

PREVISÃO  
PARA HOJE



MÁXIMA  
22°C ↑

MÍNIMA  
8°C ↓



RECUPERADOS  
NA RMVALE 468.987



DOSES DE VACINA  
NA RMVALE 5.821.929

R\$ 1.212,00  
SALÁRIO MÍNIMO



Foto: Claudio Vieira

## Opinião 2

Deputados da região  
falam sobre trabalho e  
proteção à infância

## Cidades 6

Um giro pelas cidades  
da RMVale com notícias  
e prestação de serviços

## À beira-mar 22

Confira as principais  
notícias do Litoral  
Norte

ESPECIAL

# SÃO JOSÉ REDUZ TAXA DE HOMICÍDIOS

CIDADE TEM O MENOR NÚMERO DE ASSASSINATOS  
POR GRUPO DE 100 MIL HABITANTES DA RMVALE

São José dos Campos registrou a menor taxa de homicídios entre os municípios da RMVale (Região Metropolitana do Vale do Paraíba e Litoral Norte) em 2021. De acordo com dados da SSP (Secretaria de Segurança Pública), São José registrou uma taxa de 6,28 assassinatos a cada grupo de 100 mil habitantes. Esta abaixo do índice

3



## VOLEI SÃO JOSÉ

ANUNCIA DOUGLAS  
SOUZA E OUTROS  
REFORÇOS DE  
PESO PARA A  
TEMPORADA 2022/23

20



## COMEÇA O 32º FESTIDANÇA

FESTIVAL ESTARÁ NAS  
PRAÇAS, PARQUES,  
TEATROS E CASAS DE  
CULTURA DE SÃO JOSÉ  
DOS CAMPOS

26



## SECOS & MOLHADOS

LUÍS PHYTHON TRAZ  
AS MAIS "FERVIDAS"  
NOTAS DO COLUNISMO  
SOCIAL DA RMVALE

30

## EDITORIAL

### Um passado que não pode voltar

Os dados da Secretaria de Segurança Pública, divulgados em reportagem da jornalista Ana Lúgia Dal Bello, nesta edição do Jornal Meon, confirmam que São José dos Campos conseguiu reduzir consideravelmente o número de homicídios na cidade, mantendo-os abaixo da taxa considerada aceitável pela ONU (Organização das Nações Unidas) --que é de 10 vítimas a cada 100 mil habitantes.

Olhando para este cenário, fica praticamente impossível imaginar que há 20 anos São José dos Campos estava entre as mais violentas do estado. A criminalidade reinava, principalmente nas periferias, elevando os principais índices de violência.

Quem acompanhava o noticiário policial, nesta época, não acreditava numa grande mudança neste cenário. Mas São José dos Campos conseguiu reduzir não apenas as mortes violentas, mas quase todos os crimes.

Inteligência, planejamento e inovação, aliado à tecnologia, são a base dos avanços de São José nesta guerra contra a criminalidade. Estes conceitos estão no CSI (Centro de Segurança e Inteligência), responsável pelo monitoramento das ruas, e no Programa São José Unida, que integra as forças de segurança do município.

Ainda há muito para avançar, mas não retroceder já é uma grande conquista. Vale novamente olhar para Nova York.



Regina Laranjeira Baumann  
Diretora Executiva

Fabício Correia  
Diretor de Conteúdo e Novos Negócios

Editora Chefe: Tânia Campelo

Reportagem: Ana Lúgia Dal Bello, Gabriel Campoy,  
Julia Nascimento, Matheus Correia,

Samuel Strazzer, e Yeda Vasconcelos

Diagramação/Artes: Adriano Augusto

Departamento Administrativo: Sabine Baumann e Pedro Alves

Departamento Comercial: Pedro Ernesto

Distribuição: Rodrigo Melo

PARA ANUNCIAR: 12 3204-3333

Tiragem em responsabilidade da administração do  
Grupo Meon de Comunicação e auditada por:



Diário da Metrópole LTDA  
CNPJ 18.859.803/0001-61

Avenida São João, 2.375 - Conj. 2009 a 2013 - Jardim das Colinas  
São José dos Campos - CEP 12242-000 - PABX (12) 3204-3333  
Email: redacao@meon.com.br

O Meon Jornal é um produto do Grupo Meon de Comunicação

## OPINIÃO

### O QUE PENSAM AS AUTORIDADES

#### Demissões em massa e empregos sobrando: os contrastes causados pelo avanço tecnológico

O acelerado avanço tecnológico está transformando a nossa sociedade e devemos estar preparados para antecipar as oportunidades que têm surgido cada vez mais rápido. O mundo de nossos pais e avós já é completamente diferente do nosso e, com certeza, nossos filhos viverão em uma realidade ainda mais surpreendente. Mas o que estamos fazendo para aproveitar essas transformações?

Toda essa evolução exige mudanças estruturais que podem acarretar problemas sociais como demissões e até o fim de algumas profissões. Mas ela também abre novas frentes antes inexistentes. Um dos setores que mais está sendo transformado por todo este contexto é o automotivo. Desde 2019, foram sete fábricas automotivas fechadas no país, incluindo a CAO Cherry, de Jacareí, ocasionando a demissão de 500 funcionários.

O motivo alegado pela empresa para o fechamento da fábrica é a adaptação para produção de veículos elétricos. Este setor está gerando uma grande corrida tecnológica e operacional entre as montadoras para disputar um novo mercado que se consolida a cada ano. E isso não está acontecendo só no Brasil: em dezembro de 2020, a Volkswagen anunciou que sua histórica fábrica de quatro chaminés na cidade alemã de Wolfsburg será adaptada para ser a maior montadora de carros elétricos do mundo.

Neste contexto, é impossível não haver demissões, uma vez que carros elétricos demandam 30% menos de trabalho na produção e usam menos componentes em sua fabricação. Além disso, a automatização e a robotização também tendem a diminuir os postos de trabalho dessas empresas.

Sendo assim, a qualificação profissional, principalmente relacionada à tecnologia, será cada dia mais necessária para quem quer evoluir na carreira. Profissões e oportunidades não param de surgir nesta área e poderão ser aproveitadas somente por quem estiver preparado. Um dos setores que mais tem crescido é o de desenvolvimento de software. Os programadores nunca foram tão valorizados e, atualmente, as empresas relatam dificuldade em contratar profissionais qualificados para a área. Em um país com mais de 12 milhões de desempregados é até inacreditável constatar que sobram tantas vagas nesta área.

A situação é grave e, se nada for feito, poderemos ter um “apagão” no setor, gerando demissões e fechamento de empresas. Segundo levantamento da McKinsey, até 2030 faltarão um milhão de profissionais na área no Brasil.

Para tentar contribuir para essa mudança de cenário, lancei em 2019 o Novo Futuro Tech, um movimento cooperativo que oferece formação gratuita, apoio nos estudos e conexão com empresas com vagas abertas na área de programação e desenvolvimento de software. Já são mais de 15 mil alunos e quase 20 cidades do Estado de São Paulo em que o programa foi lançado em parceria com diversos órgãos e instituições.

E todo esse segmento continuará crescendo em ritmo acelerado, principalmente se considerarmos a chegada e avanço do 5G, Metaverso, criptomoedas, NFT e muitas outras tecnologias que exigirão cada dia mais profissionais qualificados.

A mensagem é clara: precisamos nos adaptar. Darwin já dizia que o vencedor não é o mais forte e, sim, aquele que se adapta melhor. E é isto que os gestores públicos devem considerar na hora de formular suas políticas e desenvolver suas ações com potencial de impactar a vida de milhares de pessoas. A tecnologia deve ser aliada e não vilã na história do desenvolvimento de uma sociedade. Mas, para isso, é preciso inovar e se adaptar às mudanças. Estamos nos preparando para isso?



Deputado Estadual  
**SERGIO VICTOR**

#### Infância Protegida: Precisamos combater a sexualização e a erotização de crianças!

Como presidente da frente parlamentar de combate à pedofilia, erotização infantil e a violência doméstica, temos apresentado proposições pra combater qualquer tipo de ataque às crianças, aos adolescentes e à família. É necessária uma ampla participação da sociedade para debater estes assuntos e buscar soluções.

Sou autora do Projeto de Lei -318/22, Infância Protegida, que visa proibir a utilização de verba pública em eventos e serviços que promovam a sexualização de crianças e adolescentes. Essa proposta é mais um dispositivo legal de proteção para combater a aplicação desses recursos em ditas “manifestações artísticas” que claramente violam dispositivos de proteção à infância já consagrados, tanto pelo Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) quanto pela Declaração Universal dos Direitos Humanos.

Além de protocolar essa lei na Assembleia Legislativa de São Paulo, encaminhamos a mesma proposta para os municípios, para que as câmaras de vereadores e prefeitos, avaliem a aprovação dessa lei em suas cidades. Graças a esse trabalho, já conseguimos aprovar o Projeto Infância Protegida em mais de 60 municípios.

Outro perigo que cerca nossas crianças é a Ideologia de Gênero. Há várias tentativas de se condicionar a educação das crianças, fazendo-as crer que ser menino ou menina nada tem a ver com o sexo de nascimento e que ignorar o sexo biológico é “algo normal e saudável”, isso é um crime de abuso infantil. Aos que pretendem endossar a ideologia de gênero de forma generalizada pela educação pública ou pela política, afirmo que desejam na verdade confundir tanto as crianças, quanto os pais.

Infelizmente há uma pequena minoria de pseudos professores militantes, que utilizam de seu poder em sala de aula para impor suas próprias convicções pessoais, políticas e ideológicas. Aliás, basta uma breve pesquisa na internet e vemos vídeos que comprovam essa doutrinação.

Vale destacar que, grande parcela dos professores, cumprem sua missão de ensinar e formar nossas crianças e jovens para o Brasil, ensinando a elas, além de toda base curricular, a importância do amor à pátria, do civismo e do respeito aos pais e aos mais velhos.

Temos que ficar atentos. Esta manipulação é encabeçada na maioria das vezes, por atores sociais como a publicidade infantil, a TV, a internet, a sociedade de consumo, a escola ou até mesmo adultos do seu convívio, que direta ou indiretamente, estão expondo as crianças e as levam a repetir padrões de comportamento inadequados para sua idade.

A sociedade precisa refletir sobre o processo natural do desenvolvimento das crianças, respeitando os limites de faixa etária adequados, dever que cabe à família avaliar e decidir, a partir do conhecimento sobre as demandas e necessidades da sua criança.

A escola ensina e a família educa!

Precisamos conversar sobre erotização infantil, sexualização, pedofilia e ideologia de gênero, e quais são os seus perigos reais, isso também é essencial para garantir a saúde, a integridade das crianças, a família e o futuro do Brasil. Por tudo isso, sigo atuando para que o Projeto Infância Protegida, que proíbe o uso de dinheiro público em qualquer material que possa sexualizar as crianças, seja aprovado em âmbito estadual. Só assim poderemos, enfim, defender as famílias e proteger as nossas crianças.



Deputada Estadual  
**LETICIA AGUIAR**



# CAMPANHA DO Agasalho 2022

O inverno chegou! Doe roupas e agasalhos novos ou semi novos para quem precisa.

Faça da sua doação um presente para aquecer quem tem frio!

**Se você está aquecido neste inverno, compartilhe este calor em forma de doação. Repartir é um ato de amor!**

Procure o ponto de arrecadação mais próximo de sua casa.

Acesse:  
**DOASAOJOSE.COM.BR**

saiba mais





# SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

## A MENOR TAXA DE HOMICÍDIOS DA RMVALE

Cidade registrou uma taxa de 6,28 assassinatos a cada 100 mil habitantes em 2021

■ Ana Lígia Dal Bello

São José dos Campos é o município da RMVale (Região Metropolitana do Vale do Paraíba e Litoral Norte) que apresentou a menor taxa de homicídios em 2021. Segundo dados divulgados pela SSP (Secretaria de Segurança Pública), a cidade registrou 6,28 assassinatos a cada grupo de 100 mil habitantes.

A taxa é menor do que a de cidades como Caraguatatuba (6,58%), Jacareí (9,60%), Guaratinguetá (14,32%), Taubaté (14,86%) e Pindamonhangaba (17,60%). Menor também do que a taxa nacional (21,65) e pouco acima da estadual (6,04%).

São José tem hoje uma taxa menor do que a aceitável pela ONU (Organizações das Nações Unidas), que é de 10 homicídios a cada 100 mil habitantes. No ano passado, a cidade registrou 45 homicídios dolosos (com intenção de matar).

Esse cenário era bem diferente há duas décadas, quando a cidade era considerada uma das mais violentas do estado. Só para ter uma ideia, em 2001, 231 pessoas foram assassinadas em São José dos Campos.

“Em 2021, nós tivemos um problema



no segundo semestre, após a liberação da Covid-19, teve um pequeno aumento nos casos de homicídio, mas ainda dentro de uma margem boa para São José dos Campos. Trabalho esse teto de 10 homicídios por 100 mil habitantes, sempre é nossa preocupação não passar disso; obviamente, sempre tentamos diminuir”, disse o delegado Neimar Camargo, da DIG (Delegacia de Investigações Gerais) de São José dos Campos.

## Raio-X

De acordo com os dados divulgados pela Secretaria de Segurança Pública, 62,22% dos homicídios registrados em São José dos Campos foram cometidos com armas de fogo, e 26,67% com armas brancas. As vítimas são em sua maioria homens (91,11%), brancos (57,78%), com idade entre 20 e 24 anos. O principal motivo dos crimes seriam os conflitos interpessoais, entre conhecidos ou desconhecidos, como discussões e brigas em bares, vizinhança ou trânsito. As vias públicas e as residências foram os cenários mais comuns dos assassinatos, com 73,33% e 15,56%, respectivamente.

# 62,22%

DOS CRIMES FORAM  
COMETIDOS COM  
ARMAS DE FOGO





223

SUSPEITOS FORAM  
PRESOS COM APOIO  
DO CSI EM SÃO JOSÉ

Foto: Divulgação/PMSJC

# SEGURANÇA INTELIGENTE

## CSI RETIRA CRIMINOSOS DA RUA

■ Da Redação

A tecnologia do CSI (Centro de Segurança e Inteligência), da Prefeitura de São José dos Campos, completou 223 prisões de suspeitos desde sua implantação, há 14 meses, até a tarde desta quarta-feira (15). Somente nos primeiros 15 dias de junho, foram 11 casos.

Nos últimos sete meses, 40 condenados pela Justiça em todo o Brasil que estavam foragidos foram presos após serem flagrados em São José pelas câmeras do CSI --sete deles detidos por reconhecimento facial. Desde dezembro do ano passado, o sistema passou a diferenciar automaticamente o registro de captura de procurados.

De acordo com a prefeitura, o reconhecimento facial é mais um diferencial do CSI no uso das câmeras inteligentes, que tiraram das ruas pessoas condenadas por homicídio, tráfico de drogas e de armas, roubos e furtos, estupro, entre outros, vindas de vários estados do Brasil.

O CSI dispõe de banco de dados nacional e estadual de pessoas e veículos envolvidos em ocorrências policiais, por meio de convênios entre a Prefeitura, Ministério da Justiça (CórteX) e governo do Estado (Detecta).

Quando uma pessoa que está registrada nesses bancos de dados é flagrada pelo CSI em São José dos Campos, acaba sendo presa.

### De olho na segurança

São mais de 650 ocorrências registradas pelo CSI e mais de 140 veículos furtados ou roubados recuperados por meio das mil câmeras, que conseguem ler 3 milhões de placas e geram 24 mil horas de gravação por dia. As imagens ficam armazenadas por 60 dias.

“São José tem hoje os menores índices criminais dos últimos 20 anos graças à integração das forças de segurança pelo Programa São José Unida e da tecnologia do Centro de Segurança e Inteligência da Prefeitura, com monitoramento por câmeras em tempo real, 24 horas por dia”, disse o secretário de Proteção ao Cidadão, Bruno Santos.

### Resultados

Com o CSI e o Programa São José Unida, que integra todas as forças de segurança do município, São José tem um dos melhores projetos de segurança do país, resultado de investimentos em um sistema de Cidade Inteligente, que levou o município à maior queda dos índices de criminalidade dos últimos 20 anos.

Na comparação entre janeiro a maio de 2016 e o mesmo período de 2022, os principais índices criminais tiveram redução significativa, caso do roubo de veículos, com queda de 74%. Roubos em geral caíram 61%, homicídios 58%, furto de veículos, 43% e furtos em geral, 11%.



# O ARRAIÁ VOLTOU! CONFIRA AS FESTAS EM SÃO JOSÉ

■ Ana Lúgia Dal Bello

Suspensas por dois anos, boa parte das festas juninas de São José dos Campos está de volta. Com máscara e álcool em gel no bolso, dá para aproveitar uma das tradições mais fortes do Vale do Paraíba promovidas por paróquias, escolas e shoppings.

## CONFIRA A AGENDA DE FESTAS JUNINAS EM S. JOSÉ:

### Arraiá dos Vicentinos

Todos os sábados e domingos, até 3 de julho, das 18h30 às 22h30, o Arraiá dos Vicentinos do Jardim Paulista trará comida típica e shows ao vivo. A festa é feita na rua Ana Gonçalves da Cunha, 351, Jardim Paulista.

### Festa Junina do Colégio Joseense

Bolinho caipira, cachorro-quente, espetinhos, pastel e doces típicos, além das apresentações das crianças, animam a Festa Junina do Colégio Joseense, no dia 25 de junho, das 10h às 18h. O evento será na Unidade 2, que fica na avenida Livio Veneziani, 151, Jardim Uirá. Para obter convites, é preciso fazer contato com a instituição.

### Quermesse da Paróquia Coração de Jesus

Depois das missas das 18h, é hora de saborear caldinho, pão com linguiça e outros quitutes na quermesse da Paróquia Coração de Jesus. O evento será realizado nos dias 18, 19, 25 e 26 de junho, na avenida Andrômeda, 3500, Bosque dos Eucaliptos.

### Arraiá da Soledade

A Paróquia Nossa Senhora da Soledade promove seu arraiá nos dias 17, 18 e 19 de junho, a partir das 18h, na rua Uruguay, 291, Vista Verde.

### Festa Junina de São João Batista

Show, bingo e comidas estão à disposição do público na festa junina da Paróquia Santa Inês, todos os finais de semana de junho, após a missa das 18h. O evento é na rua dos Cirurgiões Dentistas, 610, Jardim Santa Inês II.



### Festa Junina paroquial Nossa Senhora de Fátima

A Paróquia Nossa Senhora de Fátima realiza nos dias 18, 19, 25 e 26 de junho, após a missa das 18h, sua festa junina. O evento é no pátio da Matriz Nossa Senhora de Fátima, que fica na rua Serra Dourada, 180, Altos de Santana.

### Quermesse Paróquia Coração Eucarístico de Jesus

Comidas típicas, música e bingo animam a festa da Paróquia Coração Eucarístico de Jesus nos dias 18, 19, 25 e 26 de junho, a partir das 18h30, na Praça Primeiro de Maio, 241, Parque Novo Horizonte.

### Arraiá Colinas Shopping 2022

Na quinta-feira (16), feriado de Corpus Christi, o Colinas Shopping promove seu arraiá itinerante nos corredores das lojas. A Trupe Junina, da Despertar Produções, vai percorrer o shopping às 14h, 16h e 18h, com muitas brincadeiras e animação. Pipoca e algodão doce serão distribuídos gratuitamente ao longo do dia e haverá moldura para fotos.



## Shopping de São José tem 12 vagas de emprego abertas para início imediato

■ Gabriel Campoy

O Colinas Shopping está com 12 vagas de emprego abertas em suas lojas para início de trabalho imediato. Os interessados podem conferir as vagas e realizar as inscrições através do QR Code ao lado. São cinco vagas para Vendedora, uma vaga para Assistente, uma vaga para Atendente de Cinema, uma vaga para Assistente de Vendas, uma vaga para Assistente de Caixa, uma vaga para Consultor(a) Especialista de Beleza, e vagas fixas para Assistente de Marketing e para Consultora Dermoespecialista



Acesse o QR Code e confira as vagas



# PROFESSOR RÍMOLI MORRE EM S. JOSÉ, AOS 93 ANOS

■ Da Redação

Na última quarta-feira (15), o professor Francisco de Assis Rímoli morreu aos 93 anos em São José dos Campos. O decano ocupava a Cadeira Nº 01 na Academia Joseense de Letras.

Nascido em Muzambinho - MG, Francisco escolheu viver em São José a partir dos anos 60, quando começou a lecionar em alguns colégios da cidade, como na EE Sant'Ana do Paraíba, E.E João Cursino e no Colégio Bilac.

Além de Letras, o professor Rímoli também estudou Direito, se tornando advogado. Nos anos 70, passou a dar aula na FATEC, em São Paulo, no ITA, e na Faculdade de Letras de São José dos Campos. Foi coordenador do grupo Segunda Produtiva, formado por amigos e amantes da literatura que se reuniam para falar sobre obras brasileiras e portuguesas.

Para Fabrício Correia, Presidente da Academia Joseense de Letras, Francisco Rímoli foi um marco no ensino e no cenário literário. "Professor Rímoli foi um dos grandes educadores de São José dos Campos. Como confrade, sempre amável e extremamente generoso, esteve conosco até a suspensão de nossas reuniões por conta da COVID-19. Nossa Academia perde um de seus maiores personagens e nós um querido amigo".



# PADRE RUBINHO MORRE AOS 97 ANOS EM GUARATINGUETÁ

■ Ana Lígia Dal Bello

Morreu, no dia 13 de junho, o padre Rubem Leme Galvão, conhecido também como Padre Rubinho, aos 97 anos. Ele estava internado no Hospital Frei Galvão, em Guaratinguetá, e completaria 98 anos no próximo dia 27.

O velório aconteceu no convento novo de Aparecida, ao lado da Basílica. A Missa de Exéquias foi celebrada no Santuário Nacional de Aparecida, com transmissão ao vivo pela TV Aparecida, logo depois foi realizado o sepultamento.

Padre Galvão nasceu em Lavrinhas, no Vale Histórico, em 1924. Era o quarto dos oito filhos do casal Francisco Galvão Freire e Maria Luiza Leme Galvão e foi ordenado padre em outubro de 1948. Foi diretor da rádio Aparecida, radialista, jornalista, escritor, pescador e missionário redentorista. Estudou Filosofia e Teologia no Seminário Maior Santa Teresinha, em Tietê (SP), e iniciou suas atividades pastorais no Santuário Nacional de Aparecida em 1949.

Escreveu pela Editora Santuário os livros "Fatos Pitorescos das Missões Redentoristas" e "Quatro pneus cheios e um coração vazio".



Conheça mais sobre a gente aqui!



SE VOCÊ PROCURA UMA EMPRESA ESPECIALIZADA NO SEGMENTO, SÉRIA E SEGURA, **ESCOLHA A LÍDER!**



Do Fretamento Contínuo Empresarial ao Turismo Eventual, vá de **Redenção Turismo**. Com mais de 50 anos de experiência, só a líder pode oferecer com segurança o melhor serviço para você!

- Equipe treinada e ágil para atender sua empresa;
- Filiais no Vale do Paraíba e São Paulo, com atendimento e socorro 24h;
- Frota renovada e diversificada, com os recursos e tecnologias mais avançadas do mercado;
- Frota constantemente vistoriada pelos diversos órgãos reguladores (ANTT, ARTESP, EMTU e DTP).



Acompanhe nossos conteúdos



**REDENÇÃO**  
turismo



## POLÍCIA INVESTIGA AUTOR DE 4 TIROS EM SHOPPING DE GUARÁ; 2 JOVENS FORAM BALEADOS



■ Ana Lígia Dal Bello

A Polícia Civil investiga quem é o autor dos quatro disparos efetuados na noite do dia 11 de junho no Burity Shopping, em Guaratinguetá, e que feriram dois jovens, de 17 e 27 anos.

A dinâmica da situação também é investigada, porque disparos vieram do entorno para dentro da praça de alimentação, dificultando saber onde estavam o autor e as vítimas.

Até o momento, a polícia apurou que não consta registro criminal envolvendo a vítima adolescente, enquanto o outro ferido, de 27 anos, já foi vítima de furto uma vez.

Ainda não se sabe o que motivou o crime e nem as circunstâncias que levaram o homem a atirar em local público, com grande número de pessoas presentes. Além disso, a reação natural imediata das pessoas presentes dificulta análises técnicas e conclusões imediatas.

Foto: Reprodução

## TRABALHADORES APROVAM PROPOSTA DE INDENIZAÇÃO DA CAO A CHERY EM JACARÉI

■ Ana Lígia Dal Bello

Os trabalhadores da Caoa Chery, em Jacaréi, aprovaram em assembleia com o MPT (Ministério Público do Trabalho), no dia 10 de junho, o plano de indenização social para os que forem demitidos com o fechamento da fábrica.

No pacote aprovado, os 489 trabalhadores que serão desligados da planta receberão indenização de nove a 15 salários nominais (teto de R\$5 mil por salário). O valor varia conforme o tempo de serviço de cada um. O desligamento será efetivado no dia 1º de julho.

### Pacote

A fábrica chinesa se comprometeu a estender o convênio médico, o plano odontológico e o vale-alimentação por 12 meses, a partir da data de demissão, além de priorizar os atuais dispensados nas contratações relacionadas à modernização da planta, prevista para até 2025.

Segundo a direção da montadora, 100 trabalhadores permanecerão na fábrica em setores de vendas, pós-venda, manutenção, qualidade e logística. Dentro desse grupo estão cipeiros, acidentados e outros que têm estabilidade no trabalho. Aqueles que não quiserem ficar terão direito à indenização.

### Negociação

Durante 37 dias, sindicato e empresa negociaram o fim do impasse, período em que houve assembleias, passeatas, acampamento na fábrica, cobrança ao poder público e ações judiciais. Quando anunciou o fechamento da planta, em 5 de maio, a empresa limitou-se a oferecer uma indenização de três salários aos demitidos. O sindicato defendia a adoção de lay-off, o que foi rejeitado pela Chery.

Mesmo aprovando a proposta, a categoria exige que a produção de carros elétricos fique em Jacaréi, como prometido pela empresa.



Foto: Rosewell Cassio/Sind. Met. SIC

## SÃO JOSÉ TEM NOVOS SECRETÁRIOS NAS PASTAS DE MOBILIDADE URBANA E OBRAS

Novos nomes foram anunciados nesta segunda-feira (13) pela prefeitura

■ Gabriel Campoy

A Prefeitura de São José dos Campos anunciou na última segunda-feira (13) os novos nomes para comandar as secretarias de Mobilidade Urbana e de Obras do município.

Na Mobilidade Urbana entra o agora ex-secretário de Gestão Habitacional e Obras, Gláucio Lamarca Rocha, no lugar de Paulo Guimarães Junior, que deixa o posto para assumir o comando do Observatório Nacional de Segurança Viária. Já na secretaria de Obras, ocupada anteriormente por Rocha, entra o engenheiro civil Fábio Pasquini, que anteriormente atuava como diretor de Fiscalização da Secretaria de Proteção ao Cidadão.

Com 64 anos e formado em engenharia civil pela Universidade de Taubaté, Fábio Pasquini tem vasta experiência na iniciativa privada e pública, principalmente na Prefeitura de São José dos Campos, onde foi gerente de Projetos da Secretaria de De-

senvolvimento Econômico (1997/1999); diretor de Fiscalização da Secretaria de Obras e Habitação (1999/2000); diretor Operacional da Secretaria de Serviços Municipais (2001/2003); diretor de Obras Viárias da Secretaria de Transportes (2004/2008). Já passou pela Câmara Municipal de São José dos Campos e na Prefeitura de Taubaté. Desde 2017, estava como diretor de Fiscalização da Secretaria de Proteção ao Cidadão de São José dos Campos.

Gláucio Lamarca Rocha, 55 anos, é arquiteto e servidor público da Prefeitura de São José desde 1993. Ele iniciou sua carreira como monitor na Secretaria de Transportes, chegando a secretário da pasta. De 2013 a 2016, trabalhou na Secretaria de Obras no Departamento de Edificações. De 2017 a 2020, foi o superintendente do Instituto de Previdência do Servidor Municipal.



Fábio Pasquini



Gláucio Lamarca Rocha



# MANIFESTANTES DO MST TENTAM INVANDIR SEDE DA BAYER EM SÃO JOSÉ

■ Gabriel Campoy

A sede da empresa Bayer em São José dos Campos sofreu uma tentativa de invasão por parte de integrantes do MST (Movimento do Trabalhadores Sem Terra) na manhã do dia 10 de junho.

Muros da empresa na Rua Carlos Marcondes, no bairro Limoeiro, zona oeste do município, foram pichados. Em alguns deles é possível ler a frase "Agro Bayer é fome".

Além disso, algumas faixas de protesto foram penduradas na entrada do local e até o logo da empresa, em um canteiro central, foi incendiado pelos manifestantes.

De acordo com o perfil oficial do MST no Instagram, o motivo da "ocupação" seria o fato de a empresa ser, segundo o movimento, a líder mundial na produção de agrotóxicos, e o grande número de pessoas que passam fome no país.

"A Bayer exporta para o Brasil substâncias que são proibidas em boa parte do mundo. No Brasil, 1 pessoa morre de envenenamento por agrotóxico a cada 2 dias e cerca de 20% das mortes são de crianças e adolescentes de 0 a 19 anos", diz a publicação do MST.

Em nota enviada à reportagem do Portal Meon a Bayer afirmou condenar os danos estruturais cometidos durante a manifestação, destacou estar aberta para dialogar, mas considerar "inaceitável a ação violenta em uma sociedade democrática".

**Confira íntegra do comunicado:**

*"Diálogo e transparência são fundamentais para a Bayer. Nossas equipes estão em constante diálogo com diversos parceiros para disponibilizar soluções que contribuem com o fornecimento de alimentos de qualidade, respeitando o meio ambiente. Estamos cientes das preocupações dos manifestantes, mas estamos convencidos de que precisamos de sementes com tecnologia inovadora, proteção de cultivos e soluções digitais para enfrentarmos alguns dos maiores desafios do nosso tempo: produzir alimentos suficientes para uma população mundial crescente utilizando menos recursos. Nosso compromisso com a sustentabilidade é um elemento central da estratégia corporativa e de negócios da Bayer e um dos nossos valores fundamentais."*



Foto: Reprodução / Instagram

Acesse o QR Code e confira o vídeo

## INTERNET FIBRA ÓPTICA

## DE ULTRAVELOCIDADE

PLANOS A PARTIR DE

# 99,90

A MELHOR  
DA REGIÃO

www.nipfiber.com.br  
(12)2012-0000

**NIPBR**  
NIPFIBER



## USUÁRIOS DETÊM HOMEM QUE TERIA ASSEDIADO PASSAGEIRA NO ÔNIBUS EM SÃO JOSÉ



Foto: Reprodução/PMJSC

■ Da Redação

Passageiros de um ônibus da empresa Joseese detiveram um homem que teria assediado uma mulher dentro de um veículo que fazia a linha 222 que liga o Galo Branco, na zona leste, ao Jardim Aquários, na zona oeste. O suposto assediador pediu para descer do ônibus, mas foi contido por passageiros, com ajuda do motorista e cobradora. Ele não foi agredido.

O Consórcio 123, responsável pelas empresas que operam o transporte público na cidade, informou que a Polícia Militar foi acionada e que “motoristas e cobradores são treinados a agir em situações como essa, sempre buscando a ação da polícia”. O caso foi

registrado na DDM (Delegacia de Defesa da Mulher).



Acesse o QR Code e confira o vídeo com as imagens gravadas por passageiros

## PROMOTORIA DE TAUBATÉ DENUNCIA HOMEM QUE TATUOU ROSTO DA EX POR DOIS CRIMES



■ Da Redação

A Promotoria de Justiça de Taubaté denunciou Gabriel Coelho, de 20 anos, por lesão corporal e descumprimento de medida protetiva quando tatuou o próprio nome no rosto da ex-namorada, Tayane Caldas, de 18 anos, em Taubaté, no mês passado.

De acordo com o promotor Osvaldo de Oliveira Coelho, denunciado e vítima mantiveram relacionamento amoroso marcado por separações e reconciliações. Com o fim do namoro, o acusado teria feito várias ameaças à vítima que requereu a concessão de medida protetiva. Apesar da medida, Gabriel teria convencido Tayane a ir até sua casa, onde teria agredido a jovem com socos, exigindo que ela tatuasse o nome dele no rosto.

Diante da recusa, ela disse ter sido amarrada com um cadarço, passando a sofrer mais agressões até permitir que ele fizesse a tatuagem. Para dar a impressão de que foi consentido, o denunciado filmou a vítima dizendo que teria permitido o desenho. Segundo a Promotoria, a conduta do indiciado causou sofrimento físico e psicológico à vítima com o objetivo de intimidar, punir e humilhar. O homem continua preso e o caso tramita em segredo de Justiça.

Foto: Divulgação

## Casal de namorados é assassinado a tiros dentro de apartamento em Taubaté

■ Gabriel Campoy

Um casal de namorados foi morto a tiros dentro do apartamento em que moravam no bairro Cecap, em Taubaté, no último dia 10.

A polícia não tem nenhum indícios, até o momento, do que teria motivado o crime. Entre-tanto, de acordo com informações preliminares, a jovem tinha uma medida protetiva contra o ex-namorado. Ela possuía uma filha de sete anos com ele.

Os corpos foram encaminhados para o IML e o local do crime foi periciado. O caso será investigado pela Polícia Civil de Taubaté. Até o momento não há suspeitos.

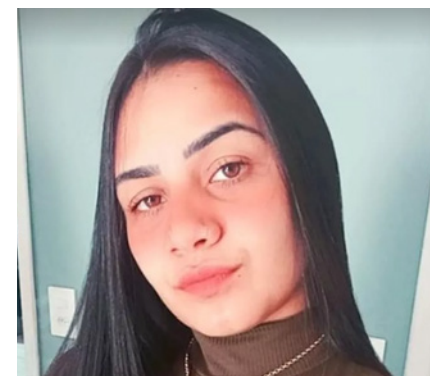


Foto: Arquivo Pessoal

## POLÍCIA PRENDE DOIS HOMENS SUSPEITOS DE PARTICIPAÇÃO NO SEQUESTRO DE EMPRESÁRIO JOSEENSE

■ Da Redação

Dois homens foram presos no dia 9 de junho suspeitos de sequestrarem um empresário de 44 anos em São José, no dia 4 de julho.

A vítima chegou a ficar quatro dias em cárcere privado. De acordo com informações da SSP-SP (Secretaria de Segurança Pública), os suspeitos foram detidos por um mandado de prisão temporária e autuados em flagrante por porte ilegal de arma. Mais dois homens seguem sendo investigados por envolvimento no crime.

O caso é investigado pelo Deic (Departamento Estadual de Investigações Criminais) de São José dos Campos.

O empresário foi sequestrado na rua Pedro de Toledo, próxima ao Parque Santos Dumont, na região central de São José dos Campos.

Na ocasião, de acordo com o relato da esposa da vítima, três homens teriam abordado o casal, sendo que um deles estava armado. Eles renderam o empresário e levaram a vítima em um carro Fiat Doblo Essence prata que, mais tarde, acabou identificado com o auxílio das câmeras de vigilância da cidade.

De acordo com informações, o homem sequestrado trabalha no mercado de ações, e um dos mandantes do sequestro havia dado uma quantia de aproximadamente R\$ 100 mil para que ele fizesse aplicações. Contudo, após o investimento dar prejuízos, a vítima começou a receber ameaças de morte.



Foto: Divulgação



## TIROS EM RAVE DE FUNK EM CAÇAPAVA ATINGEM DOIS JOVENS

■ Ana Lúgia Dal Bello

Dois jovens foram baleados em uma rave de funk na casa de shows UM33, às margens da Via Dutra, em Caçapava. O caso aconteceu por volta de 1h do dia 12, na festa intitulada Nitromania.

As vítimas foram socorridas pela ambulância do evento ao pronto-socorro de Caçapava. Nas redes sociais, a organização do evento lamenta o ocorrido e pede que testemunhas forneçam informações sobre o que aconteceu, com garantia de sigilo.

Testemunhas teriam visto um homem sacar a arma e efetuar os disparos. Ninguém foi preso até o momento. A Polícia Civil investiga o caso.



## POLÍCIA INVESTIGA SUPOSTO SEQUESTRO DE COMERCIANTE DE APARECIDA



■ Ana Lúgia Dal Bello

A Polícia Civil investiga o suposto sequestro de um comerciante de Aparecida, que deixou a cidade em 29 de maio, sem avisar os familiares.

Segundo a DIG (Delegacia de Investigações Gerais) de Guaratinguetá, responsável pelas investigações, com auxílio de imagens de câmeras de monitoramento, a polícia apurou que não se tratava de sequestro. A equipe de investigação recriou o percurso feito pelo comerciante, sempre a pé e sozinho, até a rodoviária de Aparecida, local a partir do qual

não foi mais visto.

A polícia verificou que o homem tentou acessar sua caixa de e-mail e encontrou a localização de seu celular, mas não iniciou as diligências nos locais apontados porque ele fez contato com a família. O homem retornou para sua casa no dia 12 de junho.

A polícia iniciaria as buscas nos locais levantados a partir do dia 14, mas com o contato do comerciante, suspendeu as ações.

## BALSAS DA CESP ESTÃO GARANTIDAS ATÉ DEZEMBRO EM PARAIBUNA E NATIVIDADE

■ Da Redação

O prefeito da Estância Turística de Paraibuna, Victor Miranda (Vitão), participou na quarta-feira (15) de uma audiência virtual da Justiça Federal, para discutir o futuro das balsas da CESP (Companhia Energética de São Paulo), que operam em Paraibuna e Natividade da Serra.

Segundo Vitão, os dois municípios conseguiram garantir o serviço por mais 180 dias. "Dia 13 de dezembro deste ano iremos participar de uma nova audiência", disse o prefeito de Paraibuna.

A operação das balsas estava previsto para ser encerrado pela CESP no dia 3 de junho, após mais de 40 anos do serviço gratuito oferecido pela companhia nas duas cidades.

Uma representação da Procuradoria Jurídica de Paraibuna, junto ao Ministério Público Federal de São José dos Campos, levou o MPF a mover uma ação contra a CESP e a União, alegando que a população de Paraibuna e Natividade da Serra não poderiam ser penalizadas com o fim do serviço. Uma liminar concedida pelo Justiça Federal impediu a CESP de suspender as operações no começo do mês, como estava previsto.

LANÇAMENTO | PQ. INDUSTRIAL

NEXT  
HOME

MORE NO FUTURO. VIVA O AGORA.

2<sup>E</sup>3  
DORMS



TECNOLOGIA



SAÚDE

DIVERSÃO



Perspectiva ilustrada da fachada.



VISITE O STAND

Marginal da Avenida Bacabal  
Av. Dr. João Batista de Souza Soares - Pq. Industrial  
(altura do n° 2899)

mvituzzo  
MVITUZZO.COM.BR/NEXT

(12) 99714.0093

M VITUZZO  
EMPREENDIMENTOS



## CURSO DE QUALIFICAÇÃO PAGA BOLSA DE ATÉ R\$ 600 EM S. JOSÉ



Foto: Adenir Brito

### Da Redação

Um convênio com o Governo Federal oferece curso de qualificação para pessoas incluídas no CadÚnico em São José dos Campos. A Prefeitura firmou o convênio para disponibilizar cursos de Microempreendedor Individual, com bolsa-formação de até R\$ 600 para os estudantes, condicionado à frequência.

Serão formadas 13 turmas com um total de 500 vagas. Os cursos são presenciais com carga horária de 160 horas, terminando em novembro.

As inscrições podem ser feitas pelo link do Programa Qualifica São José, escolhendo a opção do curso Microempreendedor Individual.

Podem participar pessoas inscritas no Cadastro Único para Programas Sociais do Governo Federal, ter no mínimo 18 anos e Ensino Fundamental I (1º ao 5º ano) completo.

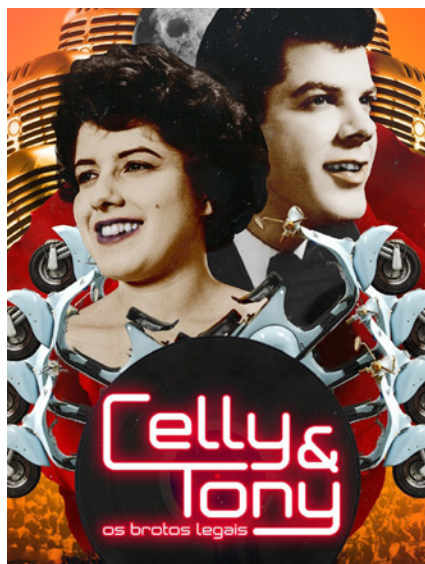
### Serviço

- Curso: Microempreendedor Individual
- Carga-horária: 160 horas
- Modalidade: Presencial
- Bolsa-Formação para estudantes: R\$ 600 condicionado à frequência
- Total de vagas em 2022: 500 vagas



Acesse o QR Code e faça sua inscrição

## TEATRO METRÓPOLE DE TAUBATÉ VAI EXIBIR O DOCUMENTÁRIO “CELLY & TONY, OS BROTOS LEGAIS”



### Da Redação

O documentário “Celly & Tony, os brotos legais”, será exibido na próxima quinta-feira, dia 23, às 19h, no Teatro Metrôpole.

A apresentação terá entrada gratuita e faz parte das comemorações dos 80 anos da cantora Celly Campello. O documentário apresenta a vida dos primeiros ídolos do rock'n roll no Brasil: Celly e Tony Campello. Saídos da cidade de Taubaté, levaram esse ritmo jovem para todo o país, tornando-se uma linha divisória na história musical da juventude brasileira na década de 50.

Com depoimentos de historiadores e pesquisadores, como Marcelo Fróes, e cantores, como Renato Teixeira e Wanderleia, o documentário mostra que a cidade de Taubaté foi o berço nacional do Rock, através dos irmãos Campello.

Os ingressos serão disponibilizados na portaria do Teatro Metrôpole a partir das 18h do dia da apresentação. O Teatro Metrôpole fica na Rua Duque de Caxias, 312, Centro de Taubaté.

## Escola do Trabalho abre inscrições para cursos no Areão

### Da Redação

A Prefeitura de Taubaté, por meio da Secretaria de Educação, abriu inscrições de cursos profissionalizantes gratuitos na Escola do Trabalho do Areão. A unidade fica localizada na avenida Santa Cruz do Areão, 1735, em Taubaté.

Estão disponíveis cursos de beleza e de artesanato: manicure e pedicure, designer de sobrancelha, crochê

(iniciante), bordado da vovó (iniciante), pintura em tecido (iniciante e avançado), feltro (intermediário), decupagem (avançado) e patch applique (iniciante e avançado). Os cursos só acontecerão se forem preenchidas, no mínimo, 70% das vagas ofertadas. O aluno poderá fazer apenas um curso por vez.

Mais informações pelo telefone: (12) 3624-7144.



Foto: Divulgação

## SÃO JOSÉ TEM ESQUEMA ESPECIAL PARA VACINAÇÃO DURANTE TODO O FERIADO PROLONGADO

### Da Redação

A Prefeitura de São José dos Campos, em parceria com o Laboratório Cipax, fará um plantão especial de vacinação contra a Covid-19 e Influenza neste final de semana. A ação especial tem início neste feriado prolongado de Corpus Christi e segue até domingo (19).

Nesta sexta-feira (17), a unidade Vale Sul Shopping do Laboratório Cipax atenderá das 9h às 16h, para vacinação contra a Covid e Influenza.

Já as UBS's Resolve (Unidades Básicas de Saúde) do Parque Industrial, região sul, Vila Tatetuba, região leste, e de Santana, região norte, irão atender das 8h às 17h, com todas as vacinas disponíveis no calendário. É uma ótima oportunidade para as pessoas completarem o esquema vacinal e se protegerem também contra doenças como a poliomielite, meningite e hepatite.

A vacinação continua no final de semana na unidade do Laboratório Cipax no Vale Sul Shopping. No sábado (18), das 12h às 18h e no domingo (19), das 9h às 18h.

A prefeitura reforça que a imunização é o melhor caminho para evitar o surgimento de novas variantes e o aumento de casos, internações e óbitos por Covid. A cidade, assim como o país, continua com baixa adesão das crianças e com faltosos nas doses de reforço.

A Administração Municipal alerta ainda que diversos grupos já podem receber as doses de reforço contra a covid-19. Para isso, é preciso respeitar um intervalo de no mínimo 4 meses desde a última dose da vacina contra a covid-19.

### 3ª dose/1ª dose de reforço para adolescentes

Todos os adolescentes de 12 a 17 anos já podem receber a 1ª dose de reforço da vacina contra a covid-19.

### 4ª dose/2ª dose de reforço

Todas as pessoas com 50 anos ou mais e todos os trabalhadores da área da saúde dos serviços públicos e privados, nos mais diferentes níveis de complexidade, sejam eles hospitalares, clínicas, ambulatórios, laboratórios, entre outros, já podem receber a 4ª dose/2ª dose de reforço

### 5ª dose/3ª dose de reforço

As pessoas com 50 anos ou mais que tenham imunossupressão (veja a lista abaixo) já podem receber a 5ª dose/3ª dose de reforço contra a Covid-19.



# TREMEMBÉ REALIZA 33ª ROMARIA FLUVIAL DOS PESCADORES DO VALE DO PARAÍBA

## Redação

A 33ª edição da Romaria Fluvial de Canoas e Barcos de Pescadores do Vale do Paraíba será realizada no dia 3 de julho. A saída está prevista para às 7h, do Padre Eterno, em Tremembé, com destino ao Santuário Nacional de Aparecida.

No trajeto haverá parada no Bosque da Princesa, em Pindamonhangaba, programada para às 10h, e depois às 12h no antigo Porto de Areia Mantiqueira, em Moreira César. A chegada em Aparecida está prevista para às 16h.

A Prefeitura de Tremembé convida barqueiros e pescadores do município e de toda a região do Vale do Paraíba para participar da procissão pelo rio Paraíba do Sul. O objetivo é atrair devotos de toda a região, principalmente das cidades de Tremembé, Caçapava, Taubaté, Redenção da Serra, Natividade da Serra, Pindamonhangaba, Roseira, Potim, Aparecida e Areias.

Para mais informações, os interessados podem entrar em contato por telefone (12) 99139.5636, ou por e-mail pescadoresdovaledoparaiba@gmail.com. Este evento é uma realização da Colônia de Pescadores Profissionais Emílio Varolli, com o apoio da Secretaria de Turismo e Cultura de Tremembé.



Foto: Divulgação/Prefeitura de Tremembé

UMA DAS **BIG 5**  
ATTITUDE CHANGES EVERYTHING



PRESENTE NAS PRINCIPAIS CIDADES DO **PAÍS** **LÍDER NO MIDDLE MARKET**

**35** SÓCIOS **R\$257,3** MILHÕES  
RECEITA EM 2019  
**1.713** PROFISSIONAIS

**83%** DOS CLIENTES **CONFIRMAM QUE A BDO ATENDE OU SUPERA AS EXPECTATIVAS**

AUDITORIA | CONSULTORIA | TAX | OUTSOURCING

#SOMOSBDO  
Tel (12) 3941-4262

**BDO**





# ALIMENTAÇÃO ESTRATÉGICA

## ROTINA ALIMENTAR SAUDÁVEL AJUDA A EVITAR GANHO DE PESO NO INVERNO

■ Da Redação

O inverno começa em 21 de junho. O período é considerado propício a oscilações no peso, sobretudo por causa do frio, que combina falta de motivação para praticar exercícios e mais desejo de consumir alimentos gordurosos.

Uma manobra para driblar esse ritmo é variar sabores de caldinho para aquecer as noites e separar e congelar marmitas balanceadas para toda a semana, criando uma rotina alimentar que previna deslizos.

“No inverno, é comum haver uma busca natural por conforto na comida, para compensar o frio. Da mesma forma, o apetite costuma aumentar, e comidas mais gordurosas tendem a ser escolhas. Para quem quer assegurar continuidade a hábitos saudáveis e manter a forma, por exemplo,

é preciso pensar em estratégias para driblar essa propensão às fugas da rotina alimentar mais equilibrada”, explicou Fernanda do Val, educadora física e proprietária da Santo Sabor Saudável, empresa de congelados fit e São José dos Campos.

### Rotina organizada

Separar um dia da semana para planejar e providenciar o cardápio da semana é uma dica da especialista para obter mais sucesso no empenho em permanecer na linha.

Boas opções de caldinho são os mais robustos, como os de mandioca e mandioquinha, que podem ser incrementados com frango desfiado, e o de feijão.

“Eles podem ser congelados em porções, de maneira que sempre es-

tejam disponíveis em diferentes sabores na hora da refeição. Ter tudo à mão evita que a pessoa recorra a opções mais fáceis, mas muitas vezes danosas à saúde, como no caso de alimentos processados ou industrializados”, reforçou.

A dica da marmita congelada é válida porque “no médio período em que a comida estiver no freezer, terá suas propriedades nutricionais preservadas. O único cuidado é não incluir saladas in natura nessas porções combinadas. O que pode ser feito é criar, em paralelo, saladas de pote para os dias da semana. Elas devem estar em recipientes de vidro bem higienizados, fechados e armazenados em 2 refrigerador”, orientou a educadora Fernanda do Val.

“  
No inverno, é comum  
haver uma busca  
natural por conforto  
na comida, para  
compensar o frio.  
Da mesma forma,  
o apetite costuma  
aumentar, e comidas  
mais gordurosas  
tendem a ser  
escolhas.

”



# Venha conhecer Guaratinguetá!

*Venha se encantar!*

*Turismo de  
Aventura*

Atrativos religiosos,  
naturais e culturais.  
Nossa cidade oferece diversas  
opções para diferentes públicos.  
Fiéis, aventureiros, estudiosos,  
famílias. Guaratinguetá é para todos.



*Turismo Rural*



*Turismo  
Histórico*



*Turismo  
Cultural*



*Turismo da  
Fé*



*Turismo Ecológico  
e de Montanha*

*Turismo  
Gastronômico*







# CRESCER O INTERESSE POR HARMONIZAÇÃO FACIAL

## Artigo

A harmonização facial vem atraindo o interesse e a curiosidade dos brasileiros. De acordo com a Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica, os procedimentos envolvem uma série de aprimoramentos estéticos faciais, como preenchimento com ácido hialurônico, aplicação de toxina botulínica, lifting facial, entre outros.

As técnicas são feitas com base em uma série de procedimentos estéticos sem cirurgias, apenas com preenchimentos injetáveis, bioestimuladores de colágeno e outras práticas minimamente invasivas que prometem deixar os traços faciais mais equilibrados. Durante o procedimento, geralmente são corrigidas características como tamanho da boca, das bochechas e até do nariz, além de rugas e flacidez, melhorando a proporção da face.

No Google, a busca pelo termo harmonização facial aumentou 450% entre 2019 e 2020.

O método já foi adotado por diversas celebridades, principalmente aquelas que desejam uma aparência mais satisfatória para a realização de trabalhos nas redes sociais.

A rapidez do resultado da harmonização facial e a possibilidade de dispensar as cirurgias com bisturis, mais invasivas, também são vantagens que os indivíduos encontram nesses procedimentos.

### Busca por padrões de beleza

A harmonização facial ficou muito famosa nas redes sociais, e a insatisfação com características do rosto também pode ter sido impulsionada pela pressão estética nas famosas “selfies”. Muitas pessoas acabam tendo problemas de autoestima justamente por se compararem com padrões irreais de beleza.

Por isso, é sempre importante refletir antes de realizar o procedimento e não exagerar na dose, pois isso pode causar ainda mais insatisfação quanto a própria aparência. Para começar a realizar esse tipo de intervenção é interessante pesquisar sobre os procedimentos e conversar diretamente com um profissional habilitado e de confiança.

A harmonização facial busca definir os pontos do rosto que podem ser melhorados ou realçados, mas de forma natural. Devem ser realizados procedi-

mentos sem exageros, a fim de evidenciar a beleza da própria pessoa.

Para realizar a harmonização facial, o primeiro passo é fazer a avaliação com um especialista, para que ele possa entender seus objetivos com o procedimento. Assim, o profissional vai identificar quais áreas do rosto causam desconforto e quais intervenções são indicadas para o caso.

Depois que essa definição é estabelecida, o especialista marca uma data para a realização dos procedimentos, que podem precisar de diferentes sessões para chegar ao resultado final. Como o tratamento é minimamente invasivo, atingindo apenas as camadas mais superficiais da pele, não costuma gerar dor nos pacientes.

A harmonização facial é considerada segura e eficiente quando realizada por profissionais especializados. Nesses casos, os efeitos costumam durar cerca de um ano e meio, e depois precisam ser atualizados, para manter os resultados gerados pelo procedimento. É importante ressaltar que os procedimentos devem ser feitos apenas por especialistas.

“É SEMPRE IMPORTANTE  
REFLETIR ANTES  
DE REALIZAR O PROCEDIMENTO  
E NÃO EXAGERAR NA DOSE,  
POIS ISSO PODE CAUSAR  
AINDA MAIS INSATISFAÇÃO  
QUANTO A PRÓPRIA APARÊNCIA”



**Dr. Alan Ribeiro,**  
Biomédico esteta, pós-graduado  
em harmonização facial





# MEON MENU

## UMA VIAGEM GASTRONÔMICA PELAS CIDADES

**PREPARE  
O APETITE!**

*O melhor da gastronomia  
você encontra no Portal Meon.*

Entrevistas, receitas, dicas de restaurantes, os  
melhores serviços delivery e promoções exclusivas de  
um verdadeiro clube gastronômico on-line.

**meon**

ACESSE [WWW.MEON.COM.BR](http://WWW.MEON.COM.BR)  
E RECEBA AS INFORMAÇÕES DOS MELHORES  
AROMAS E SABORES DE SÃO PAULO





# meon

apresenta







Em cada programa um roteiro completo com dicas de hospedagem, gastronomia, destinos e aventuras nas cidades da RMVale.

# TODO SÁBADO ÀS 10H





# VÔLEI SÃO JOSÉ

## APRESENTA DOUGLAS SOUZA E OUTROS REFORÇOS PARA TEMPORADA 2022/23



Foto: Adenir Britto/PMSJC

### ■ Gabriel Campoy

Em evento realizado na Arena Farma Conde, o Vôlei São José anunciou suas primeiras contratações para a temporada 2022/23, com destaque para o campeão olímpico Douglas Souza.

Campeão olímpico pela seleção brasileira de voleibol em 2016, nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro, o ponteiro retornou ao Brasil após uma breve passagem pelo vôlei italiano.

Nas últimas semanas, após diversas especulações, Douglas afirmou através de sua página oficial no Twitter que já havia acertado contrato com um clube brasileiro para a próxi-

ma temporada. Contudo, somente no final do último mês foi oficializado sua vinda para o time joseense.

Além de Douglas Souza, o evento também serviu para a apresentação do levantador Matheus Brasília, do líbero Rogerinho e do ponteiro Rodrigo Leandro. Carlos Scwanke, treinador da equipe anunciado recentemente, também participou da solenidade.

Na ocasião a diretoria do Vôlei São José ainda confirmou a contratação de dois reforços estrangeiros: Robert Täht, atleta da Estônia e que estava no voleibol da Polônia; além do

cubano Michael Sanchez, que estava no Minas. O elenco conta agora com 10 jogadores confirmados, e a diretoria pre-

tende aumentar esse número nas próximas semanas com mais contratações ou pinçando atletas das categorias de base.

A EQUIPE QUE IRÁ DISPUTAR A SUPERLIGA MASCULINA DE VÔLEI NA TEMPORADA 2022/23, NA ELITE, TERÁ SEU PRIMEIRO COMPROMISSO NO DIA 12 DE AGOSTO, PELO CAMPEONATO, CONTRA O ATIBAIA.



# JOGOS ESCOLARES

COMPETIÇÃO COM 10 MODALIDADES ENVOLVE MAIS DE 1.500 ALUNOS DA REDE MUNICIPAL

A 33ª EDIÇÃO DOS JOGOS ESCOLARES SERÁ REALIZADA ATÉ DEZEMBRO E MOVIMENTA 49 ESCOLAS MUNICIPAIS

Da Redação

A abertura da 33ª edição dos Jogos Escolares da rede de ensino municipal aconteceu na terça-feira (14) em clima de festa e união no Ginásio do Sesi-SP (Serviço Social da Indústria). O evento reuniu cerca de 1.000 pessoas, entre alunos das 49 escolas municipais, professores, equipe técnica da Secretaria de Educação e convidados.

As competições vão acontecer em diversos espaços esportivos da cidade, com a participação de mais de 1.500 estudantes. A programação segue até

dezembro, finalizando com cerimônia de encerramento e premiação dos alunos vencedores.

Os Jogos Escolares buscam promover a interação entre os alunos e escolas para o desenvolvimento de valores que contribuam na formação cidadã, proporcionar aos estudantes a prática em diversas modalidades esportivas em ambientes seguros e de forma amistosa, com destaque para o Fair Play (jogo limpo) e reconhecimento pelo trabalho dos professores de Educação Física.



Foto: Claudio Vieira/PMSJC

## Há 18 anos, a TOTVS acredita e investe no Vale do Paraíba.

Somos a maior empresa de tecnologia do País, 100% brasileira. Líderes absolutos em software de gestão.

Há 18 anos, escolhemos estar na região com uma unidade exclusiva para garantir atendimento e proximidade aos nossos clientes do Vale do Paraíba. O nosso compromisso, mesmo nos momentos mais adversos, é garantir o seu negócio.

Conheça nosso portfólio de soluções que vão muito além do ERP.

Fale com a gente.

TOTVS Sudeste Meridional – Unidade Vale do Paraíba:

(12) 3600-8080 | [linktr.ee/totvstsm](https://linktr.ee/totvstsm)

A  
TOTVS  
ACREDITA NO  
BRASIL  
QUE

FAZ

TOTVS

FAZ  
FAZ  
FAZ  
FAZ





# ILHABELA

## MUNICÍPIO ESTÁ NO TOP 10 DOS DESTINOS DE HOSPEDAGEM SUSTENTÁVEL

Da Redação

Ilhabela foi eleita um dos 10 destinos brasileiros para se hospedar de forma sustentável pela Booking.com, um dos maiores sites internacionais de reservas de acomodações.

O resultado foi divulgado recentemente no Relatório de Viagens Sustentáveis 2022, maior pesquisa já realizada sobre o assunto pela Booking.com, em 32 países, com mais de 30.000 viajantes abordados. Ilhabela é a segunda colocada no ranking, atrás de Búzios (RJ).

O relatório destaca ainda Ilhabela pela oferta de experiências ao ar livre, indicando o nascer do sol em Castelhanos, o mergulho em naufrágios e a observação de vida marinha, além das belas praias, da cultura caiçara, trilhas, mirantes, ca-

choiras e biodiversidade.

“Ficamos muito contentes com o resultado divulgado pela Booking.com, ainda mais porque expressa a opinião de turistas nacionais e internacionais”, disse o prefeito Toninho Colucci. “Sem dúvida este é o tipo de reconhecimento que se torna um diferencial competitivo para o destino, gerando turismo de qualidade e movimentando nossa economia”, acrescentou.

O estudo apontou que nove em cada dez brasileiros pretendem se hospedar em uma acomodação sustentável no próximo ano. Para ajudar os viajantes a encontrarem essas propriedades de forma fácil e prática, a Booking.com criou no fim do ano passado o selo

Viagens Sustentáveis, que reconhece esforços de sustentabilidade adotados por acomodações. Há ainda um filtro que os viajantes podem utilizar nas buscas feitas na plataforma, para selecionar propriedades com selo.

A secretária de Desenvolvimento Econômico e do Turismo, Luciane Leite, destaca a tendência pela busca de viagens mais sustentáveis e o trabalho que já é realizado no município com o selo Green Ilhabela: Este reconhecimento mostra que estamos no caminho certo, trabalhando junto com os empresários a questão da sustentabilidade e sendo valorizados por isso. Com certeza é uma grande conquista para Ilhabela como destino turístico.”

“  
Sem dúvida  
este é o tipo de  
reconhecimento  
que se torna  
um diferencial  
competitivo  
para o destino,  
gerando turismo  
de qualidade e  
movimentando  
nossa economia.

”



# FESTIVAL DA TAINHA

Após dois anos, Caraguá volta a promover um dos mais tradicionais eventos gastronômicos da cidade

■ Da Redação

Depois de dois anos, um dos eventos gastronômicos mais tradicionais e aguardados do Litoral Norte está de volta. Com novo nome, a 17ª edição do 'Festival da Tainha & Pescados Caiçaras' de Caraguatatuba será realizado entre os dias 7 e 10 de julho, no Entreposto de Pesca do Porto Novo, na região sul do município. A mudança do local foi um pedido da Associação dos Pescadores da zona sul da cidade.

O evento, que já é sucesso na cidade há mais de uma década, promete agradar o público mais uma vez com as diversas receitas típicas preparadas à base da iguaria litorânea, incluindo a famosa tainha espalmada (aberta). Além da protagonista do festival, o cardápio terá a comercialização de pratos elaborados com outros pescados.

Segundo a secretária de Turismo, Maria Fernanda Galter Reis, o retorno da festa para o entreposto foi um pedido da Associação dos Pescadores da Zona Sul de Caraguatatuba (Assopazca). "A comunidade pesqueira sugeriu a saída da Praça de Eventos por entender que no entreposto há maior valorização da cultura caiçara e do Rio Juqueriquerê, além do espaço propiciar a venda dos peixes in natura", disse.

Nesta edição, outra novidade é a volta dos tradicionais passeios de barco pelo Rio Juqueriquerê, principal rio navegável do Litoral Norte. Os moradores e turistas que tiverem interesse na atração deverão procurar as empresas responsáveis no espaço do evento. Com o objetivo de fortalecer a cultura, incentivar o turismo e movimentar a economia da cidade, a expectativa é que sejam comercializados mais de 15 toneladas de pescados, colocados à venda nas mais variadas formas. Além disso, o evento espera reunir ao menos 30 mil pessoas durante os quatro dias de festa.

A programação completa do evento será divulgada em breve. O 17º Festival da Tainha & Pescados Caiçaras é organizado entre a parceria da Prefeitura, por meio da Secretaria de Turismo (Setur), e Associação dos Pescadores da Zona Sul de Caraguatatuba (Assopazca), com apoio do Conselho de Turismo (Comtur).



17º 'FESTIVAL DA TAINHA & PESCADOS CAIÇARAS' SERÁ REALIZADO ENTRE OS DIAS 7 E 10 DE JULHO NO PORTO NOVO, MUDANÇA DO LOCAL ATENDE A PEDIDO DA ASSOCIAÇÃO DOS PESCADORES DA ZONA SUL



# MARCIO DONATO

## APRESENTA NOVO SHOW EM CARAGUÁ

Humorista apresenta seu novo Stand Up 'Nossa... Como o mundo tá chato!' no Teatro Mario Covas



Da Redação

O humorista Marcio Donato está de volta a Caraguatatuba com seu novo show de Stand Up 'Nossa... Como o mundo tá chato!'. A apresentação é neste sábado (18), às 20h, no TMC – Teatro Mario Covas.

Os ingressos para o show podem ser adquiridos antecipadamente pelos sites Bilheteria Express, Sympla ou na Livraria Mar de Letras, localizada no Caraguá Praia Shopping, no Centro da cidade, por R\$ 70 a inteira e R\$ 35 a meia entrada.

Em seu quarto espetáculo, o humorista Marcio Donato relata algumas situações atuais as quais demonstram como o mundo está mudando e ficando

cada vez mais chato. A forma como as pessoas estão se comportando e as regras da pandemia são bons exemplos para demonstrar o descontentamento do humorista com os dias de hoje.

### Grupo 4 Amigos

Marcio Donato é integrante do grupo 4 Amigos, com Thiago Ventura, Dihh Lopes e Afonso Padilha, e destaca-se por sua versatilidade em abordar variados temas em cima do palco. Conhecido por sempre demonstrar indignação e por seu temperamento explosivo, Donato desabafa tudo de maneira muito engraçada e leva o público a cair na gargalhada.



**Serviço** Stand Up  
 “Nossa... Como o mundo tá chato!”  
 Marcio Donato

- Data: 18 de junho (sábado)
- Horário: 20h
- Ingressos: R\$ 80 (inteira) | R\$ 40 (meia)
- Pontos de Venda:
  - www.bilheteriaexpress.com.br
  - www.sympla.com.br
  - Livraria Mar de Letras: Avenida Dr. Arthur da Costa Filho, 937 Centro de Caraguatatuba
- Classificação 16 anos
- Local: Avenida Goiás, 187, Indaiá, Caraguatatuba
- Mais informações: (12) 3881-2623





# Rapidez e agilidade em um só lugar.

**ESPAÇO DE ATENDIMENTO AO CIDADÃO**

**Protocolo**

**Receita**

**PAT**

**Anexo Fiscal**

**Sebrae**

**Sala do Empreendedor**

**Banco do Povo**

**Junta Militar**

**Assistência Social**

**Procon**



Av. Princesa Isabel, 1333 - Perequê



/Prefeituralilhabela

[ilhabela.sp.gov.br](http://ilhabela.sp.gov.br)







Foto: Paulo Amaral / FCCR

# COMEÇA 32º FESTIDANÇA

FESTIVAL LEVA A DANÇA PARA AS PRAÇAS, PARQUES, TEATROS E CASAS DE CULTURA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

■ Da Redação

A 32ª edição do Festidança, um dos mais expressivos festivais de dança do país, começou nesta quinta-feira (16) e segue até o dia 26 de junho. Com o tema “A Dança e Suas Faces”, o evento chega a praças, parques, teatros e casas de cultura com danças clássicas, urbanas, populares, étnicas, de salão, jazz, jam session e sapateado. Mas o Festidança é muito mais que isso.

Além dos espetáculos, o Festival promove também workshops, residências, rodas de conversa e encontros, sempre com grandes profissionais.

Serão três Mostras de Dança não competitivas: Prelúdio da Dança (Mostra Infanto-juvenil para bailarinos até 12 anos), Fest In Dança (Mostra de processos coreográficos, com linguagem contemporânea) e Parale-

las de Dança (danças clássicas e contemporâneas, urbanas, populares, jazz e sapateado) – todas compostas por coreografias selecionadas em edital, dando oportunidade a grupos e academias de abrangência nacional.

O 32º Festidança também é palco de reflexões e traz para debate o tema “O Breaking e seus novos horizontes”, sobre o estilo de dança ur-

bana, originário dos Estados Unidos, que passa a ser modalidade olímpica após ser reconhecida como forma de atletismo. É o universo da cultura se fundindo ao do esporte e o Festival dando oportunidade da difusão desse novo entendimento.

Todas as apresentações são gratuitas. Nos teatros, as reservas deverão ser feitas no site da Fundação Cultural.



# MAESTRO JOÃO CARLOS MARTINS

## PARTICIPA DO FESTIVAL MUSICAL DE OUTONO DE LORENA

Apresentação gratuita da Bachiana Filarmônica do Sesi acontece na noite deste sábado

■ Da Redação

O maestro João Carlos Martins vem a Lorena, neste sábado (18), para reger a Bachiana Filarmônica, do Sesi. O espetáculo faz parte da programação do Festival Musical de Outono, que começou nesta sexta (17) e segue até domingo (19), sempre das 19h às 22h.

A apresentação do maestro acontece às 20h, na Praça Doutor Arnolfo de Azevedo. De acordo com a organização, todos os protocolos sanitários contra covid serão respeitados.

A programação da orquestra inclui clássicos da música erudita e popular.

Mantida pelo Sesi-SP e sob a direção do maestro João Carlos Martins, a Bachiana representa ação relevante no apoio à música erudita e ao desenvolvimento de seus integrantes. Assim, abre múltiplas oportunidades profissionais e leva a cultura da música erudita a milhares de brasileiros.

Considerado um dos maiores intérpretes de Johann Sebastian Bach (1685- 1750), João Carlos Martins atingiu um patamar raramente alcançado por outros músicos brasileiros no século XX. Um dos pontos altos de sua carreira foi a gravação da obra completa para teclado desse gênio da música.

Logo após, devido a problemas físicos, o maestro brasileiro teve que abandonar a carreira de pianista, canalizando sua paixão para a regência.

Desde 2009 a Orquestra é composta por 45 músicos oriundos da Bachia-



Foto: Divulgação

na Jovem e 20 músicos da Orquestra Bachiana Filarmônica e através deste trabalho ininterrupto a Orquestra prossegue promovendo a democratização cultural, realizando apresen-

tações de música erudita pelo Brasil.

Todas as apresentações do Festival Musical de Outono são gratuitas. O evento conta ainda com feira artesanal e espaço para alimentação, com

hambúrgueres artesanais, chopp e cerveja artesanal, caipirinhas diversas, comida mexicana, churros gourmet, delicias assadas em pit smoker, torresmo de rolo, batatas e pasteis gourmet.



## ARTE &amp; VIDA

## CLASSICAL QUEEN

BANDA É A PRIMEIRA DO BRASIL NO SITE OFICIAL DO QUEEN



GRUPO BRASILEIRO REPRODUZ COM DETALHES OS FIGURINOS E A PERFORMANCE DA BANDA INGLESA

■ Da Redação

O Classical Queen volta ao Teatro Colinas, de São José dos Campos, com o cover que reproduz com detalhes um espetáculo do Queen em sua formação original, com Freddie Mercury, Brian May, Roger Taylor e John Deacon. O show acontece nesta sexta-feira (17), às 21h, e tem classificação livre.

Com Cassiano Carvalho nos vocais, piano e violão, Fernando Gamba na guitarra e backing vocals, Júlio Abrileri no baixo e backing

vocals e Anderson Macedo na bateria e backing vocals, o Classical Queen traz a oportunidade dos fãs assistirem à uma reprodução minuciosa do Queen, recriando com detalhes figurinos e performance.

O grupo tem ainda um diferencial único: um vocalista que toca piano, como o próprio Freddie Mercury.

A Classical Queen tem 17 anos de carreira e foi a primeira banda do Brasil a entrar no site oficial do Queen (quenworld.com).

No ano de 2018, a banda foi selecionada pela 20th Century Fox para tocar na pré-estreia do filme “Bohemian Rhapsody”, no Allianz Parque (Estádio do Palmeiras).

O grupo já participou de programas como MTV Covernation, MTV Rocka Rolla, da exposição Let’s Rock na Bienal do Ibirapuera, além de apresentações memoráveis em diversos clubes do do Brasil e vários países da América Latina, com mais de 150 shows anuais.

## Serviço

- **Classificação:** livre.
- **Ingressos:** R\$ 80 (inteira) e R\$ 40 (meia).
- **Meia entrada:** Crianças a partir de 2 anos até 11 anos e 6 meses; estudantes; idosos, e professores da rede pública pagam meia entrada.
- **Promoção:** O valor da inteira cai para R\$ 60 para quem doar um quilo de alimento não perecível.





# MUITO MAIS QUE UM PROGRAMA DE TELEVISÃO.

CONTEÚDOS EXCLUSIVOS QUE  
LEVARÃO VOCÊ A REFLEXÕES  
TRANSFORMADORAS.

## EM FRENTE!

*Com André Chiga*

NÃO PERCA!  
Todos os sábados às 10h30

Oferecimento:



Apresentação:





MEOW //



LUÍS PHYTTTON

# SECOS & MOLHADOS



Quase 200 pessoas “selecionadíssimas” na tradicional feijoada do Grupo Meon de Comunicação

## 2ª FEIJOADA meon GUTENBIER

Amores míos, Deolanes, Valeskas “popozudas” ou não, mal queridas e educadas e Narcisa meu amor, ai que mentira! De volta ao papel jornal para trazer “flashs” da tradicional feijoada promovida pelo conglomerado de mídia mais espaçoso da RMVale. Mademoiselle, vou aqui evitar citação nominal, recebi a todos expansivamente e com sua prole fez questão de sambar para comemorar o novo endereço, agora na idílica rua de acesso ao parque Vicentina Aranha. Não consegui visitar ainda, mas dizem que é um charme. A feijoada do Grupo Meon reuniu um público diverso, plural e que faz acontecer em nossa região. O espaço escolhido para essa edição foi o Guten Bier, com agradável ambiente e área externa que possibilita uma incrível vista do pôr do sol no Banhado. Badalado por personalidades inclusive de outros CEPS municipais, o evento contou com música ao vivo e os convidados com camisetas, algumas customizadas, em cores neon para prestigiar o Meon, olha até rimou, madam Orange flower. Conteí com o auxílio da queridíssima Viviane Rennó, que brilha com sua “Vivá”, nas páginas da Metrópole Magazine, já que por conta de uma arritmia cardíaca não pude ver com esses olhos que serão doados à USP pós-óbito. Com fotos de Nando Jr, 2 Feijoada do Meon



Carol Nunes e Alessandro Rodrigues, do Clube Joseense e Amigos



O médico Frederico Segreto acompanhado de sua esposa Márcia Segreto



Eugênio Ferrarezi, diretor de desenvolvimento e head trainer do Instituto Ferrarezi e Marisa Ferrarezi



A elegantíssima Lécia Maria Veloso Bertolini



A empresária Valéria Verdi, da Haguaboka e a decana Benny Lima, sempre “absolutt”



A solar Viviane Rennó, especialista em comunicação e gerenciamento de mídia, e seu amor o empresário da construção civil Frederico Marcondes César



Momento especial: as Baumann, Sabine e Regina Laranjeira



As colunistas sociais Anna Dennz e Viviane Rennó recepcionam as “diamonds” de nossa RMVale



Ao som de Magela e banda o seletto público curtiu samba e pagode na 2ª Feijoada do Meon

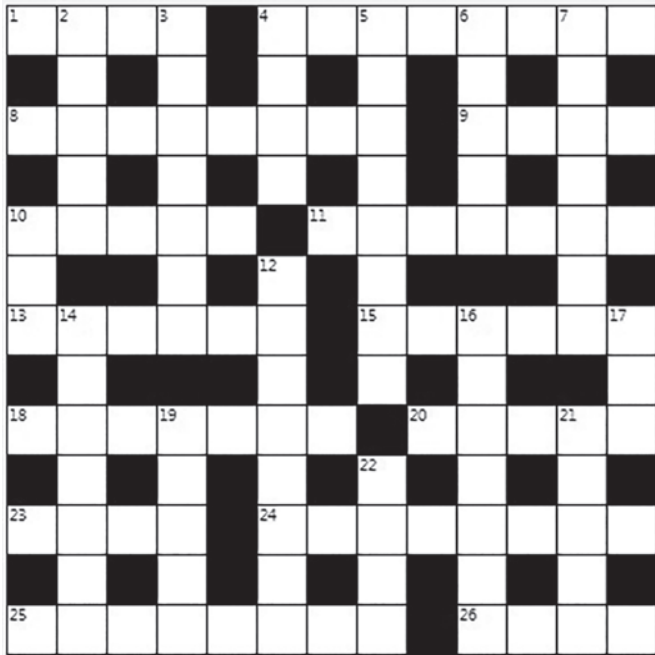


Larissa Lopes, o empresário Jeremias Rodrigues e a jornalista Anna Dennz



Gustavo e Renata Menezes esbanjam sorrisos na feijoada do Meon





Fonte: www.rachacuca.com.br

# CRUZADINHA meon

## HORIZONTAIS

1. Fazer passar através de coador ou filtro. (4)
4. Agasalho fechado feito de lã (plural). (8)
8. Abafar, sufocar. (8)
9. Salsão. (4)
10. Sementes de cereais e de algumas outras plantas. (5)
11. Templo cristão (plural). (7)
13. Ferro-velho. (6)
15. Modo em que uma pessoa articula e pronuncia as palavras de uma língua. (6)
18. Dia da semana (em inglês). (7)
20. Erguido, levantado. (5)
23. Número natural que sucede o sete e precede o nove. (4)
24. Que pode ser ejetado. (8)
25. Paisagem, vista. (8)
26. Óvulo, fecundado ou não, de certos animais (plural). (4)

## VERTICAIS

2. Ter a ousadia, a coragem. (5)
3. Que faz ruído (feminino). (7)
4. Pele (em inglês). (4)
5. Que se enrugou (feminino). (8)
6. Avaliação, prova. (5)
7. Ato de espiar. (7)
10. É um dos estados da matéria. (3)
12. Está presente nas portas. (8)
14. Pertencente ao útero (feminino). (7)
16. Pertencente ou relativo à Coreia do Norte ou à Coreia do Sul. (7)
17. Esvaziado, vazio. (3)
19. Protocolo de ... tratado com compromissos rígidos para a redução da emissão dos gases que agravam o efeito estufa. (5)
21. Objeto, coisa pequena. (5)
22. Contração da preposição "de" com o pronome "ela". (4)



**Áries**  
(21/03 - 20/04)

Adora aventuras, sei disso, e está se sentindo invencível neste tempo, não? Por isso, caberá fazer uma reflexão sobre como se organizar para aceitar esse momento. Lua e Netuno se entendem as mil maravilhas logo cedo e você começa a próxima semana com muito pique para botar ordem na casa. Assuntos antigos também podem vir à tona, mas será fácil botar tudo nos eixos, especialmente se contar com o apoio da família. A falta de grana, ou o excesso de gastos, pode gerar algumas tretinhas, fique esperto. E continue cantarolando a canção. Há energia vital para dar conta de tudo, é só organizar. No mais, trabalho, equilíbrio e no amor, tesão. O que você quer mais? Agradeça ao Universo e vamos em frente!



**Touro**  
(21/04 - 20/05)

A pandemia bagunçou com todos os signos, mas os taurinos, em especial costumam levar o olhar para escassez. Não caia nessa, fuja imediatamente. Parece que com tanta coisa acontecendo no dia a dia, os voos maiores vão sendo perdidos, não não e não! Os grandes voos estão aí, em processo de amadurecimento e, enquanto isso, seu dia a dia fica cheio de assuntos para resolver. Organize tudo, crie um fundamento sólido e siga em frente, sua hora está chegando. Se está procurando trabalho atente-se as áreas de vendas, algumas oportunidades estão chegando. No amor, se está fixa, não cole com 'super bonder', afrouxe um pouquinho. Se procura, dias bons a partir da próxima sexta. Quero saber de tudo, tá bom? Mandar sinal de fumaça. Embora, devido a idade, tenha continuado em home office, minhas colegas de redação, e minha nova editora-chefe me manterão informada. Número da sorte: 8



**Gêmeos**  
(21/05 - 20/06)

Queridinha e querido, chega. Parou! É hora de abaixar a guarda. Não há alma mais interessada do que a sua, entre o céu e a terra, de que as discórdias sejam superadas e tudo retorne a níveis normais de harmonia, sei disso, e você não é de pazuzu. E pare de mania de perseguição. Está estressado por cobranças que considera absurdas? Okay, mas até elas podem auxiliar você ao equilíbrio. No trabalho, você vai se surpreender com um elogio que desencadeará várias possibilidades. Será entre sexta ou terça da próxima semana. No amor, se estiver postergando assumir, assumo, será cobrada neste propósito e é sério, nada de amor de que. Beijo e um ótimo entardecer.



**Câncer**  
(21/06 - 22/07)

Gente, a movimentação de Mercúrio pode deixar meus amigos de Câncer instáveis esta quinzena, o planeta está em Peixes, o que também vai deixar as recatadas mais doces e românticas. Depois, com a entrada em Áries, agitação e criatividade mais intensa, faz o mundo sacudir. No trabalho, Marte em Gêmeos está ativando a sua carreira, querida. Momento, ao mesmo tempo em que podem surgir diversos projetos ou ideias de projetos, pode aparecer também aquela vaguinha que você tanto desejava na empresa que almeja colaborar. Nas relações, tendências para encontros íntimos, principalmente. No amor, sabe aquele contatinho que manda mensagem toda semana no WhatsApp? Dê uma chance para ele.



**Leão**  
(23/07 - 22/08)

Dinamismo é o que tem para hoje, querida! Marte em Gêmeos, que tende a movimentar os momentos que você dedica ao seu lazer e também trazer novas tarefas para você. No trabalho por conta deste gira gira dos astros, vai sentir sua rotina alterada, mas isso é bom. Importante dar uma pausa e tirar um tempo para compreender seus impulsos emocionais e os seus desejos antes de começar a agir sobre eles. Nas relações pessoais, Sol na casa e Mercúrio e Vênus em Áries, reflete em você e expande suas conexões. Excelente momento para ampliar o portfólio, amores. No dinheiro, evite investimentos a longo prazo, e deixe para trocar de carro mais para frente um pouquinho, sei que quer muito, mas vai na minha. No amor, aquele grude do passado está melhorado, juro, entre no Facebook dele e dê uma olhada. Isso não significa que novidades possam surgir, atente-se para os movimentos ao seu redor.



**Virgem**  
(23/08 - 22/09)

Olha a sorte, que uns consideram uma força sem propósito, chegando e trazendo outras energias solares com ela. Isso mesmo, o Sol, que passeia livre, leve e solto em seu paraíso astral e forma parceria com Netuno na mesma área do seu Horóscopo. Agora, o assunto mais power será na área do love. Se você está afim de alguém, pode dar a senha. Será carimbada. No trabalho, seus talentos e sua criatividade ficam mais fortes e ajudarão você a se destacar em suas atividades. Na Casa do Prazer, seguida por Vênus repete o feito, somando energias com Netuno. Se está sonhando com um fim de semana inesquecível ao lado de quem quiser, pre-pa-ra, que agora é a hora do show das poderosas.



**Libra**  
(23/09 - 22/10)

A partir de hoje com a conjunção do Sol com Netuno, seus interesses financeiros vão entrar em ordem. Explore sua natureza determinada e empreendedora, agindo com firmeza para descascar os abacaxis e tomar alguns dry martinis. O Sol se aproxima da Lua Nova e indica que mudanças importantes estarão em curso e tendem a se refletir em suas relações. Vênus fechou com a Anitta e trouxe um clima mais despojado para sua área love my love. Atração por um crush envolvente e com um quê de mistério pode mexer fundo com os seus sentidos e uma paixão avassaladora pode surgir. Deixa o Gianecchini para mim, seu que você já beijou, okay



**Escorpião**  
(23/10 - 21/11)

Eu sei de tudo, não precisa me dizer, seu signo não é dos mais focados nos assuntos materiais, mas as vibes astrais desta semana convidam a voltar as atenções para as finanças. Pode ganhar bastante, mas se não cuidar nem o gostinho vai sentir. O Sol se aproxima de Netuno em sua Casa da Fortuna. É hora de incrementar seus recursos, melhorar seus ganhos e garantir uma situação melhor, lindinha, confie. No amor, se está numa relação firme, vai querer ficar juntinho, coladinho, de conchinha, só não exagere na dose para não sufocar seu bem. Se ainda não encontrou o crush dos sonhos, Marte traz boas promessas, que tal um boy magia? Eu aceito! Estou na pista.



**Sagitário**  
(22/11 - 21/12)

Algumas mudanças importantes rolam no céu e caem na terra em sua direção, lindinha. Um novo ciclo em sua vida chegou. Além de elevar a sua vitalidade física e mental, o Sol, veio e reforçou seu melhor lado, confiante o que te ajudará. Pese prós e contras antes de tomar alguma decisão, ouviu sussurinhos. No amor evite a possessividade, tá okay, como diz o homi, quase no fim do mandato. No profissional, novas oportunidades e até abertura para uma promoção. Na saúde, pode começar a dieta. Será exitosa.



**Capricórnio**  
(22/12 - 20/01)

Boas na sua praia, miguiinha. O estilo crítico do seu signo dá lugar a um jeito mais compreensivo, já disse para você que na dúvida, seja doce, vale a pena. Evite mudanças em seus hábitos, cuide bem da saúde e foque nas atividades de rotina para não se sobrecarregar. No sábado, cuidado com uma intriguinha que pode chatear, releve. Seja discreta ao tratar de interesses com chefes e superiores. Em contrapartida, o Sol está favorecendo o seu romance e promete mais proteção e te ajudará a resolver imprevistos. Faz tempo que você não coloca a leitura em dia, aproveite o fim de semana.



**Aquário**  
(21/01 - 19/02)

Muitos estímulos para a sua vida, miguxa. O Sol favorecendo seus ganhos e ampliando horizontes. Você terá mais motivação para fazer as coisas de que gosta. Mudanças benéficas podem estar a caminho, mas preste atenção nos sinais, ouça "Anúnciação". Cautela com negociações, dívidas e empréstimos. Olho aberto para pessoas tipo espertalhona. Você sabe que valoriza lealdade. Altos e baixos também podem rondar os assuntos afetivos, no namoro, fique a vontade para escolher. Tá podendoooo. Continue planejando aquela viagem. Haverá reverberação de desejos.



**Peixes**  
(20/02 - 20/03)

Está em transformação, não é? Inchoou pouco não é gata, foi a feijoada, no mínimo. Girando mais que roleta de cassino em Las Vegas, o Sol vai deixar seus instintos acessos, sua sensibilidade mais forte e seu dom para negociar mais afiado. Sensualidade chegou e está evidente, o crush está babando, caidinho ao perceber sua sedução. Na vida profissional, adie em uma casa metas e novas conquistas, vai valer a pena. Mercúrio continua jogando no seu time e volta ao movimento direito, estimulando o diálogo e o clima de harmonia com o moço. Multiplica, amiga. E se puder compartilha, vai sobrar.



# ESPAÇO SAÚDE



Vale Sul Shopping tem cada vez mais clínicas para cuidar de você.



clínica  
**artère**


CARDIOLOGIA ADULTO,  
INFANTIL E FETAL  
LONGEVIDADE  
CIRURGIA VASCULAR  
PSICOLOGIA E NUTRIÇÃO

12 3028 5676

**Cian**  
Clínica de ouvido, nariz e garganta

OTORRINOLARINGOLOGIA  
TRATAMENTO DO SONO  
FONOAUDILOGIA  
AUDIOMETRIA  
VACINAÇÃO

12 97404 8913 ☎



**CIPAX**  
Laboratório

EXAMES LABORATORIAIS  
PATOLOGIA CLÍNICA  
E CIRÚRGICA

ABERTO A PARTIR DAS 7:00  
12 3203 0633

CLÍNICA  
**Elle**

GINECOLOGIA  
OBSTETRÍCIA  
MASTOLOGIA  
ESTÉTICA  
DERMATOLOGIA  
VASCULAR  
FISIOTERAPIA

12 3931 3688 / 12 98270 1791



**FCS**  
DIAGNÓSTICO  
ODONTOLÓGICO

RADIOGRAFIA PANORÂMICA  
RADIOGRAFIA PERIAPICAL  
DOCUMENTAÇÃO ORTODÔNTICA  
TOMOGRAFIA DE ALTA RESOLUÇÃO

12 99767 1376 ☎

**INEVORA**  
Dermatologia Integrativa Avançada  
*Inaura Évora*

DERMATOLOGIA CLÍNICA E ESTÉTICA  
TRICOLOGIA E LASER  
TRATAMENTOS FACIAIS  
CORPORAIS E CAPILARES

12 3921 6577 / 12 99657 7664 ☎



**inspire**  
PSICOLOGIA

PSICOLOGIA  
PSIQUIATRIA  
PSICANÁLISE  
PSICOPEDAGOGIA  
NEUROPSICOLOGIA

12 98864 6501 ☎

CLÍNICA  
**LATTERE**  
AO SEU LADO

UROLOGIA  
GASTROCIROURGIA  
COLOPROCTOLOGIA  
ALERGIA E IMUNOLOGIA

12 3028 6004 / 12 3028 6003

**OdontoHi**

CLÍNICO GERAL  
ODONTOPEDIATRIA  
ENDODONTIA  
ORTODONTIA  
PERIODONTIA  
HARMONIZAÇÃO OROFACIAL  
PRÓTESE E IMPLANTES

12 3209 5209 / 12 99218 0072 ☎



**ouvida**  
SEU MUNDO EM DETALHES

APARELHOS AUDITIVOS

12 3923 3504 / 12 99641 2896 ☎

**PLANI**  
Medicina Diagnóstica

EXAMES LABORATORIAIS  
DIAGNÓSTICO POR IMAGEM

ABERTO A PARTIR DAS 7:00  
12 3797 5411



**VALE SUL**  
SHOPPING

Clínicas médicas com diversas especialidades para consultas,  
exames com convênios, além de toda comodidade do Vale Sul Shopping.

[valesul.shopping](http://valesul.shopping)