta a base.

A política não nasce num planeta distante. Ela é um espelho implacável da própria rua. E espelhos não inventam rostos — apenas devolvem a imagem de quem se coloca diante deles. Passamos tempo demais xingando o vidro trincado pela imagem imperfeita que ele nos mostra.

O Brasil não precisa de novos salvadores da pátria caindo do céu. O que precisamos, com a urgência de quem vê o tempo passar, é de novos protagonistas. Nenhum país muda quando seu povo se limita a trabalhar apenas para não morrer de fome no fim do mês.

É hora de virar a chave. Chega de ser a plateia exausta que apenas carrega o piano ladeira acima, enquanto alguns poucos saboreiam a bela melodia degustando um bom vinho na varanda. O concerto também tem que ser nosso.

ARTIGO.....

A solidão de quem decide: o lado invisível da liderança



caminhos, possibilidades e a famosa política que paira sobre toda empresa.

Reconhecer que esse silêncio existe derruba o mito da liderança no pedestal e a revela em conflito interno constante. Essa é a face invisível da liderança. Enquanto equipes debatem, questionam e reagem, quem ocupa o cargo de liderança aprende que a última palavra costuma ser solitária.

Vulnerabilidade, nesse contexto, ainda é lida como fraqueza, e o gestor desenvolve uma habilidade perigosa: esconder dúvida, medo e cansaço atrás de um discurso de firmeza e positividade. O resultado é um trabalho emocional que ninguém vê e que nenhum indicador contabiliza.

A neurociência já demonstrou que não existe decisão puramente racional: o cérebro emocional participa de cada escolha. Reprimir o que se sente não elimina o sentimento; apenas o torna invisível e, com o tempo, tóxico. É desse acúmulo silencioso que nascem o esgotamento, o isolamento e escolhas tomadas mais

para aliviar a angústia do que para servir ao negócio.

A obsessão por resultados imediatos agrava o quadro: gerir pessoas não é gerir números. Atrás de cada meta há alguém dividido entre o que os dados pedem e o que a consciência cobra, e ignorar esse conflito transfere o custo para a saúde de quem lidera e para o clima da organização.

Reconhecer os próprios limites e aceitar que essa solidão é inerente ao cargo deveria integrar a caixa de ferramentas de quem assume uma liderança. Liderar a si mesmo é a condição para liderar os outros com lucidez.

A solidão, afinal, não é a doença de quem lidera, e sim parte de sua anatomia. Liderar é, entre outras coisas, aprender a carregar em silêncio aquilo que ainda não pode ser compartilhado, e a fazê-lo sem se perder durante o caminho.

***Madilad Almassy é psicanalista, especialista em autoliderança e autora de “A Bússola do Invisível” com mais de 30 anos de experiência em gestão.**

Poucas pessoas ousam falar da solidão da liderança. Talvez porque poucos cheguem a essa cadeira, o assunto raramente está entre os mais debatidos. Boa parte da solidão de quem decide não é um defeito a ser corrigido: trata-se de uma condição inerente à própria função.

Há algumas razões pelas quais essa solidão é inevitável. Uma delas é que determinadas informações não podem circular. Quem ocupa posições de comando tem acesso antecipado a dados sensíveis, reestruturações, segredos do negócio, decisões sobre pessoas, que, se revelados fora de hora, quebrariam sigilos, gerariam pânico ou seriam injustos com terceiros. Guardar esse peso é uma questão de responsabilidade inerente ao cargo.

Outra, mais estratégica, recai sobre as decisões ainda em depuração. Uma escolha exposta antes do tempo deixa de ser decisão e vira boato. O “rádio corredor”, como muitos apelidaram carinhosamente, alimenta especulação e retira do líder o controle sobre quando e como comunicar. Amadurecer uma escolha exige estratégia, e esse intervalo de silêncio só pode ser habitado a sós. Há ainda o diálogo interno incessante sobre

GRUPO VICENTE LACATIVA
JORNAL O GUAÍRA
Um jornal a serviço da comunidade

Expediente
 Publicado desde 1929 por Vicente Lacativa
 *1912 + 1999

Diretora Responsável: Maria Izildinha Lacativa
 Jornalistas responsáveis:
 Projeto Gráfico: Wilson M. Bagatini
 Conselho Editorial: Kátia Lacativa, Maria Izildinha Lacativa
 Publicidade - Osmar Junior
 Tiragem: 3.200 exemplares - JORNAL TRISEMANAL
 Propriedade da Empresa:
 Jornal e Editora “O Guaíra” Ltda - ME.
 Redação e Parque Gráfico:
 Avenida 3 nº 752 - Centro - Guaíra-SP - CEP 14.790-000
 FONE: (0XX17) 3331-1432
 Acesse o site www.oguaira.com.br
jornalista.oguaira@gmail.com | publicidade.oguaira@gmail.com

Nota da redação: O jornal não se responsabiliza por conceitos emitidos em artigos assinados e/ou informações contidas em material publicitário.

RDW

TECNOLOGIA E ACESSÓRIAS EM SOFTWARES

GUAIÁRA - SP
17 | 3332 1119

GRUPO AGUETONI
 Qualidade: Nosso compromisso

AGUETONI TRANSPORTES **AGUETONI AGRÍCOLA**
RODOTAC TRANSPORTES **AGUETONI AGRONEGÓCIOS**

PONTO A
LOTÉRIA AVENIDA
 Av. 11 nº520 - Centro
 (17) 3330-1714

LOTÉRIA GUAÍRA
 Rua 10 nº720 - Centro
 (17) 3330-1727

LOTÉRIA GUAÍRA
 Av. 21 nº859 - Centro
 (17) 3330-1720

POSTO AVENIDA
 17 3332-4888

POSTO GUAÍRA
 17 3332-3888

POSTO CALIFÓRNIA
 17 3332-4500

www.aguetoni.com.br
Fone: (17) 3330-2455

PlenaMed
 Medicina e Segurança do Trabalho

A MELHOR E MAIOR DA REGIÃO

Enquanto alguns prometem, a PlenaMed entrega em **24h.**

- Exames ocupacionais completos
- Estratégias de prevenção sob medida
- Redução de riscos no ambiente de trabalho

Unidade móvel • Raio-X próprio

(17) 3330-1753 (17) 3330-1753 Rua 10, 770 - Guaíra SP @cl clinicaplenamed

Prefeitura de Guaíra e Polícia Civil fortalecem parceria para modernizar atendimento da DDM



A Prefeitura de Guaíra recebeu os representantes da Delegacia de Defesa da Mulher (DDM) na manhã desta quinta-feira (30), para alinhar os esforços logísticos, afim de modernizar o espaço de atendimento na rede de proteção a mulheres, crianças e adolescentes no município.

A reunião contou com a presença do prefeito Júnio, vice Renan Lélis, da delegada da DDM, Dra. Raíssa Ferreira Borges, do Diretor de Justiça, Beto Omoto, da Diretora de Governo, Marizete Manfrim, além do policial civil e vereador Rafael Talarico. Na oportunidade, foram apresentados dois novos escrivães incorporados ao quadro da cidade. Ficou acertado que, enquanto o governo estadual executará a pintura e revitalização predial da unidade, a gestão municipal irá contribuir com os ativos tecnológicos e mobiliário para garantir maior rapidez e conforto na recepção do público. A delegada destacou o salto operacional proporcionado pela forte sinergia entre as forças de segurança e a administração local. Atualmente, a unidade policial gerencia um fluxo intenso que chega a 70 inquéritos mensais, abrangendo ocorrências complexas que, infelizmente, também alcançam o público ado-

lescente, exigindo resposta célere dos investigadores.

Dra. Raíssa também ressaltou a eficiência dos totens de monitoramento neste trabalho de prevenção e elucidação de delitos de gênero, especialmente em vias públicas. Paralelamente, o Pronto Socorro municipal também recebeu elogios pelo rigor nos protocolos de atendimento médico-hospitalar, oferecendo acolhimento humanizado que resguarda a integridade das vítimas e auxilia de forma direta no trabalho da polícia.

“A nossa administração acredita que é trabalhando juntos que sempre alcançamos êxito em nossos objetivos e essa parceria entre o poder público e as forças policiais tem surtido efeito muito positivo nos índices de nossa cidade. Por isso, me comprometi a continuar apoiando a DDM e a Polícia Civil, pois sabemos do trabalho de excelência que os profissionais realizam e o quanto precisamos investir e contribuir com a rede de proteção às mulheres e crianças”, disse o prefeito Júnio.





**Prevenir
é uma forma
de cuidar de quem
mais importa:
você.**

As hepatites virais podem permanecer silenciosas por muito tempo. Por isso, manter a vacinação em dia, realizar exames quando indicados e **acompanhar a saúde regularmente faz toda a diferença.**

O cuidado começa com pequenas atitudes e acompanha você em todas as fases da vida.

Julho
Amarelo

Guarda Civil municipal está prestes a iniciar fiscalização de trânsito em Guaíra, atendendo indicação do vereador Rafael Talarico

GUARDA CIVIL MUNICIPAL ESTÁ PRESTES A INICIAR FISCALIZAÇÃO DE TRÂNSITO EM GUAÍRA



A Prefeitura de Guaíra está prestes a dar início a uma importante mudança na organização do trânsito do município. A Guarda Civil Municipal deverá passar a atuar na orientação, organização e fiscalização do trânsito, atendendo à Indicação nº 309/2025, de autoria do vereador Rafael Talarico.

apresentada em 14 de outubro de 2025. A medida está sendo implantada pela administração do prefeito Antônio Manoel da Silva Júnior, o Junão, e do vice-prefeito Renan Lelis Lopes, que avançam na regulamentação necessária para permitir que os guardas municipais exerçam as atribuições previstas no Có-

digo de Trânsito Brasileiro.

Na indicação, Rafael Talarico solicitou ao Poder Executivo a regulamentação do Estatuto da Guarda Civil Municipal, por meio de decreto ou convênio com o DETRAN/SP, garantindo respaldo jurídico para que os agentes possam atuar como autoridade de trânsito, promovendo maior organização do tráfego, orientação aos motoristas e fiscalização de infrações.

O vereador justificou que o município enfrenta dificuldades decorrentes da falta de agentes suficientes para fiscalizar o trânsito, situação que favorece o estacionamento irregular, o desrespeito às vagas preferenciais, o excesso de velocidade em pontos críticos e transtornos em horários de maior movimento e durante eventos públicos.

A medida também permitirá uma fiscalização mais efetiva das leis municipais relacionadas ao trânsito. Entre elas está a legislação originada do Projeto de Lei nº 01, de 07 de janeiro de 2025, de autoria do vereador Rafael Talarico, que

proíbe a adulteração ou modificação dos dispositivos de escape de veículos automotores que resultem no aumento do ruído ou em emissões fora dos padrões estabelecidos pela legislação ambiental e de trânsito. Com a Guarda Civil Municipal exercendo a fiscalização de trânsito, a expectativa é de que a norma seja aplicada com maior eficiência, reforçando o combate aos veículos com escapamentos adulterados e contribuindo para reduzir a poluição sonora e garantir mais tranquilidade à população. Segundo Rafael Talarico, diversos municípios paulistas já adotaram esse modelo, obtendo resultados positivos com a redução de acidentes, maior respeito às normas de circulação e reforço da presença do poder público nas ruas. Com a regulamentação em fase final, a expectativa é que a Guarda Civil Municipal passe a desempenhar um papel ainda mais amplo na segurança da população, contribuindo para um trânsito mais organizado, seguro e eficiente em Guaíra.

ACIG

Dia dos Pais

**COMPRE NO COMÉRCIO LOCAL
E CONCORRA A PRÊMIOS INCRÍVEIS!**

**COMPRANDO NAS LOJAS PARTICIPANTES DA CAMPANHA
VOCÊ CONCORRE NO MÊS DOS PAIS A:**

2 VALES-BRINDE DE R\$100 CADA	4 KIT CHURRASCO	1 BICICLETA ARO 29	1 FRIGOBAR	SORTEIO FINAL 08/08
--	---------------------------	------------------------------	----------------------	--

EMPRESAS PARTICIPANTES:

- * Alfa
- * Ao Barulho Calçados
- * Ao Barulho Confeções
- * Bruna Slemann
- * Cantinho da Criança
- * Casa de Ração Agro Dr
- * Casa do Encanador
- * Casa Guaíra
- * Closet
- * D2 Roupas e Acessórios
- * D&D Supermercado Loja 1
- * D&D Supermercado Loja 2
- * Drograria Farma Center
- * Drograria Pop Aqui
- * DuAvesso Sapatos
- * Dukk's Frios
- * Eletro M
- * Eletrozema
- * Farmácia N.S Aparecida
- * Flor de Maria
- * Fortaleza Supermercado
- * Fox Auto Peças
- * Frios & Cia
- * Japa Açai
- * Jumbo Calçados
- * Jumbo Confeções
- * Kaipirão Restaurante
- * Leão Tintas
- * Magazine Dia a Dia
- * Mais Você Confeções
- * M&M Confeções
- * Mercado São José
- * Token Informática
- * Meu Pacotinho
- * NSA Atacado da Ração
- * Okubo Fitness
- * Olizan Móveis
- * Pasquol Bebidas
- * Perfumaria Cheirinho
- * Preta Marmitaria
- * Preta Restaurant
- * Relf Magazine
- * Sapato e Cia
- * Shopping Calçados
- * Supermercado Muraishi
- * Supermercado Mutirão Loja 1
- * Supermercado Mutirão Loja 2
- * Tad Mais
- * WB Temperos
- * WP Roupas e Acessórios

VALORIZE QUEM SEMPRE ESTEVE COM VOCÊ.

COMPRE NO COMÉRCIO LOCAL E CONCORRA A PRÊMIOS!

JUNTOS POR VOCÊ, FORTELECENDO O COMÉRCIO LOCAL!

A ACIG Guaíra apresenta a campanha Cada Compra, Uma Chance 2026, especial de Dia dos Pais! Compre nas empresas participantes, escaneie o QR Code e concorra na hora a vales-compra de até cem reais. E ainda participe do grande sorteio final, com vales-compra, kits churrasco, bicicleta aro vinte e nove e frigobar. Compre em Guaíra, valorize o comércio local e concorra!

FILMES EM CARTAZ
30/07 A 05/08



 centerplex
cinemas

VERIFIQUE OS HORÁRIOS DAS SESSÕES EM
WWW.CENTERPLEX.COM.BR



ETCON

Consultoria Contábil e Despachante

Rua 8 Número 781 - Centro | Guaíra - SP

17 | 3331 7989



HOC

É HORA DE
SONHAR ALTO.

Promoção

Poupança premiada

 **Sicredi**

R\$ 5

**milhões
em prêmios**

MAIS DE **600**
CHANCES DE GANHAR!

TODA SEMANA:
15 PRÊMIOS DE R\$ 5 MIL

2 PRÊMIOS ESPECIAIS
DE **R\$ 1 MILHÃO**
(Em julho e em dezembro)



Cada R\$ 100 poupados
= **1 número da sorte**



Poupança Programada
= **números em dobro**

 **Sicredi**

NÚMEROS DA SORTE E REGULAMENTO EM **poupancapremiadasicredi.com.br**

Promoção válida para as Cooperativas Sicredi da Central Sicredi PR/SP/RJ. Promoção comercial vinculada a Títulos de Capitalização da modalidade Incentivo emitidos pela ICATU CAPITALIZAÇÃO, CNPJ nº 74.267.170/0001-73 e Processos SUSEP nº 15414.675659/2025-96 / 15414.600363/2026-01 / 15414.600360/2026-69 / 15414.675665/2025-43. Período: 23/02/2026 a 12/12/2026. Durante toda a promoção, serão sorteados até R\$ 5.000.000,00 em prêmios, líquidos de Imposto de Renda. Consulte previamente as condições gerais e as características essenciais em www.gov.br/pt-br/servicos/consultar-produtos-susep. Para mais informações sobre os prêmios e a promoção, acesse o regulamento em www.poupancapremiadasicredi.com.br. SAC Sicredi: 0800 724 7220. SAC ICATU: 0800 2860109 (atendimento exclusivo de informações relativas ao sorteio de capitalização). Ouvidoria ICATU: 0800 286 0047 (tenha em mãos o número de protocolo do atendimento anterior).

Social em Foco

João Paulo Germano Fornel

Algumas datas chegam para lembrar o quanto vale a pena reconhecer as boas histórias que a vida constrói. Neste 2 de agosto, quem recebe o carinho da família e dos amigos é João Paulo Germano Fornel.

Filho do advogado João Fornel e de Maria Elisa, João Paulo segue sua caminhada pautada pelos valores que aprendeu desde cedo. Ao lado da esposa, Flávia Manfré, e do filho Pedro, escreve diariamente uma história marcada pelo compromisso com a família, pelo trabalho e pela vontade constante de crescer.

Que este novo ano seja repleto de saúde, serenidade e muitas alegrias, cercado pelo abraço daqueles que fazem parte da sua vida.

Parabéns, João Paulo!



Carlinhos e Luizinho Souza

Há irmãos que dividem o sobrenome. Outros dividem também o jeito de viver. Carlinhos e Luizinho Souza carregam a simplicidade, a amizade e o respeito como marcas da própria história. Neste 3 de agosto, os gêmeos recebem o carinho de todos que acompanham sua caminhada.

Cada um construiu seu espaço com muito trabalho. Carlinhos é conhecido pelo cuidado e profissionalismo na montagem de palcos, contribuindo para que grandes eventos aconteçam com qualidade. Luizinho, responsável técnico da Mina Mercantil, conquistou o reconhecimento dos colegas pela dedicação, competência e compromisso com a empresa.

Neste dia especial, o abraço mais esperado vem da mãe Cida, da irmã, dos sobrinhos, dos filhos, dos amigos e de toda a equipe da Mina Mercantil, que compartilha diariamente dessa amizade e parceria.

Que a vida continue presenteando os dois com saúde, tranquilidade, boas conquistas e muitos motivos para sorrir. Feliz aniversário, Carlinhos e Luizinho!



André Gregório

Há quem veja a política como um cargo. Outros fazem dela um compromisso diário com as pessoas. Assim é André Gregório, que neste 3 de agosto abre mais um capítulo de sua história.

Vereador de presença constante, André fez do gabinete uma extensão das ruas. Gosta de ouvir, conversar, buscar soluções e estar perto da comunidade. Sua forma tranquila de agir, aliada à firmeza nas decisões, conquistou a confiança de muitos que enxergam nele alguém acessível, leal e sempre disposto a defender aquilo em que acredita.

No agronegócio, setor onde também construiu sua história, é reconhecido pelo respeito à palavra, pelas parcerias duradouras e pela maneira correta de conduzir seus negócios.

Ao lado da esposa Cíntia, segue fortalecendo uma caminhada baseada na união, na família e no compromisso com Guaíra.

Que a vida continue lhe oferecendo saúde, serenidade e a mesma disposição para servir, construir pontes e fazer o bem por onde passar. Feliz aniversário!



Antônio Manoel da Silva Júnior

Há pessoas que entendem que administrar uma cidade é muito mais do que ocupar um cargo. É caminhar pelas ruas, ouvir as pessoas, enfrentar desafios e acreditar que sempre é possível fazer mais. Neste 3 de agosto, Antônio Manoel da Silva Júnior, o Junão, inicia um novo ciclo de vida cercado pelo respeito de quem acompanha sua trajetória.

Empresário de origem e homem ligado ao campo, leva para a vida pública a mesma dedicação que sempre marcou sua caminhada.

À frente da Prefeitura de Guaíra, tem conduzido uma gestão voltada ao desenvolvimento do município, com investimentos em habitação, infraestrutura, valorização dos espaços públicos e no fortalecimento de eventos que fazem parte da identidade da cidade, como a retomada da Feira Agroindustrial e o fortalecimento da tradicional Festa do Peão.

Ao seu lado, a primeira-dama Marta Barbar participa ativamente das ações sociais, formando uma parceria que tem como prioridade o cuidado com as pessoas e o bem-estar das famílias guairenses.

Fora da rotina administrativa, Junão encontra na família seu maior patrimônio. O carinho dos filhos Marina, Augusto e Otávio, do genro Leonardo, das noras Lucélia e Aline, e dos netos Marcelo, Arthur, Francisco, Felipe, Maria Luiza e Eduardo renova diariamente a força para seguir em frente.

Que este novo ano seja de saúde, serenidade e muitas realizações, com a mesma disposição para continuar escrevendo sua história ao lado de Guaíra.

Feliz aniversário!



Gabriel Moreira Carvalho

A vida costuma abrir novos caminhos para quem acredita no valor do trabalho e segue em frente com humildade. Neste 4 de agosto, Gabriel Moreira Carvalho inicia mais um ano de vida vivendo uma fase de crescimento, acumulando experiências e construindo uma trajetória pautada pela seriedade e pelo compromisso.

Ao lado do pai, Paulo Carvalho, com quem compartilha o dia a dia profissional, Gabriel fortalece valores que fazem parte da sua essência. Responsável, ético, íntegro, tranquilo e generoso, conquistou a confiança de todos pela forma respeitosa com que conduz seu trabalho. Discreto por natureza, prefere que suas atitudes falem mais alto do que as palavras.

Está sempre disposto a aprender, compartilhar conhecimento e enfrentar novos desafios com equilíbrio e dedicação.

Fora da rotina profissional, encontra no esporte uma forma de renovar as energias. O futebol e o tênis estão entre seus passatempos favoritos, momentos que divide com amigos e que refletem seu espírito de equipe e companheirismo.

Neste dia especial, recebe o abraço carinhoso dos pais, Inês e Paulo Carvalho, da irmã Marcella, da namorada e dos familiares e dos amigos, que acompanham com orgulho cada passo de sua caminhada.

Que este novo ciclo seja repleto de saúde, sabedoria, boas oportunidades e muitas conquistas. Feliz aniversário, Gabriel!



Cuide da sua empresa.

NOS CUIDAMOS DOS SEUS COLABORADORES!

NOSSOS EXAMES:

- Exame Clínico,
- Audiometria Tonal e Vocal,
- EEG,
- ECG,
- Espironetria,
- Laboratórios e Imagens,
- Laudos de Segurança do Trabalho, Atendimento ao Especial - eventos 9-2240/ 9-2220/ 9-2230,
- Laudos Técnicos,
- LTCAT,
- PGR,
- PCMSO,
- Insalubridade, Periculosidade e Treinamentos.

Agende uma reunião com nosso time comercial!

Plena Med (17) 3330 - 1753 @ clinicplena.med (17) 99186 - 5532 Rua 10, 117 - Guaíra/SP

TODOS CONTRA A DENGUE!

NÃO DEIXE ÁGUA PARADA
COMBATA OS CRIADOUROS
FAÇA SUA PARTE

DIA
05
SET
26

A PARTIR
- DAS -
22H

Baile *Dancing Days* "O RETORNO"

NO CLUBE
**KAI
KAN**



DENIS
DJ



BANDA
Missing

DE SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - SP

Reviva os grandes momentos!

MÚSICA • DANÇA • AMIGOS • SAUDADE • EMOÇÃO

UMA NOITE INESQUECÍVEL!

CONTATO:

FERNANDO BARROS
📞 17 99175-6802

MARCIA HAMADA
📞 17 99183-9760

COLOQUE SUA ROUPA DE DANÇAR E VENHA FAZER PARTE DESTA HISTÓRIA!

Sebrae-SP conclui mais uma turma do Empretec em Guaíra

Seminário reforça qualificação de empreendedores para o fortalecimento dos pequenos negócios



O Sebrae-SP, em parceria com a Prefeitura de Guaíra, concluiu mais uma turma do Empretec na Faculdade de Guaíra, no dia 24 de julho. Durante a capacitação, os empreendedores participaram de atividades voltadas ao desenvolvimento de competências como busca de oportunidades e iniciativa, comprometimento, busca de informações, estabelecimento de metas, persuasão, ampliação da rede de conta-

tos e capacidade de assumir riscos calculados, entre outras.

O empreendedor Willian da Silva, proprietário de uma sorveteria há cinco anos e de uma doceria inaugurada há um ano, ambas em Guaíra, participou do Empretec por indicação de um amigo e afirma que a experiência trouxe uma nova perspectiva para a gestão dos seus negócios.

“O Empretec abriu a minha mente. Já

vou colocar em prática o planejamento, a definição de metas na área financeira e uma estratégia melhor de divulgação dos meus negócios para crescer”, afirmou.

Para Ana Rodrigues, que trabalhou na gestão da empresa do marido e há dez meses é proprietária de uma loja de moda fitness, o seminário foi uma expe-

riência transformadora e recomendada para qualquer empreendedor.

“O Empretec é um excelente seminário. Todo mundo deveria fazê-lo. Vou colocar em prática, principalmente, o estabelecimento de metas de curto, médio e longo prazo, além do planejamento necessário para alcançá-las”, finalizou.



Centro Educacional Santa Luz
A Força é a nossa Qualidade!
Sistema COC DE ENSINO

O nosso Colégio já possui 23 anos, formando não apenas alunos, mas cidadãos críticos e ativos na nossa sociedade. Oferecemos Maternal, Jardim, Ensinos Fundamental e Médio, e utilizamos o material didático COC

UNIDADE I Rua 6 n. 285 Fone: 3331-5200	UNIDADE II Avenida 3 n. 93 Fone: 3332-0975
---	---

VANTAGENS PARA SE ASSOCIAR

Conheça os serviços que a **ACIG** oferece para sua empresa e associe-se

XEROX MENSAL 30 xerox mensal gratuitos, não sendo acumulativo.	ACCREDITO Linhas de crédito com excelentes taxas, sem burocracia.
CERTIFICAÇÃO DIGITAL Documento eletrônico para sua empresa, assinatura digital.	INSTITUTO DE TALENTOS Contratação de estagiário e jovem aprendiz.
BOA VISTA SCPC Serviços de consulta e negatificação em âmbito nacional.	BANCO DE CURRÍCULOS Permite encontrar novos talentos, e profissionais qualificados.
PLANO MÉDICO-UNIMED Uma oportunidade para plano empresarial, para colaboradores.	SITE INSTITUCIONAL Site dinâmico e interativo, com os melhor serviços e soluções.
CURSOS E PALESTRAS Voltado para o empresário e sua equipe, em parceria com Sebrae.	DIVULGAÇÃO Ajuda a promover sua empresa, para se destacar nas mídias sociais.

ACIG FAZENDO MAIS PARA VOCÊ!

Endereço: Rua 12, 54 - Centro
Fone: (17) 3331-5599 / 99972-0122
Site: <https://www.acigguaira.com.br>
e-mail: acigguaira02@gmail.com

CEROL é CRIME!

NÃO USE, NÃO INCENTIVE, DENUNCIE!



A Fiscalização de Posturas da Prefeitura volta a alertar: Usar linha chilena/indonésia ou o cerol (mistura de cola com vidro moído), nas linhas de pipa ou papagaio é proibido pela Lei Estadual nº. 17.201, de 04 de novembro de 2019, bem como pelas Leis Municipais nº. 1.770/1997 e 2.920/2019.



Seção de Posturas



Guaíra
Juntos, por amor à

Ação de limpeza no Guaritá recolhe volumosos e lixo de quintal

A Prefeitura de Guaíra realizou nesta semana uma força-tarefa de limpeza no bairro rural São José do Albertópolis (Guaritá). Liderada pela Seção de Limpeza Pública, a operação concentrou esforços no recolhimento de galhos, materiais volumosos e resíduos oriundos da limpeza de quintais em residências locais. Dada a distância considerável em relação ao perímetro urbano, superior a 20 km, a mobilização exigiu um planejamento logístico diferenciado. O cronograma especial atende tanto a demanda por descarte de resíduos quanto o fluxo pontual de outras sobras geradas na localidade, assegurando suporte direto às regiões mais afastadas. Além das ações periódicas de grande

porte voltadas à salubridade pública e à prevenção do descarte irregular de detritos, a administração municipal mantém serviços contínuos na região. Vale destacar que a coleta regular de lixo doméstico no bairro, também, é feita pela Prefeitura, por intermédio da empresa terceirizada Shalon. As operações ocorrem em ciclos periódicos para garantir a preservação ambiental e a qualidade de vida dos moradores do campo. "O Guaritá recebeu nossa força-tarefa com foco total na organização e também visando a saúde pública. Com ações periódicas, recolhemos detritos de quintais, garantindo bem-estar para toda a comunidade do bairro rural, frisou Nilton Tostes, Chefe do Setor de Limpeza Pública.





Milho

Mais do que um produto, é a nossa paixão e
o coração do nosso negócio!



IORM e Senac Formam Nova Turma de Cuidadores Infantis em Guaíra

O desenvolvimento integral de uma criança exige atenção, preparo técnico e, acima de tudo, um olhar sensível e humano. Reconhecendo a necessidade de qualificar profissionais para atuar com responsabilidade na proteção e no estímulo à infância, o Instituto Oswaldo Ribeiro de Mendonça (IORM), em parceria com o Senac, realizou no Centro Cultural Colorado, de Guaíra o curso de Qualificação Profissional de Cuidador Infantil. A formação foi motivada pela crescente demanda por profissionais capacitados para apoiar famílias e instituições no acompanhamento das fases do crescimento infantil, assegurando bem-estar, saúde e qualidade de vida. Uma jornada de aprendizado

Realizadas entre 27 de abril e 16 de julho de 2026, no período noturno, das 19h às 22h30, as 160 horas de curso foram ministradas pela docente Denise dos Santos Teixeira. Ao longo do percurso, os participantes aprofundaram conhecimentos sobre as dimensões físicas, cognitivas, emocionais e sociais da criança, sempre pautados pelo respeito às necessidades individuais de cada etapa da vida. A matriz curricular esteve estruturada em eixos centrais que abrandaram o auxílio no desenvolvimento, autonomia e independência da criança, a prestação de cuidados essenciais de higiene, bem-estar e primeiros socorros, culminando na construção prática do Projeto Integrador.

Essa qualificação habilita o profissional para atuar em múltiplos cenários, abrangendo desde residências, creches e escolas até brinquedotecas, hotéis, hospitais, espaços recreativos e instituições de acolhimento. As competências desenvolvidas preparam as formandas para conduzir a rotina diária de alimentação e higiene, para estimular os campos motor, cognitivo, emocional e social por meio do brincar lúdico e para aplicar noções de primeiros socorros em situações de emergência até a chegada de atendimento especializado. A teoria transformada em prática

O encerramento do ciclo de aprendizado foi marcado pelo desenvolvimento do Projeto Integrador, momento em que as alunas uniram conhecimentos técnicos, criatividade e pensamento crítico para criar uma solução prática e acessível: o Painel da Rotina Infantil. Utilizando cores, figuras e símbolos visuais, a ferramenta foi desenhada para ajudar a criança a compreender e organizar suas atividades diárias. O painel estrutura momentos essenciais como alimentação, higiene, descanso, brincadeiras, estudos e arrumação dos brinquedos, proporcionando previsibilidade, reduzindo a ansiedade e estimulando a autonomia dos pequenos de maneira acolhedora.



Durante a elaboração dessa proposta, a turma também se aprofundou em debates cruciais para a infância contemporânea. As alunas investigaram os impactos do uso excessivo de telas no desenvolvimento infantil, a relevância da higiene corporal na rotina diária e o papel central do cuidador na promoção do desenvolvimento integral da criança, fortalecendo a visão crítica e empreendedora estimulada ao longo de todas as aulas. O impacto prático da formação refletiu-se na trajetória das estudantes. A aluna Bruna da Silva Gomes Salles, que concilia a qualificação profissional com a graduação em Pedagogia, compartilhou sua vivência destacando que o curso foi fundamental para agregar valor ao seu currículo e ampliar sua visão sobre os cuidados e as necessidades das crianças. Segundo a estudante, os aprendizados adquiridos no IORM foram essenciais para torná-la uma educadora mais preparada, consciente e qualificada para atuar no mercado de trabalho. Dos 30 alunos matriculados inicialmente na turma, 12 concluíram toda a trajetória com compromisso, responsabilidade e sensibilidade. Ao longo do processo, as alunas demonstraram domínio das técnicas de cuidado, segurança e saúde, e habilidades socioemocionais indispensáveis, como empatia, capacidade de escuta, organização e trabalho colaborativo — marcas formativas que traduzem a missão institucional do IORM e do Senac.

“Ao final desta etapa, o IORM comemora a formação de profissionais éticas e preparadas, prontas para atuar em diferentes espaços e contribuir diretamente para a construção de ambientes seguros, saudáveis e favoráveis ao crescimento de nossas crianças.”, destaca a Coordenadora do Conselho do IORM, Maria Inês Marcório Guedes Moreira de Carvalho.



Sabão de ÁLCOOL

Líquido (Piso/Roupas) ou Barra



Com o melhor preço !!!
E a qualidade que a dona de casa precisa pra deixar tudo limpinho ...

Faça sua Encomenda
17-99978 5273 (Maria Carolina)

Ubatã

Thermas Parque Hotel

ÁGUAS QUENTES

Naturais

BEM-ESTAR QUE VEM DA
NATUREZA PARA VOCÊ.

Desfrute de piscinas, cachoeiras e um ambiente completo de lazer e descanso com águas termais naturais que renovam o corpo e a mente.



No Ubatã,
a água nasce
naturalmente a
36,4°C
e mantém essa
temperatura durante
todo o ano.

RELAXE. **RENOVE.** VIVA ESSA EXPERIÊNCIA!



ÁGUAS QUENTES
NATURAIS



PISCINAS PARA
TODA A FAMÍLIA



LAZER E
DIVERSÃO



HOSPEDAGEM
CONFORTÁVEL



CONTATO COM
A NATUREZA



IDEAL PARA FAMÍLIAS, CASAIS E GRUPOS.
Venha viver momentos inesquecíveis em meio à natureza!



Rodovia MG-427, Km 32 + 5
Zona Rural – Conceição das Alagoas/MG
(fica a cerca de 37 km de Uberaba)



(34) 3318-6700
ou (34) 3315-6699



reservas@ubatan.com.br

UMA NOITE PARA RELEMBRAR
OS **ANOS DOURADOS!**

ANOS

Dourados

Recordar é viver!!!



Banda **CADEIA NACIONAL**



DATA:

19

DE SETEMBRO



LOCAL:

COLISEU



HORÁRIO:

22

HORAS



VENDAS
ANTECIPADAS
COM DESCONTO

Uma noite para relembrar os **ANOS DOURADOS**
com um repertório variado, com a banda **Cadeia Nacional**.

CONTATO:

Marcelo Jr

(17) 99979-0029

Osmar Jr

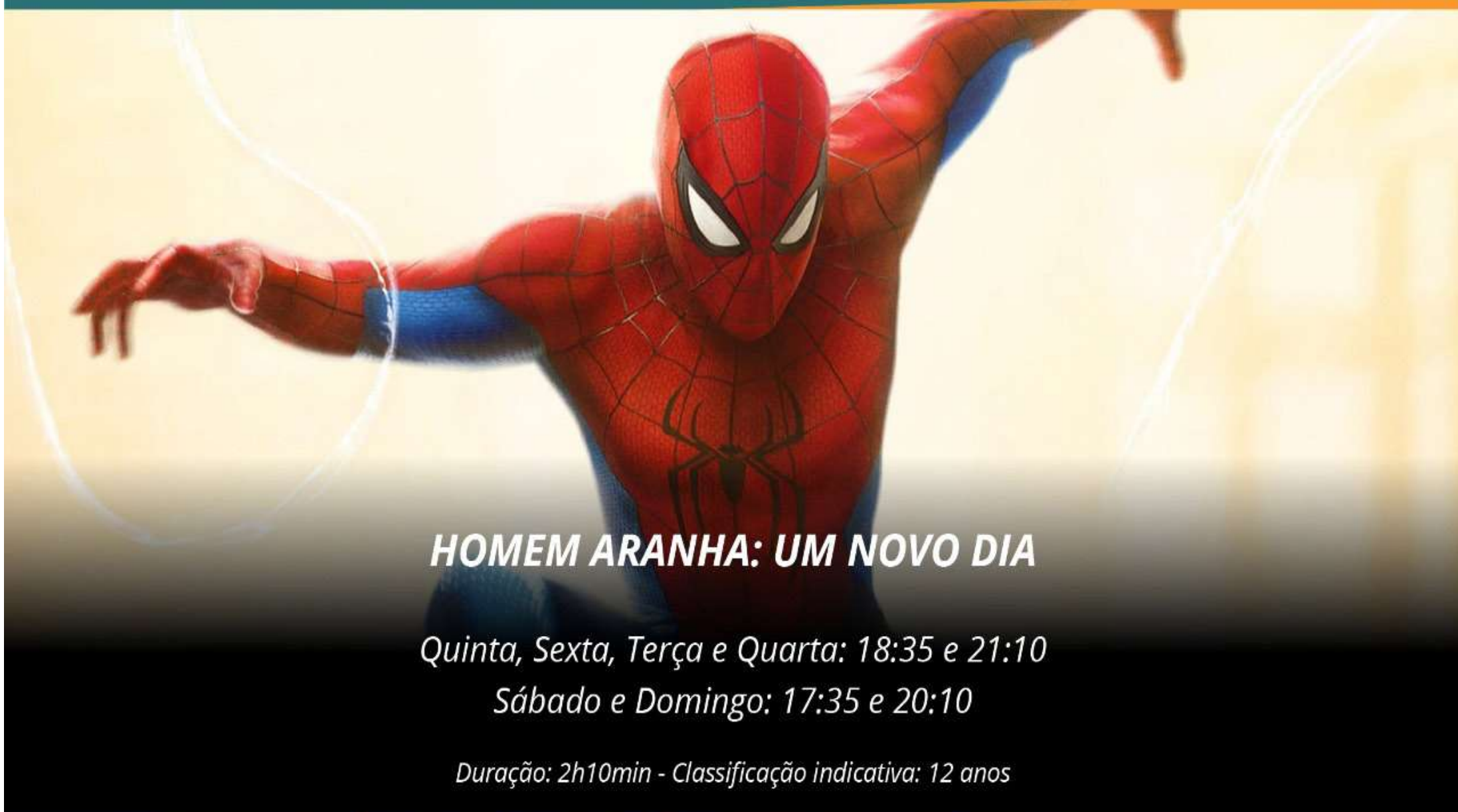
(17) 99979-0546

Realização:

Sintese
COMUNICAÇÃO

PROGRAMAÇÃO

30 de julho a 05 de agosto



HOMEM ARANHA: UM NOVO DIA

Quinta, Sexta, Terça e Quarta: 18:35 e 21:10
Sábado e Domingo: 17:35 e 20:10

Duração: 2h10min - Classificação indicativa: 12 anos



MINIONS & MONSTROS

Quinta, Sexta, Terça e Quarta: 14:50
Sábado e Domingo: 14:00

Duração: 1h30min - Classificação indicativa: Livre



MOANA

Quinta, Sexta, Terça e Quarta: 16:40
Sábado e Domingo: 15:40

Dublado - Duração: 2h - Classificação indicativa: Livre

CineEnergia
Sala de Cinema

INGRESSOS
INTEIRA: R\$ 24,00
MEIA: R\$ 12,00

ORIP
Instituto
Oswaldo Ribeiro de Mendonça

As Experiências Literárias de junho engajaram leitores nas Bibliotecas do IORM em quatro cidades

A Durante o mês de junho, as bibliotecas do Instituto Oswaldo Ribeiro de Mendonça (IORM) transformaram o ato de ler em uma vivência prática, sensorial e coletiva. A programação das Oficinas de Literatura levou crianças e jovens das cidades de Guaíra, Ipuã, Miguelópolis e Orlândia a explorarem o universo textual em todas as suas frentes — desde as primeiras descobertas das letras do alfabeto até a análise crítica dos gêneros e subgêneros narrativos. Concebidas e estruturadas pela bibliotecária consultora Maria das Graças Garcia, as atividades foram conduzidas no dia a dia pelas responsáveis de cada unidade.

Guaíra: A Evolução dos Contos na Biblioteca Energia do Conhecimento

Na Biblioteca Comunitária Energia do Conhecimento, as oficinas abordaram as transformações da narrativa curta ao longo do tempo. As atividades começaram com os tradicionais contos de fadas — narrativas que entrelaçam realidade e fantasia e cujos primeiros registros escritos remontam aos séculos XVII e XVIII, compondo a base do imaginário infantil a partir de registros de autores como Giambattista Basile, Charles Perrault, Jeanne-Marie LePrince de Beaumont e os Irmãos Grimm. Ao discutir temas como superação, afeto e valorização da beleza interior, os alunos assistiram ao vídeo O que são contos de fadas e participaram do “Baú do Improviso”, uma dinâmica em que utilizaram tecidos e adereços para caracterizar os personagens das histórias lidas. Em um segundo momento, a biblioteca introduziu o conceito de conto moderno. O público investigou obras que reescrevem o clássico “felizes para sempre”, humanizando personagens e propondo reflexões atuais sobre igualdade e diversidade. “Após assistirem ao vídeo explicativo Conto Moderno e explorarem o acervo selecionado, as crianças participaram da atividade “Finais diferentes dos contos clássicos”, utilizando uma placa interativa para reescrever e apresentar novos desfechos para as obras.”, destaca Elizabeth Nascimento, responsável pela Biblioteca.



Ipuã: Desmistificando gêneros na Biblioteca Comunitária AMA-Me

Em Ipuã, a programação da Biblioteca Comunitária Armanda Malvina Mendonça – AMA-Me dividiu-se entre a estrutura do conto e a compreensão real do termo romance. Nas oficinas sobre o conto, os participantes acompanharam recursos visuais e slides explicando a arquitetura dessa forma narrativa: texto curto, número reduzido de personagens e foco em um único conflito central. “As mesas de leitura foram organizadas por faixas etárias, reunindo obras que iam desde os clássicos infantis até títulos da literatura nacional e universal, como O Alienista (Machado de Assis), A Estranha Máquina Extraviada (José J. Veiga) e O Assassinato e Outras Histórias (Anton Tchekhov).”, conta Maria Laura Ferro responsável pela Biblioteca. Para fixar o aprendizado, os alunos participaram do jogo “Acerte o Conto e Ganhe um Ponto”. Após observarem os títulos expostos nas mesas, os livros foram cobertos com um pano, e as equipes competiram para lembrar a maior quantidade de obras ocultas, recebendo doces ao final do desafio. Em seguida, a oficina abordou o gênero romance. Para desconstruir a associação imediata da palavra ao universo amoroso, cada participante recebeu um recorte de papel em formato de coração e foi questionado sobre o significado daquela forma. A partir dessa provocação, a equipe explicou que romance, na literatura, refere-se a uma narrativa longa escrita em prosa, delimitada por tempo, espaço, personagens e ponto de vista. O acervo apresentado destacou livros como Dom Quixote, O Diário de Anne Frank, O Pequeno Príncipe, A Árvore Generosa e O Meu Pé de Laranja Lima. Após assistirem ao trailer da adaptação cinematográfica de O Meu Pé de Laranja Lima, os alunos desenvolveram e pintaram capas ilustradas para o livro, encerrando o encontro com uma exposição dos trabalhos produzidos.



Miguelópolis: Gêneros Literários no papel e no espaço

Na Biblioteca Municipal Dr. Carlos Antônio de Almeida Covas, no Polo de Miguelópolis, o aprendizado teórico e visualmente estruturado orientou as oficinas. Os estudantes assistiram ao vídeo informativo Como aprender os Gêneros Literários e realizaram a leitura voluntária dos conceitos dispostos em um Banner Acadêmico, identificando as diferenças entre os gêneros Narrativo, Lírico e Dramático. A aplicação prática aconteceu de forma colaborativa: um grande rolo de papel Kraft foi estendido pelo chão da biblioteca, e cada aluno pôde registrar os nomes e conceitos dos três gêneros literários utilizando tintas e materiais coloridos. “O painel finalizado foi pendurado na própria Biblioteca, servindo como registro de aprendizado e consulta para os demais frequentadores do espaço.”, informa Bruna Sabino, responsável pela Biblioteca.



Orlândia: A palavra no prato e no corpo na Biblioteca Castelo de Ideias

A Biblioteca Comunitária Castelo de Ideias recebeu os alunos de Orlândia com dinâmicas que conectaram a alfabetização à expressão corporal e à vivência familiar. O ciclo começou com um questionário diagnóstico individual para identificar o nível de leitura dos participantes e rastrear eventuais dificuldades de aprendizagem, linguagem ou quadros como a dislexia. Após assistirem ao vídeo Como surgiu o alfabeto e registrarem letras individuais em cartolinas, os alunos receberam pacotes de macarrão para sopa em formato de letrinhas. Gislene Felix Razanauska, responsável pela Biblioteca recém-inaugurada conta que “a proposta orientava que as crianças levassem o alimento para casa e preparassem a refeição junto com suas famílias, brincando de formar palavras no prato e concretizando, de forma lúdica, a assimilação da linguagem escrita. A etapa seguinte uniu a literatura à dança contemporânea. Em uma parceria entre a responsável pela biblioteca e a professora de dança Raíssa Sousa Reis, os participantes utilizaram uma tabela de “alfabeto corporal”. Explorando a postura e a flexibilidade do movimento, os alunos trabalharam em grupo para desenhar, com os próprios corpos no espaço, as formas das letras que compõem as palavras “balé” e “dança”. “A literatura só cumpre seu papel quando deixa de ser uma teoria distante e se transforma em experiência concreta na vida de quem lê.

CONTINUA PÁG. 17



Coluna Literária

Confira as indicações desta edição para colocar a leitura em dia



Bom pai, mau pai
Criar filhos em uma época marcada pelo excesso de telas, inteligência artificial e hiperestímulos exige mais do que boas intenções. Na obra, o pediatra Fausto Flor Carvalho recorre à trajetória histórica do rei Davi para discutir desafios, erros e acertos da paternidade, e defende que nunca é tarde para rever atitudes, fortalecer vínculos com os filhos e educar com propósito.
Autoria: Fausto Flor Carvalho | **Editora:** LC Books | **Onde encontrar:** Amazon



O Homem-Máquina de Taruã
Nesta história, um condomínio tem normas sociais e econômicas tão severas que elas parecem impossíveis de mudar. O edifício é dividido em dois: o “Lado de Lá”, onde moram os ricos, poderosos e escravagistas, e o “Lado de Cá”, habitado pelas pessoas pobres que sobrevivem em trabalhos degradantes, servindo às famílias endinheiradas. Esse contexto, porém, começa a se transformar quando surge Taruã, que embarca em uma jornada para construir uma invenção capaz de destruir o sistema. O herói enfrentará surpresas, revelações e grandes desafios nessa aventura.
Autoria: Eliander A. Costa | **Editora:** Literando | **Onde encontrar:** Amazon



Valentes — Os contos dos heróis nada prováveis
Depois do sucesso de “Corajosas”, as autoras apresentam, neste lançamento, releituras contemporâneas de histórias clássicas como Aladin, Robin Hood, Rei Arthur e O Corcunda de Notre-Dame. Ambientadas no universo dos jovens de hoje, as narrativas abordam temas como redes sociais, identidade, bullying, coragem e pertencimento, mostrando como contos de fadas continuam dialogando com os desafios das novas gerações.
Autoria: Arlene Diniz, Queren Ane, Maria A. Martin e Thaís Oliveira | **Editora:** Mundo Cristão | **Onde encontrar:** Amazon



TDAH Futebol Clube
Rafinha é uma menina cheia de energia, criatividade e paixão por futebol, mas enfrenta dificuldades para manter a atenção, organizar tarefas e controlar a impulsividade dentro e fora de campo. Com o apoio da família, dos amigos e do treinador, ela encontra estratégias para lidar com os desafios sem deixar que o diagnóstico defina quem é. Escrita pelo olhar da psicologia infantojuvenil, a narrativa utiliza o esporte para abordar o TDAH de maneira lúdica e acolhedora, incentivando conversas sobre neurodiversidade, autoestima, inclusão e respeito aos diferentes ritmos de aprendizagem.
Autoria: Tiago Gonçalves | **Editora:** Ciranda na Escrita | **Onde encontrar:** Site da editora



O buscador do autoconhecimento
O autoconhecimento é um tema cada vez mais presente em nossa sociedade, mas ainda cercado de equívocos. Para alguns, parece uma meta distante, reservada apenas a mestres, gurus ou iluminados. Este livro vem desmistificar essas ideias e mostrar que o autoconhecimento é, na verdade, um caminho acessível a todos. Com uma abordagem acolhedora e sem dogmas, a obra convida o leitor a explorar diferentes linhas de pensamento, técnicas e vivências que podem ampliar a consciência, abrir espaço para refletir, experimentar e descobrir o que faz sentido para si mesmo.
Autoria: Rosilda Amorim | **Editora:** LC Books | **Onde encontrar:** Amazon



A dor é um convite para a mudança
Especialista em dor crônica e pós-graduada em Dor pelo Hospital Sírio-Libanês, a autora propõe uma reflexão sobre como compreender o sofrimento além do sintoma físico. Com base na neurociência, no movimento e na abordagem biopsicossocial, apresenta estratégias práticas para lidar com a dor persistente, recuperar a autonomia, ressignificar hábitos e assumir um papel ativo no processo de cuidado. Fibromialgia, ansiedade, depressão, envelhecimento e qualidade de vida também são temas abordados e mostram que a transformação começa ao enxergar a dor de forma integral. O livro convida o leitor a assumir um papel ativo na própria recuperação.
Autoria: Mariana Schamas | **Editora:** Latitude | **Onde encontrar:** Amazon

JOGUE O LIXO NO LUGAR CERTO.

VIU FUMAÇA? LIGUE 193

IMEDIATAMENTE.

Ninguém

queima

o lugar onde vive

PROVOCAR QUEIMADA É CRIME! LIGUE 190 E DENUNCIE.

Seja no meio ambiente, na rua ou na sua casa, não arrisque vidas.

Juntos cuidamos e protegemos o futuro.

ESQUENTA DIA DOS PAIS DO D&D

VALIDADE DAS OFERTAS DE
30/07 À 06/08/2026

D&D
SUPERMERCADO



Café TRUVILLE TRAD.
OU EXTRA FORTE 500G



LAVA ROUPAS EM PÓ
BRILHANTE LIMPEZA TOTAL 1,6KG



CERVEJA HEINEKEN
LATA 350ML



PICANHA FATIADA
SULBEEF KG



COXA E SOBRECOXA
CONG. NUTRIBEM KG



MÚSCULO TRASEIRO
BOVINO KG



COXÃO DURO
BOVINO KG



COSTELA SUÍNA
KG



LINGUIÇA TOSCANA
SEARA KG



SALSICHA HOT DOG
SEARA KG



ARROZ ALEGRETE
TIPO 1 - 5KG



ÓLEO DE SOJA
CONCÓRDIA 900ML



MACARRÃO BASILAR
ESPAGUETE OU PARAFUSO 400G



MOLHO DE TOMATE
QUERO SACHÊ 240G



ATUM RALADO
COQUEIRO 170G



AZEITONA VERDE VALE FÉRTIL
C/CAROÇO VD. 400G



FARINHA DE TRIGO
FARINA 1KG



CREME DE LEITE ITALAC
OU MOCOCA TP. 200G



LEITE EM PÓ NINHO
INT. OU INST. LATA 380G



MAIONESE SOYA
TRAD. 500G



BISCOITO RECHEADO
PASSATEMPO CHOCOLATE 130G



ACHOCOLATADO LIQ. PIRAKIDS
TP. 200ML



BOMBOM LACTA
FAVORITOS 131,4G



PÃO DE QUEIJO CONG.
TATI MINAS 400G



REQUEIJÃO DANONE TRAD.
OU LIGHT 200G



IOGURTE DANONE LÍQUIDO
FAMÍLIA 1,25KG



DETERGENTE LÍQUIDO
TRIEX 500ML



AMACIANTE CONCENTRADO
DOWNY 1,5L



PAPEL HIGIÊNICO FOLHA DUPLA
NEVE 20M C/12

 1,99 ÁGUA COM GÁS LEVITY 510ML	 1,75 GUARANÁ ANTARCTICA TRAD. OU ZERO PET 200ML	 4,99 REFRIGERANTE POTY OU JABOTI SABORES PET 2L	 16,99 DUAL PACK COCA COLA PET 2L + FANTA LARANJA 2L	 7,45 PACK GUARANÁ ANTARCTICA PET 1L	 15,99 SUÇO DE UVA AURORA SABORES TP. 1,5L	 1,19 REFRESCO EM PÓ TANG SABORES 18G
 7,99 SUÇO TAMPICO SABORES PET 2L	 2,19 CERVEJA CRYSTAL PILSEN LATA 350ML	 2,29 CERVEJA PURO MALTE 3.0 LATA 350ML	 2,99 CERVEJA PETRA PURO MALTE LATA 350ML	 3,19 CHOPP ECOBIER LATÃO 473ML	 3,99 CERVEJA IMPÉRIO ULTRA PURO MALTE LATA 350ML	 3,79 CERVEJA EISENBAHN PURO MALTE LATA 350ML
 3,39 CERVEJA MICHELOB ULTRA LATA 269ML	 4,99 ASKOV ICE OU GIN ICE ASKOV LONG NECK 275ML	 54,90 CAMPARI BITTER 998ML	 9,99 ENERGÉTICO BALY PET 2L	 29,99 VODKA SMIRNOFF 998ML	 27,99 JURUPINGA DINALLE BEBIDA DE VINHO 975ML	 25,99 COSTELA MINGA BOVINA KG
 38,99 PATINHO BOVINO KG	 36,99 COXÃO MOLE BOVINO KG	 35,89 RABADA BOVINA KG	 14,99 COXINHA DA ASA TEMPERADA KG	 12,99 FRANGO À PASSARINHO TEMPERADO KG	 17,99 FILÉ DE FRANGO CONG. KG	 11,88 SUÂN ESPECIAL CAMARI KG
 14,99 BISTECA SUÍNA KG	 21,99 PANCETA SUÍNA KG	 15,97 LINGUIÇA TOSCANA CAMARI KG	 14,99 LINGUIÇA SUÍNA REAL KG	 25,99 LINGUIÇA CALABRESA DEFUMADA SEARA KG	 10,99 SALAME FATIADO SEARA GOURMET 100G	 1,89 STEAK DE FRANGO SEARA OU REZENDE 100G
 9,99 PÃO DE ALHO PANTRIGO 400G	 2,27 SABONETE FRANCIS SUAVE 85G	 4,49 SABONETE DAVENE LA FRUTA OU LA FLORE 150G	 4,15 SABONETE DOVE FRAGRÂNCIAS 90G	 2,99 CREME DENTAL ORAL B COMPLETE 4 EM 1 - 70G	 5,45 CREME DENTAL COLGATE MPA 90G	 14,99 LISTERINE ENXÁGUE BUCAL 250ML
 15,99 DESODORANTE REXONA AERO 150ML	 8,99 DESODORANTE MONANGE OU BOZZANO AERO 150ML	 9,99 SHAMPOO SEDA 325ML	 11,99 CONDICIONADOR SEDA 325ML	 11,99 PAPEL HIGIÊNICO TIFFY 20M COM 12 ROLOS	 4,47 DETERGENTE TRIEX EM PÓ MULTIÇÃO 800G	 12,97 LAVA ROUPAS LÍQUIDO TRIEX 2L
 18,97 LAVA ROUPAS EM PÓ OMO LAVAGEM PERFEITA 1.6KG	 9,99 AMACIANTE COMFORT CONC. LV500ML PG400ML	 13,99 AMACIANTE DE ROUPAS TRIEX 5L	 4,97 LIMPADOR MULTIUSO VEJA 500ML	 11,99 ALVEJANTE VANISH SACHÊ 500ML	 10,95 SABÃO EM BARRA YPÊ NEUTRO 800G	 1,99 LÃ DE AÇO ASSOLAN 45G C/6 UNID.