



Foto: Divulgação

## Cidades 2

Temas relevantes do que acontece nos municípios da RMVale

## Tudo Sobre 6

A Mega da Virada com maior prêmio da história

## Esporte 14

Farma Conde Vôlei conquista título inédito

ESPECIAL

# 13º SALÁRIO E VAGAS TEMPORÁRIAS

Chegou o momento que o comércio mais espera: compras de Natal e festa da virada do ano. Tudo isso cria uma expectativa positiva para a economia da RMVale.

4



## MEON JOVEM

AULAS DE JORNALISMO MARCAM 7ª TEMPORADA

10



## ENTREVISTA

DIRETOR DA FARMA CONDE ARENA PARTICIPA DO PODCAST MEON

20



## ELEIÇÕES MUNICIPAIS

SAIBA COMO FUNCIONA O REGISTRO DE CANDIDATURA

27

## EDITORIAL.

A chegada das celebrações de fim de ano movimentam o mercado de empregos temporários, impulsionado pelo crescimento das contratações pelos setores de comércio e de serviços, bem como injeta uma quantia significativa na economia com os pagamentos das duas parcelas do décimo terceiro salário.

Mas, os gastos nesta época devem ser controlados. Por isso, nossa matéria especial traz dicas importantes numa entrevista com o Prof. Dr. Edson Querido, da Universidade de Taubaté.

Como estamos a menos de um ano das eleições municipais, o Meon Jornal segue com sua série de notícias para deixar o eleitor e os possíveis candidatos bem informados. Nesta edição vamos mostrar como funciona o registro de candidaturas.

Como novidade convidamos o leitor a conhecer a Onesubsea, uma indústria que fica em Taubaté e que se destaca na Inovação Submarina e Sustentabilidade no Setor de Petróleo e Gás.

Ainda tem Tudo Sobre a Mega da Virada e um bate papo com o Diretor da Farma Conde Arena, Roberto Couto. Aliás, no esporte, destacamos o primeiro título da história do Farma Conde Vôlei São José, que conquistou a Supercopa. Não deixe de acompanhar também os nossos colonistas que abrilhantam esta edição.

## Boa leitura!

Reinaldo Moreira  
Editor-Chefe

Acesse o QR Code e veja todas as edições do MEON Jornal.



 /portalmeon

**meon**

Regina Laranjeira Baumann

Diretora Executiva

Editor chefe: Reinaldo Moreira

Reportagem: Ana Aurichio, Isabela Sardinha, Pedro Moraes e Samantha Pinto.

Diagramação/Artes: Adriano Augusto

Departamento Comercial: Sabine Baumann e Rodrigo Caires  
Distribuição: Edson Amaral

PARA ANUNCIAR: 12 3204-3333

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

**BDO**

Diário da Metrópole LTDA

CNPJ 18.859.803/0001-61

Rua Eng. Prudente Meireles de Moraes, 221 - CEP 12243-750

São José dos Campos - PABX (12) 3204-3333

Email: redacao@meon.com.br

O Meon Jornal é um produto do Grupo Meon de Comunicação

## CIDADES //

## TAUBATÉ OBSERVA TAUBATÉ DETALHA EVOLUÇÃO DOS SERVIÇOS NO MUNICÍPIO



Da Redação

Taubaté criou uma inovadora plataforma chamada Observa Taubaté, disponível no site oficial do município. Este trabalho é fruto da colaboração das Secretarias de Planejamento, Governo e Relações Institucionais, Administração e Gabinete. O lançamento ocorreu no Departamento de Arquitetura da Universidade de Taubaté, durante a abertura do 1º E-Plan - Encontro de Planejamento de Taubaté.

O Observa Taubaté oferece informações detalhadas sobre a evolução dos serviços prestados à população, tornando os números orçamentários mais compreensíveis.

Este programa também incentiva a participação ativa dos cidadãos, permitindo que eles contribuam para a melhoria da administração municipal, pois estão mais próximos dos principais desafios e necessidades do município. O investimento foi de mais de R\$ 97 Milhões em Emendas Parlamentares.

Ao acessar o Observa Taubaté, os cidadãos terão à disposição uma ampla gama de informações, incluindo o PIB (Produto Interno Bruto) atualizado, indicadores relacionados aos objetivos de desenvolvimento sustentável, dados sobre segurança, saúde, mapas de zoneamento, informações sobre bens culturais, escolas, unidades de saúde, parques, qualidade de ensino e os principais indicadores socioeconômicos por área.

O Observa Taubaté está acessível no site: <https://taubate.sp.gov.br/novo/observatorio/>.

## SÃO JOSÉ DOS CAMPOS PREFEITURA DE SÃO JOSÉ PRORROGA CONTRATO COM EMPRESAS DE ÔNIBUS

Da Redação

São José dos Campos prorrogou por mais um ano o contrato com as três empresas de ônibus que atualmente operam o serviço na cidade. A informação foi publicada no dia 8 de novembro pelo Diário Oficial do município e estende o contrato da Maringá, Joseense e Saens Peña.

O contrato tinha validade até o ano de 2020, mas desde então a gestão municipal vem adiando o acordo, já que não conseguiu realizar uma nova licitação. De acordo com a Prefeitura, essa medida visa garantir a continuidade do serviço essencial de transporte coletivo.

Em relação aos ônibus elétricos, a Prefeitura realiza tentativas para locar veículos que substituirão a frota convencional. O preço máximo estipulado é de R\$ 2,8 bilhões. O edital prevê que a frota seja composta por 400 ônibus elétricos, divididos em três modelos, com ar condicionado e outras comodidades, como carregador USB.



Foto: Divulgação/PMJC

## APARECIDA PROGRAMAÇÃO ESPECIAL DE NATAL NO SANTUÁRIO DE APARECIDA

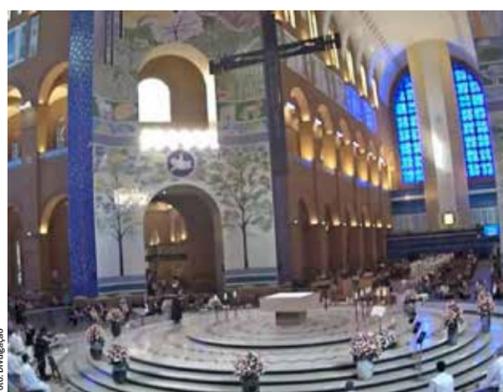


Foto: Divulgação

Da Redação

O Santuário Nacional de Aparecida preparou uma programação especial e gratuita com diversas atividades religiosas e culturais, para o fim de ano. Uma das atrações é a Parada de Natal na Cidade do Romeiro, nos sábados dias 2, 9 e 16 às 18h30. O evento contempla um desfile com personagens natalinos, com participantes de Projetos Sociais do Santuário Nacional, grupos musicais e de dança. Além disso, contará com um "Presépio Vivo" e a presença do Papai Noel.

O presépio será montado na parte externa da Basílica de Aparecida, no Jardim Norte, junto às luzes temáticas que enfeitam o espaço. Do latim praesepium, o presépio retrata o ambiente da natividade do Menino Jesus, em Belém, como narrado na Bíblia. Neste ano, a Igreja celebra 800 anos de criação do Presépio, por São Francisco de Assis. Item que inspira também o tema da Novena de Natal 2023: "Na companhia dos Santos, contemplemos o Presépio".

A Novena de Natal será celebrada de 12 a 15 e de 18 a 22 de dezembro. E na véspera do Natal, 24 de dezembro, a tradicional Missa do Galo está programada para às 20h, no altar Central da Basílica.

# TECNOLOGIA

para facilitar o dia a dia das pessoas

Começou na Linha Verde, mas agora você vai poder pagar a sua passagem com cartão de crédito ou débito em todas as linhas de ônibus da cidade.

Pagamento por aproximação com mais agilidade, praticidade e segurança

Mesmo valor da passagem paga em dinheiro

Não precisa realizar nenhum tipo de cadastro



O pagamento em cartão de crédito em débito já está disponível na Linha Verde e nas linhas:

304 - (Colonial/ Praça Afonso Pena),

240 - (Novo Horizonte/ Campo dos Alemães),

341 A - (Campos de São José/ Terminal Central) e

341 B - (Campos de São José/ José Longo).

BOM, BOM MESMO É VIVER EM SÃO JOSÉ



Acesse o  
QRCode e  
saiba mais

**SÃO JOSÉ DOS CAMPOS**  
**CIDADE**  
**INTELIGENTE & SUSTENTÁVEL**



[www.sjc.sp.gov.br](http://www.sjc.sp.gov.br)



PREFEITURA  
SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

# CONTRATAÇÕES E 13º SALÁRIO

## MOVIMENTAM A ECONOMIA NO FIM DE ANO

Reinaldo Moreira

Final de ano é sinônimo de mais dinheiro na conta de muitos brasileiros devido ao pagamento do décimo terceiro salário aos trabalhadores. Mas, todo cuidado é pouco na hora de utilizar este recurso extra. Pela lei, a primeira parcela é paga em 30 de novembro e a segunda até o dia 20 de dezembro. É uma injeção de recursos na economia do país.

Também neste fim de ano, as contratações temporárias aquecem o mercado e absorvem quem está desempregado e atendem aquele jovem que busca sua primeira oportunidade.

Toda essa movimentação econômica deixa a reta final de 2023 com grandes expectativas, mas os números podem ficar distantes daquilo que muitos possam imaginar. Para entender melhor esse quadro, o MEON conversou com o Prof. Dr. Edson Querido, pesquisador da UNITAU (Universidade de Taubaté).

O Professor orienta a população a ter cautela com os gastos. “O décimo terceiro tem um destino. Primeiro paga-se as dívidas, principalmente as que estão atrasadas, dívidas tributárias e não tributárias. Em segundo lugar, vêm as compras e alimentação que irão sustentar o convívio da família no final do ano. Em terceiro lugar, os presentes ou as famosas lembrancinhas. Com o endividamento das famílias não sobra margem para grandes gastos. Esta é uma renda extra que precisamos para fechar bem o ano”, alerta.



**Prof. Dr. Edson Querido**  
Pesquisador da UNITAU  
(Universidade de Taubaté)

Segundo o Professor Edson Querido, a maior parte dos trabalhadores recebe o décimo terceiro com o valor quase que comprometido. “Na classe média e na classe baixa, é raro alguém que tenha esse 13º disponível para gasto. A maioria tem até dois terços da renda extra comprometidos”, garante.

Em relação às contratações temporárias, existe uma boa perspectiva no mercado. “No ano passado, tivemos

cerca de 99 mil contratações no Brasil nesta época de fim de ano, sendo que 12 mil foram efetivados em janeiro, que é um número satisfatório. Hoje, a expectativa é de 110 mil vagas em todo o país e é bem provável que 20 mil sejam efetivados”, projeta o Professor.

De olho na economia nacional, o Pesquisador da UNITAU, também faz suas observações sobre o momento pelo qual estamos passando. “Ainda estamos com

taxas de juros altas, com inflação significativa, portanto não é hora de fazer gastos exagerados. No mês passado, por exemplo, tivemos uma queda no varejo e isso assustou um pouco, pois nessa época a tendência é de crescimento. O endividamento é um dos responsáveis”, acredita Edson Querido.

Com a abertura das lojas até mais tarde, em dezembro, três segmentos buscam atrair os clientes: lojas de bairro,

lojas do centro e as lojas de Shopping. Para o Professor Edson, são consumidores com perfis diferentes. “Existe aquele que mantém a fidelidade com a loja do seu bairro, os que vão ao centro em busca do varejo intenso e o consumidor do shopping, que prefere mais conforto e que geralmente gasta mais, porque além das compras vai à cafeteria, cinema, restaurante e tem vaga de estacionamento”, explica.



Segundo o Sincovat (Sindicato do Comércio Varejista de Taubaté e região), o lojista pode esperar um Natal 8% melhor que 2022. As contratações temporárias na região devem passar de 3 mil, número 7% maior que no ano passado. Lojas de vestuário, tecidos, calçados e supermercados lideraram a criação de vagas formais.

# ELEIÇÕES MUNICIPAIS

## SAIBA COMO FUNCIONA O REGISTRO DE CANDIDATURA

Reinaldo Moreira

Candidatas e candidatos são escolhidos em convenções partidárias e os pedidos de registro de candidatura devem ser apresentados à Justiça Eleitoral até 15 de agosto de 2024.

Pessoas, partidos e coligações que pretendem concorrer nas eleições municipais de outubro do ano que vem devem estar atentos à legislação eleitoral quanto aos procedimentos, prazos e requisitos para o registro de candidaturas.

De acordo com a Lei 9504/1997 (Lei das Eleições), as candidatas e os candidatos devem ser escolhidos nas convenções partidárias, que são realizadas no período entre 20 de julho e 5 de agosto de 2024. No Brasil, não há candidatura avulsa. Para concorrer, a pessoa deve estar filiada a um partido político.

Podem participar das eleições os par-

tidos políticos que tenham o estatuto registrado no TSE até seis meses antes do pleito e que, até a data da convenção, tenham órgão de direção definitivo ou provisório no município.

Definidas as candidaturas, os partidos têm até 15 de agosto para registrar os nomes na Justiça Eleitoral. Em 2024, os pedidos de registro devem ser apresentados aos juízes eleitorais, já que a legislação estabelece que a primeira instância da Justiça Eleitoral é responsável por receber e processar os registros dos postulantes aos cargos de prefeito, vice-prefeito e vereador.

Constatada alguma falha, omissão ou ausência na documentação necessária à análise do pedido pelo juiz eleitoral, a legenda ou a coligação será intimada para que a pendência seja resolvida no prazo de três dias.

Qualquer candidato, partido político, federação, coligação ou Ministério Público pode impugnar (contestar) o pedido de registro de candidatura no prazo de 5 dias após a publicação do edital, apresentando de forma fundamentada as razões que impedem aquela candidatura.

Em caso de aceitação ou rejeição do pedido pelo juiz, o interessado pode recorrer ao Tribunal Regional Eleitoral, que vai julgar o recurso, podendo manter a decisão do magistrado ou alterá-la.

Para se candidatar a qualquer dos cargos eletivos, a pessoa deve comprovar a nacionalidade brasileira, a alfabetização, o pleno exercício dos direitos políticos, o alistamento eleitoral, o domicílio eleitoral no município em que pretende concorrer há pelo me-

nos 6 meses antes do pleito e a filiação partidária aprovada pelo partido no mesmo prazo do domicílio. A idade mínima exigida para candidatas e candidatos à prefeitura é de 21 anos e para câmara municipal, 18 anos.

Importante lembrar que os partidos podem se coligar para lançar candidatos nas eleições majoritárias (para prefeito, governador, senador e presidente da República). No entanto, nas eleições proporcionais (vereador, deputado estadual, deputado distrital e deputado federal), não há possibilidade de coligação. Os partidos que quiserem se unir antes da eleição devem formar federações.

A divulgação das candidaturas será feita em todo o Brasil pelo sistema DivulgaCand, disponibilizado no site do TSE e dos TREs.



Foto: Antonio Augusto/Secom/TSE

Quer uma escola que  
**TE PERMITA CRIAR, EXPERIMENTAR,**  
para você ser o que quiser ser?

QUER SABER?  
**SENAC!**

**VOU CONSTRUIR  
UM MUNDO  
MELHOR  
EU QUERO UMA  
ESCOLA  
QUE ME  
ENTENDA**



**Senac São José dos Campos**

Rua Saigiro Nakamura, 400 - Vila Industrial

[sp.senac.br/saojosedoscamos](http://sp.senac.br/saojosedoscamos)



# CONHEÇA A ONESUBSEA

## Inovação Submarina e Sustentabilidade no Setor de Petróleo e Gás

■ Samantha Pinto

A OneSubsea do Brasil Serviços Submarinos LTDA é uma empresa dedicada a fornecer soluções integradas, produtos, sistemas e serviços para o setor submarino de petróleo e gás. Sua fábrica está localizada no Distrito Industrial do Una, em Taubaté.

O propósito da empresa é expandir as fronteiras do submar e impulsionar um futuro com energia sustentável.

A OneSubsea destaca-se como uma corporação multinacional líder no fornecimento global de tecnologias e soluções submarinas, mantendo suas sedes em Oslo, Noruega, e Houston, Texas. Sua estrutura foi recentemente aprimorada por meio de uma colaboração entre empresas de renome, como Aker Solutions, SLB e Subsea7, todas elas referências no mercado global de petróleo e gás.

A colaboração, chamada joint-venture, foi anunciada em 2022 e visa impulsionar a inovação e eficiência na produção submarina, com o objetivo de auxiliar os clientes na liberação de reservas e na redução do tempo de ciclo.

A joint-venture une uma vasta experiência em reservatórios, amplo conhecimento em front-end e design de sistemas, oferecendo um extenso portfólio de tecnologia comprovada em produção e processamento submarino, combinando experiência em campo, escala e capacidade de fabricação de classe mundial, juntamente com recursos exclusivos de integração poro-processo.

A história da empresa remonta à metade do século XIX. Desde as fundações de das empresas-mãe, estiveram

na vanguarda da engenharia e inovação. Ao longo do tempo, desenvolveram soluções de engenharia icônicas, eletrificaram operações e implementaram inovações digitais para aumentar eficiência, segurança e abrir novas possibilidades na produção.

As capacidades de processamento submarino da OneSubsea são amplamente reconhecidas por sua incomparável contribuição para a melhoria da

recuperação de reservatórios e a viabilização de tiebacks mais longos.

Seu portfólio exclusivo de tecnologia de compressão apresenta potencial para reduzir a infraestrutura e os custos no desenvolvimento de novas reservas de energia. Além disso, os projetos subsea têm demonstrado ser mais eficientes em termos de emissões de carbono quando comparados às soluções de superfície.

Com a abertura da sede em Taubaté, a indústria gera aproximadamente US\$ 6 milhões (R\$ 30 milhões). Criando 190 empregos diretos e 400 empregos indiretos.

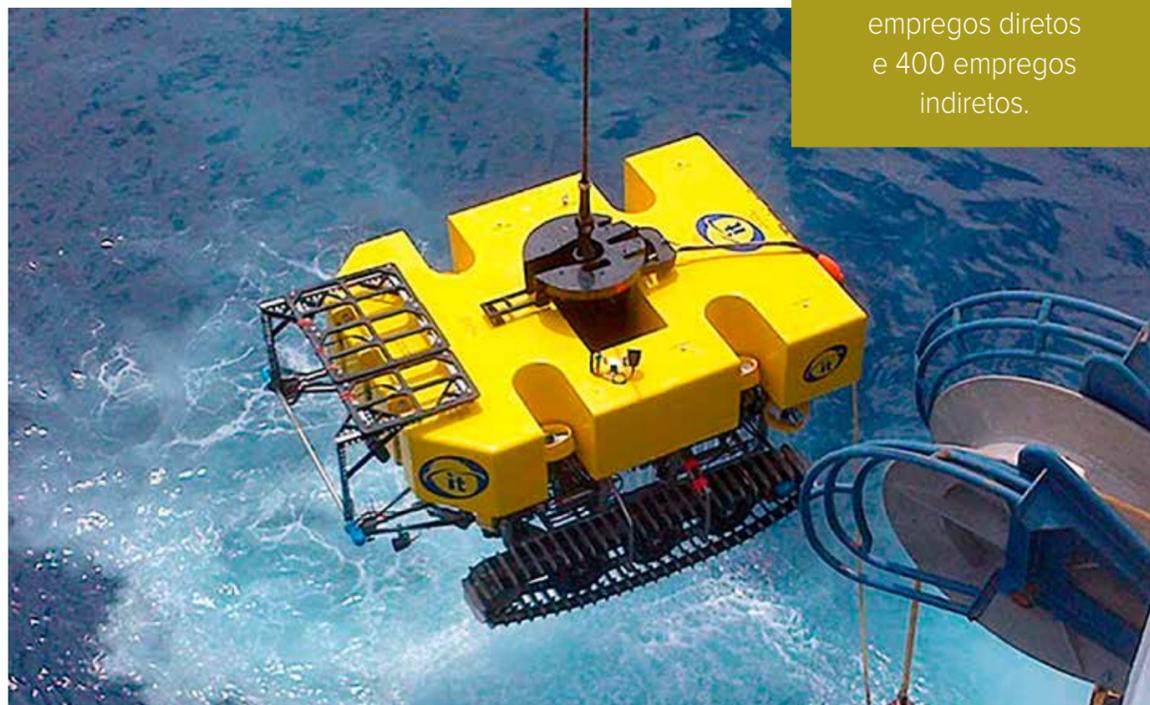


Foto: Divulgação

# CRESCER COM TOTVS É SINÔNIMO DE SUCESSO

Do pequeno ao grande, de norte a sul do Brasil e da América Latina, a TOTVS acompanha seu crescimento, caminhando junto com a sua empresa a cada passo!



Reconhecemos anualmente projetos de digitalização de nossos clientes, independente do tamanho, com o **Prêmio TOTVS Brasil que FAZ**



$\frac{1}{3}$  das empresas listadas na **B3** usam TOTVS para garantir uma gestão de alta qualidade, processos organizados e crescimento contínuo



71% dessas empresas estão com a gente faz mais de **10 anos**, conhecem e confiam nos sistemas TOTVS para potencializar suas operações

Fala com a gente.

TOTVS Sudeste Meridional -

Unidade Vale do Paraíba:

(12) 3600-8080

[sudestemeridional.totvs.com](http://sudestemeridional.totvs.com)



A  
TOTVS  
ACREDITA  
NO  
BRASIL  
QUE

FAZ

# AULAS DE JORNALISMO MARCAM A 7ª TEMPORADA DO MEON JOVEM

## Projeto leva aos alunos palestras sobre a profissão

■ Isabela Sardinha

A 7ª temporada do Meon Jovem está a todo vapor! Chegamos à marca de 300 inscrições e dezenas de pautas escritas pelos alunos. Durante o mês de setembro e outubro, o Meon visitou algumas escolas da RMVale para convidar os alunos a participarem do projeto e falar um pouco sobre comunicação. Muitos deles tinham algumas dúvidas sobre como funciona uma redação e as áreas que existem dentro do jornalismo.

Os professores também estão muito empolgados com a participação de seus alunos. Nilza Alcântara, professora da aluna Manuella, relata a importância do Meon Jovem nas escolas. “Para nós professores, o Meon propiciou não apenas o estímulo a criatividade das crianças, mas as produções fazem parte do mundo em que as mídias estão no contexto escolar. Abriu uma possibilidade maravilhosa. Vimos alunos despertar seu potencial de escrita, incentivou as crianças a se conectarem com o mundo real das notícias. Suas produções alcançaram uma importância nunca pensada. “Não escrevo para meus pais, meus professores, escrevo para o mundo!” Essa foi a fala de um aluno que muito me marcou. Obrigada por essa oportunidade.”

Para a aluna Emily Braga, de Jacareí, o projeto ajuda os alunos a despertarem seu senso crítico e criativo. “O Meon não é apenas um projeto, é um caminho para o futuro profissional de nós crianças e adolescentes. No decorrer de nossas vidas vamos nos lembrar para sempre com carinho dos momentos que vivemos no projeto e de termos voz e fazermos nossas reivindicações mostrando nossas opiniões”, conta a aluna.

Emily estudava no fundamental I quando participou pela 1ª vez e quando entrou no fundamental II, trocou de escola, perdendo o vínculo com o projeto. Agora na 7ª temporada, pela EE Darci Lopes, ela retorna ao concurso. “Agradeço imensamente pela oportunidade de conhecer melhor o meio jornalístico através do Meon jovem e gostaria de pedir aos jovens que nunca desistam de suas ideias. Se você tem fé que pode realizar vá em frente pois algumas portas se fecham para maiores se abrirem”.

As inscrições desta temporada já estão encerradas e as pautas seguirão para avaliação da comissão pré-julgadora. Em janeiro serão divulgados os vencedores através de uma live no Youtube. Não Perca!

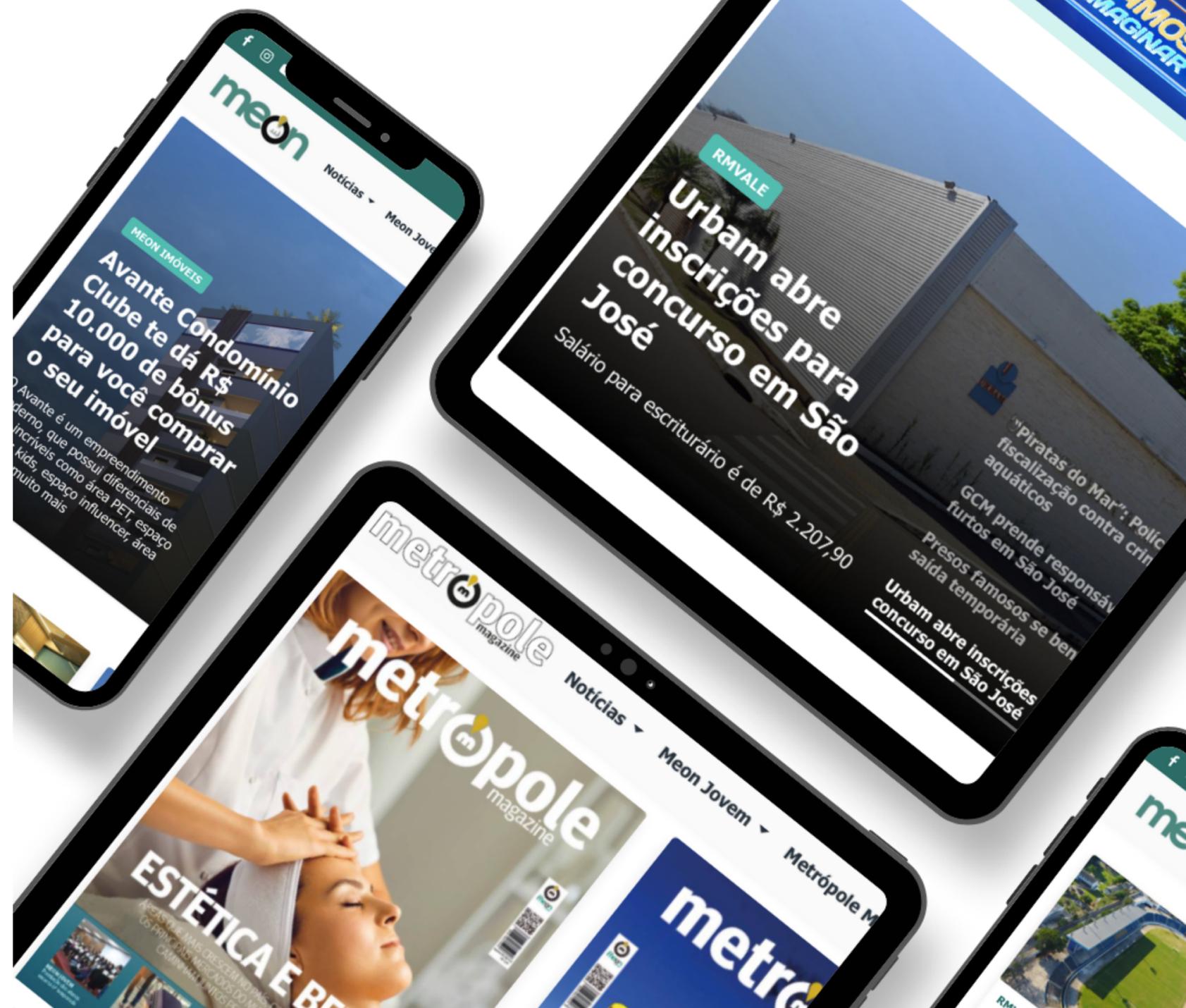


Fotos: Divulgação

# Portal meon

É a plataforma digital com o maior número de notícias todos os dias.

Você lê, você assiste, você confia.



Apoio e patrocinadores



# FARMA CONDE ARENA

## Diretor garante que local é referência para shows e eventos esportivos



■ Reinaldo Moreira

O diretor da Farma Conde Arena, Roberto Couto, participou do Podcast Meon Entrevista e contou um pouco de sua história e compartilhou o sucesso da Arena. Ex-jogador de basquete trabalhou em Shoppings pelo Brasil.

No mundo do basquete é conhecido como Xexa e jogou em grandes equipes, como Monte Líbano, Continental (campeão mundial juvenil), Tênis Clube São José, Rio Claro, Pirelli, Guarulhos e encerrou a carreira no Mackenzie. Roberto também atuou pela Seleção Brasileira de Master, pela qual foi bi campeão mundial em Porto Rico, em 2007 e na República Tcheca, em 2009.

Quando jogou pelo Mackenzie, aproveitou para estudar computação e economia. Depois, fez Pós Graduação em Administração na FAAP. Quando parou de jogar, estava com a carreira profissional encaminhada. “A transição foi suave, eu não precisava mais jogar e avancei na carreira profissional de forma natural. Trabalhei em banco, na Agência Nacional do Petróleo, onde aprendi muito sobre relacionamento, passei por empresas de tecnologia com gestão de pessoas e projetos, até assumir a gestão de um Centro Comercial, o Centre Vale, em São José. Vim para cá em 2012 e fiquei no Shopping até 2019”, revela Roberto.

Antes de ser convidado pelo presidente do Grupo Farma Conde, Mário Muniz, para assumir a Farma Conde Arena, Roberto trabalhou em um grande Shopping de Brasília, passou pela expansão do Grupo Madero, mas na pandemia, teve que deixar o Madero e assumir a superintendência de vários Shoppings até receber o convite para

voltar para São José dos Campos. “A minha entrada no Grupo Farma Conde foi engraçada. Eu estava interessado numa determinada vaga, mas o Mário Muniz (presidente do Grupo) vendo minha experiência esportiva me ofereceu a Arena. Peguei a chave e iniciei o processo de estruturação. Agora em dezembro a entrega da chave completa dois anos. Efetivamente, ela foi aberta ao público em março de 2022”, conta.

Na Farma Conde Arena, o time de vôlei é o carro-chefe, porém, são diversas atrações que acontecem neste espaço ao longo do ano, como explica Roberto. “A Arena é a casa do vôlei, equipe patrocinada pela Farma Conde. Este projeto está em São José há quase três anos, já foi vice-campeão da Copa Brasil e chegou em terceiro na Super Liga. Entraram mais patrocinadores, como a Cimed, por exemplo. Então, teremos um grande time para buscar resultados mais expressivos. Este ano, a final da Super Liga foi na Arena entre Sada Cruzeiro e Minas com ingressos esgotados em 15 dias. O jogo foi transmitido para o Brasil inteiro pela TV Globo, no Esporte Espetacular. Além do jogo, tivemos outras atrações. Criamos o Farma Conde Week, com food truck, campeonato de Skate, shows na parte de fora, passeio ciclístico e corrida de rua. O público curtiu bastante”, comemora.

Poucos dias após a entrevista, o time de vôlei foi campeão da Supercopa ao vencer o Sada Cruzeiro, em Belo Horizonte, conquistando assim o primeiro título da sua história.

Em relação aos shows, São José dos Campos e cidades vizinhas lucraram com isso. Segundo Roberto Couto, diretor

da Farma Conde Arena, a economia da região também é movimentada a partir das atividades na Arena. “As pessoas curtem o show e consomem nos restaurantes e hotéis, isso fomenta a economia. Temos, em média, quatro mil pessoas por show. Mais de 40% dos frequentadores são de fora de São José. Vamos fechar 2023 com 18 shows. Seguramente a casa mais cobijada por empresários e produtores,” garante o Diretor.



O nível de shows que foram apresentados até agora na Arena, credencia o espaço a trazer grandes nomes, como **Roberto Carlos, que já está garantido na agenda de 21 de abril de 2024.** Também para o ano que vem já está confirmada a **turnê de 40 anos do SPC.**

# BLACK WEEK

NIPBR

# 25 ANOS

NIPBR  
NIPCABLE

Contrate nossos serviços e ganhe um desconto de

# 25%

“O futuro é nosso território de inovação, onde continuaremos trilhando o caminho da excelência. 25 anos NIPBR”

MARCELO PINHEIRO - CEO NIPBR

NIPBR

NIPCABLE

Somente para serviços residenciais. Consulte condições  
Válido entre 24/11 até 01/12.

(12) 2012-0000

NIPBR

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

# TUDO SOBRE A MEGA DA VIRADA COM MAIOR PRÊMIO DA HISTÓRIA



■ Reinaldo Moreira

Desde o dia 13 de novembro, as apostas para a Mega da Virada estão disponíveis para o sorteio programado para o último dia do ano, 31 de dezembro. Para a edição de 2023 a expectativa é que a Caixa Econômica Federal sorteie R\$ 550 milhões, a maior premiação da história.

A partir de 18 de dezembro, os sorteios regulares serão interrompidos, dando lugar exclusivamente a Mega da Virada. Vale ressaltar que esse concurso não acumula.

Em caso de ausência de acertadores das seis dezenas sorteadas, o prêmio

será destinado aos ganhadores que acertarem cinco números, e assim sucessivamente. Em 2022, o prêmio foi de R\$ 541 milhões e cinco apostas dividiram o valor. Os números sorteados foram: 04 - 05 - 10 - 34 - 58 - 59. As apostas vencedoras foram feitas nas cidades de Florestal (MG), Arroio do Sal (RS), Santos (SP) e São José da Bela Vista (SP). Além disso, um vencedor fez a aposta pela internet. Cada ganhador recebeu R\$ 108.393.993,26.

As apostas podem ser feitas em qual-

quer lotérica do país, nos aplicativos para iOS e Android ou pelo site da Caixa. Para apostas online é necessário fazer um cadastro, ser maior de idade e pagar com cartão de crédito. O sorteio será transmitido ao vivo pelo canal da Caixa no YouTube, Facebook das Loterias Caixa e pela TV.

#### DISTRIBUIÇÃO DO PRÊMIO

62% - 1ª faixa - seis acertos (sena);  
19% - 2ª faixa - cinco acertos (quina);  
19% - 3ª faixa - quatro acertos (quadra).

#### COMO JOGAR

Jogar na Mega da Virada é preciso marcar de 6 a 20 números dentre os 60 disponíveis na cartela. Caso o apostador não queira arriscar seus números, basta delegar ao sistema a escolha dos números por meio da 'surpresinha'. O valor da aposta simples, com seis números, custa R\$ 5.

Na Mega-Sena, os bolões têm preço mínimo de R\$ 15, mas cada cota não pode ser inferior a R\$ 6. É possível realizar um bolão de no mínimo dois e no máximo

100 cotas. Também é possível adquirir cotas de bolões organizados pelas unidades lotéricas. Neste caso, poderá ser cobrada uma tarifa de serviço adicional de até 35% do valor da cota.

#### PROBABILIDADES

A probabilidade de vencer em cada concurso varia de acordo com o número de dezenas jogadas e do tipo de aposta realizada. Para a aposta simples, com apenas seis dezenas, com preço de cinco reais a probabilidade de ganhar o prêmio milionário é de 1 em 50.063.860, segundo a Caixa.

Já para uma aposta com 15 dezenas (limite máximo), a probabilidade de acertar o prêmio é de 1 em 10.003.

**HISTÓRIA** - A Mega-Sena foi criada pela Caixa Econômica Federal a partir da estrutura de uma antiga loteria, a Sena. O primeiro concurso foi realizado em 11 de março de 1996. A Mega da Virada foi criada em 2008 como Mega-Sena Especial de Final de Ano com sorteio realizado no dia 31 de dezembro. Naquela oportunidade os números sorteados foram 01-11-26-51-59-60. Como não houve ganhador, o prêmio foi acumulado, coisa que não acontece mais nesta modalidade



#### NÚMEROS MAIS SORTEADOS

Em 2023, o número **32** se destaca, aparecendo em 19 sorteios. Em relação à história da Mega-Sena, os números mais sorteados são: **10** - 304 vezes / **53** - 302 vezes / **05** - 289 vezes / **37** - 283 vezes / **34** e **33** - 281 vezes

#### NÚMEROS MENOS SORTEADOS

Os números que menos saíram até hoje foram: **26, 21, 55, 15, 22, 48, 31, 09, 03, 40 e 07**

Existe uma  
real solução  
para seu negócio

Auditoria | Consultoria | Tributos | BPO

▶ [contato@bdo.com.br](mailto:contato@bdo.com.br)

**IBDO**

# A IMPORTÂNCIA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA A PREVENÇÃO DE DOENÇAS

Da Redação

É de conhecimento de todos que o exercício regular pode beneficiar a saúde de uma forma geral, pesquisas indicam que o exercício também pode melhorar a função encefálica (cognitiva), em particular nas fases mais tardias da vida.

Manter o cérebro saudável ao longo da vida é uma meta importante, e tanto a estimulação mental (p. ex., leitura) como o exercício são intervenções que podem contribuir para uma boa saúde encefálica.

Vários estudos revelam que o exercício produz efeitos sobre aprendizado, memória, comportamental e humor

evitando depressão, em particular nas populações de idade mais avançada.

Em adição, o exercício regular pode proteger contra vários tipos de demência (p. ex., doença de Alzheimer) e certos tipos de lesão do cérebro, como um acidente vascular encefálico.

## Como o exercício melhora a saúde encefálica?

O exercício regular promove uma cascata de sinalização de fatores de crescimento encefálicos que

- (1) Melhora o aprendizado e a memória
- (2) Estimula a neurogênese ( formação de novos neurônios )
- (3) Melhora o fluxo sanguíneo e a função vascular encefálica
- (4) Atenua os mecanismos que conduzem à depressão

Além desses mecanismos centrais, o exercício também diminui vários fatores de risco periféricos de declínio cognitivo, incluindo a Inflamação, Hipertensão e Resistência à Insulina.

Sendo assim, o exercício aumenta a Saúde Encefálica, bem como a saúde corporal e, portanto, representa uma intervenção de estilo de vida importante para melhorar a função encefálica e a resistência às Doenças Neurodegenerativas.

## Colaboração

**Dr. Robson Prudêncio Silva Lima**

CRM-SP 101.309

• Neurocirurgia

RQE 27820

• Cirurgia da Coluna Vertebral

RQE 27820-1

• Especialista em Tratamento de dor

RQE 27820-2



# LE TRUQUE CHOCOLATERIE: CELEBRAÇÃO DE 30 ANOS



Samantha Pinto

A chocolateria Le Truque está comemorando seus 30 anos de excelência na arte da confeitaria.

Desde sua fundação em 1993, na cidade de São José dos Campos, a Le Truque tem se destacado como um ícone na cidade, conquistando paladares e construindo memórias incríveis para seus clientes.

Ao longo dos últimos 30 anos, a paixão da Chef Cris Carvalho e da equipe pela confeitaria tem sido apreciada por inúmeras pessoas. Com um cardápio repleto de chocolates artesanais, doces finos, habilidades excepcionais e ingredientes de alta qualidade, a Le Truque continua a reinventar a doçura, mesclando técnicas tradicionais com inovações contemporâneas.

Para celebrar essa conquista significativa, a confeitaria lançou o concurso especial “Meu Momento Le Truque” e convidou seus clientes leais e toda a comunidade a compartilharem fotos e memórias especiais com a empresa ao longo dos anos. Os participantes enviaram uma foto de um momento especial vivido com a Le Truque e publicaram em suas redes sociais (Facebook, Instagram), marcando a empresa @letruque e utilizando a hashtag #meumomentoletruque.

Além disso, os clientes foram incentivados a escrever um breve relato sobre o momento especial vivenciado com a Le Truque.

Uma equipe de jurados especializados selecionou as melhores fotos e histórias compartilhadas durante o concurso. Os participantes tiveram a oportunidade de ganhar kits especiais



de doces e as fotos dos escolhidos foi exibida na exposição de 30 anos da Le Truque que aconteceu em 1 de dezembro, proporcionando uma imersão na história compartilhada entre a confeitaria e seus clientes fiéis.



“Agradeço imensamente pelos últimos 30 anos de apoio e confiança que nossos clientes depositaram em nós. Este concurso foi uma forma de celebrarmos juntos, lembrando esses momentos especiais e reconhecendo a importância de cada pessoa que faz parte da nossa história” comentou Cris Carvalho.



LE TRUQUE®  
CHOCOLATERIE

# Ilhabela

cercada de natureza  
por todos  
os lados

*Da trilha emocionante às mais raras espécies da natureza. Em Ilhabela, tudo é preservado para ser inesquecível. Viva cercado de natureza por todos os lados.*

Descubra as maravilhas de Ilhabela.  
[turismoilhabela.com](http://turismoilhabela.com)



# PRIMEIRO DE MUITOS TÍTULOS

Farma Conde Vôlei conquista Supercopa e mira triunfo na Superliga

■ Pedro Moraes

A temporada 2023/2024 não poderia começar da melhor maneira para o Farma Conde Vôlei São José. A equipe garantiu o primeiro título de sua história.

O time de São José dos Campos sagrou-se campeão da Supercopa, ao vencer o Sada Cruzeiro, em jogo único, cercado de muita emoção. Os Gigantes do Vale venceram por 3 sets a 2, na Arena Hall, em Belo Horizonte (MG), no início de novembro.

A competição que abre oficialmente a temporada brasileira de vôlei, colocou frente a frente os campeões da Superliga e Copa Brasil da última temporada. Porém, como o time mineiro havia conquistado as duas competições no ano interior, o adversário na final foi vice-campeão da Copa Brasil. Por isso, o Farma Conde Vôlei disputou a final.

O destaque joseense na decisão foi o oposto Felipe Roque, que marcou 24 pontos. Já o prêmio de melhor do jogo ficou com o ponteiro Ademar, que foi decisivo no tie-break e muito importante na preparação das jogadas da equipe de São José. O jogador recebeu o troféu VivaVôlei, prêmio entregue ao melhor atleta da partida.

O primeiro título da história do clube foi muito comemorado. Jogadores e comissão técnica desfilaram em um carro do Corpo de Bombeiros, um dia após a conquista. Os jogadores passaram pelas ruas e avenidas de São José dos Campos exibindo o troféu e receberam muitos aplausos pela vitória.



Foto: Agência I7 / Sada Cruzeiro

## Superliga Brasileira de Vôlei

Entretanto, o time não teve muito tempo para descansar e comemorar. Em menos de uma semana após o time levantar o título, a equipe já tinha um novo compromisso, a estreia na Superliga 23/24.

A Superliga é o principal torneio entre clubes no vôlei brasileiro. A competição, que nesta temporada completa 30 anos de existência, promete ser muito emocionante e bem disputada. O Farma Conde Vôlei fez a sua estreia da mesma forma que abriu a temporada, com o pé direito. A equipe superou o Montes Claros América de Minas, no Ginásio da ADC Embraer, em São José dos Campos, numa partida que terminou com o placar de 3 sets a 2 para o São José.

A Superliga é um torneio disputado por 12 equipes, no formato de pontos

corridos com turno e retorno, e os oito melhores se classificam aos playoffs.

As fases de quartas e semifinais são definidas em melhores de três jogos. Já a final é disputada em único jogo. As duas últimas equipes da fase classificatória são rebaixadas para a Superliga B.

Os joseenses têm uma boa razão para sonhar. O atual campeão da Superliga é o Sada Cruzeiro, que foi derrotado pelo Farma Conde Vôlei na final da Supercopa.

A etapa final da Superliga masculina será disputada no em abril de 2024 e a grande final acontece no dia 5 de maio. Até lá, estaremos todos na torcida pelos Gigantes do Vale.



Foto: Victor Barreto / Agência NTZ

## COLABORE, VOCÊ PODE FAZER PARTE DESSA REDE DE TRANSFORMAÇÃO.

Conheça alguns de nossos projetos e ajude a construir soluções para um mundo melhor.

Instituto Alpha Lumen - IAL é uma entidade sem fins lucrativos, que busca soluções de impacto social através de ações educativas, democratização do conhecimento e apoio ao talento por meio da inovação em metodologias de aprendizagem e tecnologias com o objetivo de ampliar oportunidades, prioritariamente para jovens e crianças de baixa renda ou em risco social.

Acesse nossa página, venha conhecer todos os nossos projetos e contribuir.



Entidade sem fins lucrativos  
Utilidade Pública Municipal e Estadual  
Entidade Filantrópica  
Entidade com registro CMDCA e no CMAS

Membro PEA Unesco e ASPnet Global  
Certificação pela GLOBALGIVING  
Certificação CEBAS  
Auditado pela Ernst & Young

[www.alphalumen.org.br](http://www.alphalumen.org.br)

• EdTech  
• EdTech Júnior



• Jovem Aprendiz de Talentos

• Robótica e Cidadania  
• Meninas na Tecnologia



• Programa de Educação Tecnológica

• Escola Virtual de Talentos  
• CEU - Clube de Estudos sobre o Universo



• Olimpíadas: OIMC, OBT, OICEA, TBS e MundIAL

• Orquestra Órion  
• Multiarte  
• Galeria de Artes a Céu Aberto



• Cabeça Legal

INSTITUTO  
**ALPHA  
LUMEN**  
APOIO AO TALENTO

# ALIMENTOS PROIBIDOS



Com a chegada do Halloween, muitas pessoas enviaram questionamentos ao Meu Mundo Pet sobre alimentos proibidos para os pets.

Nesta época – cada vez mais comemorada no Brasil – é comum que as crianças ganhem muitos doces e acabem compartilhando pedaços com os animais de estimação. É importante que, desde pequenas, as crianças sejam ensinadas que os animais não podem comer determinados alimentos, pois são perigosos e tóxicos para eles.

O açúcar, mesmo que em pequenas quantidades, pode ser extremamente prejudicial para a saúde do seu pet. Os

doces industrializados são ainda piores, uma vez que o organismo do animal não está preparado para digerir este tipo de alimento. Eles contêm aromatizantes, corantes e conservantes para trazer sabor, cor e conservar por mais tempo.

O xilitol é um tipo de substância utilizada para adoçar alimentos light e diet. Ela pode ocasionar hipoglicemia drástica, resultando em convulsões e atordoamento. Os sintomas mais comuns podem aparecer em até 30 minutos, tais como fraqueza, letargia, perda de coordenação, colapso e convulsões.

Outro alimento que traz riscos é o laticínio e seus derivados. Portanto sorvete,

brigadeiro e outras guloseimas que levam leite estão proibidos. Apesar de não ser tóxico, o alto teor de gordura pode trazer problemas de saúde para o pet.

Caso seu animal tenha contato com algum destes ingredientes, observe atentamente os sinais e contate o veterinário. É essencial saber que alimento o animal consumiu e em qual quantidade.

Amar os animais é saber dizer 'não' quando necessário e colocar a saúde e bem-estar dele acima de qualquer brincadeira!

**Ficou alguma dúvida?  
Encaminhe pra nós!**



**Ana Laura Costa**  
**@analaucostajornalista**

**O Meu Mundo é Pet... e o seu!  
Até breve!**

**Farma Conde**

**SAÚDE PARA TODOS**

**ACESSE NOSSO SITE**

**OU LIGUE 4000-1194**

## Acompanhe a Câmara de São José dos Campos nas redes



**CÂMARA MUNICIPAL  
SÃO JOSÉ DOS CAMPOS**  
O nosso papel é representar você.

**E fique por dentro de tudo que acontece na nossa cidade.**

Manter-se informado sobre os principais acontecimentos de São José dos Campos e sobre as decisões políticas que impactam a nossa cidade pode ser muito fácil. E a resposta está na palma das suas mãos:  **siga a Câmara de São José nas redes sociais e tenha acesso rápido às notícias do nosso município.**

**@camarasjc**

**@tvcamarasjc**

# AMO MEU PET



**Gusmão,**  
**Border Collie, 7 anos**  
Gusmão adora um carinho na barriga. Até levanta as perninhas na expectativa de receber um afago.  
• **Tutores: Felipe e Juliana**



**Fidélis Jardim**  
"Fifs" descansando em sua rede enquanto faz charme para sua mamãe Valéria.  
• **Tutores: Valéria e Marco Aurélio Gobbo**

**Taz** incorporou o personagem! Está até participando de um concurso pet de melhor fantasia. É um arraso nosso amigo pet!  
**@odoguinhotaz**



**Kookie**  
Olá! Eu sou o Kookie, um Spitz Alemão. Sou bem grandão e já tenho 7 aninhos. Adoro passear e deitar perto dos meus donos. Gosto muito de carinho e de petiscos.



**Catarina** não é mais um Pinscher. Agora ela é uma bruxinha que veio direto para o Halloween!  
**@catarina\_rezende\_**

Registros assustadoramente lindos do **Pacco!**  
Pacco é um porquinho da Índia do Rio de Janeiro!  
**@pipocandocompacco**



**Luna** tirando algumas selfies com o celular dos amigos!

## ESPAÇO SAÚDE



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

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

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  
FONOAUDIOLOGIA  
AUDIOMETRIA  
VACINAÇÃO

12 97404 8913

**CIPAX**  
Laboratório

EXAMES LABORATORIAIS  
PATOLOGIA CLÍNICA E CIRÚRGICA

ABERTO A PARTIR DAS 7:00  
12 3203 0633

**CLÍNICA Ella**

GINECOLOGIA  
OBSTETRICIA  
MASTOLOGIA  
ESTÉTICA  
DERMATOLOGIA VASCULAR  
FISIOTERAPIA

12 3931 3688 / 12 98270 1791

**FCS**  
DIAGNÓSTICO ODONTOLÓGICO

12 3924 2800

**Grupo da Audição**  
oprelhos auditivos | longevidade

APARELHOS AUDITIVOS

12 3308-0388 / 12 99643-3259

**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  
PSQUIATRIA  
PSICANÁLISE  
PSICOPEDAGOGIA  
NEUROPSICOLOGIA

12 98864 6501

**CLÍNICA LATTERE**  
AO SEU LADO

UROLOGIA  
GASTROCIURGIA  
COLOPROCTOLOGIA  
ALERGIA E IMUNOLOGIA

12 3028 6004 / 12 3028 6003

**OdontoHi**

ODONTOLOGIA GERAL

12 3209 5209 / 12 99218 0072

**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)

## CARAGUÁ ESTÁ ENTRE OS DEZ DESTINOS MAIS PROCURADOS NO BRASIL

Reinaldo Moreira

De acordo com pesquisa do site Booking.com, Caraguatuba está entre os 10 destinos mais procurados para as férias do final de ano, no Brasil.

Vem aí, uma temporada repleta de sol, calor e, é claro, a paixão dos brasileiros por praias paradisíacas. À medida que a primavera cede lugar ao verão, os viajantes querem descobrir novos destinos e aproveitar as férias escolares e as festas de final de ano com o pé na areia.

Enquanto boa parte dos países do mundo enfrenta um inverno rigoroso, com baixas temperaturas, o Brasil entrega aos turistas, céu azul, praias com águas cristalinas e oportunidade de passar dias curtindo sol e calor.

No top 10 de destinos tendência para o fim do ano, nove são cidades de praia, sendo que sete estão no Litoral de São Paulo e Caraguatuba está na 9ª colocação.

Veja quais são:

1. Japaratinga (AL)
2. Itanhaém (SP)
3. Praia Grande (SP)
4. Bertioga (SP)
5. Peruíbe (SP)
6. Guaratuba (PR)
7. Capitólio (MG)
8. Santos (SP)
9. Caraguatuba (SP)
10. Guarujá (SP)



Foto: Divulgação

## ILHABELA REALIZA SEGUNDA EDIÇÃO DO NATAL LUZ

Reinaldo Moreira

A Prefeitura de Ilhabela realiza neste fim de ano, a segunda edição do “Natal Luz”. Após o sucesso do evento no ano passado, o órgão municipal pretende fazer desta festividade uma experiência mágica para os visitantes.

“Cada detalhe está sendo pensado com muito carinho para cada cidadão. Sem esquecer que em todos os bairros também haverá uma decoração para simbolizar esta data tão significativa”, disse o prefeito, Toninho Colucci.

O evento, que se tornou um verdadeiro marco nas celebrações natalinas da

região, está programado para acontecer na deslumbrante Fazenda Engenho D'Água, onde um encantador vilarejo de Natal está sendo planejado, além de ações que serão realizadas pelos bairros. A expectativa é superar o número de mais de 60 mil visitantes que prestigiaram o evento em 2022.

A Prefeitura fez uma parceria com a Associação Comercial e Empresarial de Ilhabela (ACEI) para garantir o sucesso do Natal. A ACEI está colaborando com cerca de 20 empresas associadas que já confirmaram participação no evento.



Foto: Divulgação

## SÃO SEBASTIÃO RECEBE MORADIAS EM PARCERIA COM O ESTADO

Reinaldo Moreira

O prefeito Felipe Augusto, de São Sebastião, juntou-se ao governador do estado de São Paulo, Tarcísio de Freitas, para uma visita oficial às construções habitacionais em Maresias e Baleia Verde, que juntas, somam 704 unidades para atender a população que sofreu com a catástrofe de 19 de fevereiro.

Durante a visita, o governador confirmou que os prédios e casas planejados para pessoas com deficiência e idosos serão entregues até dezembro deste ano. Além disso, Tarcísio anunciou a construção de mais 256 novos apartamentos no Topolândia e mais 370 unidades em Cambury. Isso totaliza 626 moradias adicionais, que irão beneficiar famílias que residem em áreas de risco. São Sebastião receberá um total de 1.430 novas unidades habitacionais.



Foto: Divulgação

## PREFEITURA DE UBATUBA RECEBE VISITA DE EMPRESÁRIOS JAPONESES

Reinaldo Moreira

O prefeito de Ubatuba, Marcio Maciel, recebeu em seu gabinete, no dia 7 de novembro, a visita de dois empresários japoneses. Eles foram acompanhados pelo secretário de Turismo do município, Sérgio Carvalho.

Naturais de Tóquio, Rodney Nakashima e Matsuda Toshimitsu permanecem em Ubatuba por dois dias. Os empresários analisaram investimentos no Turismo, principalmente em setores como hotelaria, gastronomia e participação da licitação do receptivo turístico em micro-ônibus elétricos. “O encontro foi bastante promissor. Durante a reunião com o prefeito, já ficou acertado o retorno deles a Ubatuba para a segunda quinzena de dezembro. Além dos próprios interesses, a ideia é trazer outros empresários para investir em outros seg-

mentos também”, comentou o secretário.

A vinda dos japoneses foi atraída pelo projeto City Tour Experience, cuja implantação está sendo projetada em Ubatuba. A escolha do City Tour foi motivada pela familiaridade com as novas tecnologias, visto que os ônibus utilizados serão elétricos abastecidos com energia solar, além de promover a sustentabilidade.

O objetivo do City Tour Experience é atender a demanda turística, proporcionando conhecimento sobre os equipamentos, pontos turísticos e estrutura da cidade. Ao todo, a iniciativa prevê oito rotas. O edital exigirá motoristas e guias bilingues. A previsão é que a média do ticket para o passeio fique em torno de R\$ 70,00 e a implantação da fase de teste prevista até maio de 2024.



Foto: Divulgação / Prefeitura Ubatuba

# BLACK FRIDAY

BOA SORTE PRA ENCONTRAR  
UMA DESCULPA PRA NÃO TREINAR.

PLANO ADULTO ANUAL

12X  
R\$ 439

PLANO PLATINUM ANUAL

12X  
R\$ 419

Promção válida para as novas matrículas ou renovação de planos anuais e sem bloqueio, nos planos Adulto (de 15 a 64 anos) e Platinum (a partir de 65 anos), vendidos entre 1 a 30 de novembro de 2023 na unidade SJC.

Unidade São José dos Campos  
(12) 3904-6000

Companhia  
Athletica





# SOCIAL & MODA

by Willian Roggles

## RAPIDINHAS COM WILLIAN ROGGLES

### JACARÉI FASHION

Nos dias 14 e 15 de novembro, vivenciamos a magia da moda na 1ª Edição do Jacaré Fashion Days, um evento que brilhou com o apoio da prefeitura, fundação cultural e empresas do comércio. Sob a liderança visionária de Dani Cambuzano e a colaboração das talentosas costureiras do "Gestores da Moda", testemunhamos a fusão perfeita de moda, cultura e arte.

Com uma paleta de estilos deslumbrantes, o evento cativou artistas, políticos, imprensa e o vibrante público da cidade. Parabéns à equipe por transformar cada passarela em uma tela viva de criatividade e elegância. Dani Cambuzano, com seu empenho e dedicação, revelou-se uma verdadeira líder na promoção da moda local. Ao lado de inúmeros parceiros, ela elevou o Jacaré Fashion Days a um patamar inigualável. Diante do estrondoso sucesso desta edição, já aguardamos ansiosos pela próxima em 2024. Que esse evento continue sendo um farol inspirador para a moda, impulsionando talentos e celebrando a beleza única que as costureiras do "Gestores da Moda" trazem ao mundo.



As vozes que encantaram o público no Jacaré Fashion Days Cecília Militão e Tical Pinto com a idealizadora do evento Dani Cambuzano.



Prefeito Izaías Santana, Secretário de Desenvolvimento Arildo Batista e o Secretário de Governo e Planejamento Celso Florêncio prestigiaram e apoiaram a Moda em Jacaré.

Fotos: Nando Junior



Anita Lafey mostra look estilo cigano nos tons preto e vermelho no JFD.



Look em renda na passarela JFD, por Robson Lobato.



Na passarela model Fábio Prianti.



Modelo profissional WR Camila Sena fez sucesso na passarela do JFD.



JFD com produção das gestoras da costura mostrou um look "noiva" modelo Ana Cláudia Cruz.



Participação da bateria da escola de samba "Luz do Amanhã".



Os Influenciadores oficiais do evento: Paula Fernandes, Letícia, Camila Moraes, Rhuan Cobrah e Nicolas Florentino.

### TALK SHOW

"Talk Show" para abertura do JFD no teatro municipal de Jacaré "Ariano Sussuna".



Personalidades experientes do mundo da moda, Reginaldo Fonseca, Carlos Carrasco e este colunista. Todos com carreiras de mais de 3 décadas.

# SOCIAL WILLIAN ROGGLES //

## BELEZA NEGRA 2023

No último dia 19 de novembro, São José foi palco do Concurso Beleza Negra, um evento marcante no calendário da cidade, realizado pela WR Models em celebração ao Dia da Consciência Negra. Com quase 70 participantes afrodescendentes, o desfile exibiu looks da Brasilenã e penteados deslumbrantes da Onda dos Cachos. O Sheriff Restaurante foi o cenário lotado desse espetáculo, embalado pela contagiante batida das escolas de samba. Em três emocionantes categorias, teen, adultos e senhores. Seis vencedores foram coroados, destacando a diversidade da beleza negra. Uma mesa de jurados composta por personalidades incríveis e a presença cativante da cantora Sara Braz elevaram o evento. A banda "Brilho no Olhar" encantou a todos, tornando a noite ainda mais memorável. Registro especial para Gil Freitas e Lili Falveiratto, cujas fotos capturaram a magia do momento. Que esta celebração seja mais um passo na jornada pela igualdade racial, mostrando ao mundo que a arte é um poderoso veículo de transformação. Parabéns a todos que fizeram parte dessa história!



Francisca Gil, Mariáda Serrano e Sílvia Máximo no Welcome Drink Concurso Beleza Negra WR models.



Mulheres maravilhosas Silvana Bretherick CEO "Onda dos Cachos", Jussara Medrado editora "No More Mag" e Sílvia Gleici da Brasilenã.



Nicolly Uchoas e Kaique Tarsi vencedores categoria teen Beleza Negra 2023.



Na categoria adulto o título ficou para a bela Karol Menezes e Rafael Barreto.



Jurados para avaliar os candidatos ao Concurso Beleza Negra 2023 e convidados especiais no Hall do Sheriff Restaurante com exposição África Photo e Arte



Tais Tanara, Anna Denny e Vava Beraldo.



Heloize Halena e Trajano categoria Master com a faixa de campeões no Concurso Beleza Negra Paulista 2023.

Fotos: Gilberto Freitas

## Livro É assim que acaba

Da autora das séries Slammed e Hopeless. Um romance sobre as escolhas corretas nas situações mais difíceis. As coisas não foram sempre fáceis para Lily, mas isso nunca a impediu de conquistar a vida tão sonhada. Ela percorreu um longo caminho desde a infância, em uma cidadezinha no Maine: se formou em marketing, mudou para Boston e abriu a própria loja. Então, quando se sente atraída por um lindo neurocirurgião chamado Ryle Kincaid, tudo parece perfeito demais para ser verdade. Ryle é confiante, teimoso, talvez até um pouco arrogante e se sente atraído por Lily. Porém, sua grande aversão a relacionamentos é perturbadora. Além de estar sobrecarregada com as questões sobre seu novo relacionamento, Lily não consegue tirar Atlas Corrigan da cabeça — seu primeiro amor e a ligação com o passado que ela deixou para trás. Ele era seu protetor, alguém com quem tinha grande afinidade. Quando Atlas reaparece de repente, tudo que Lily construiu com Ryle fica em risco. Com um livro ousado e extremamente pessoal, Colleen Hoover conta uma história arrasadora, mas também inovadora, que não tem medo de discutir temas como abuso e violência doméstica. Uma narrativa inesquecível sobre um amor que custa caro demais.

• Autor: Colleen Hoover



Foto: Divulgação

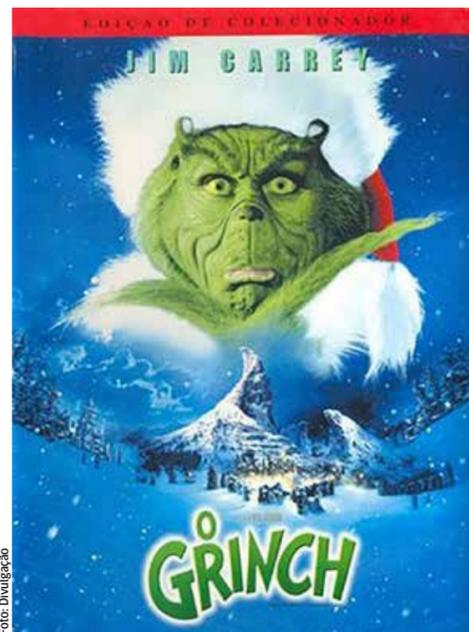


Foto: Divulgação

## Filme O Grinch

Um Grinch (Jim Carrey) que odeia o Natal resolve criar um plano para impedir que os habitantes da pequena cidade de Quemlândia possam comemorar a data festiva. Para tanto, na véspera do grande dia, o Grinch resolve invadir as casas das pessoas e furtivamente roubar delas tudo o que esteja relacionado ao Natal.

## Atividade

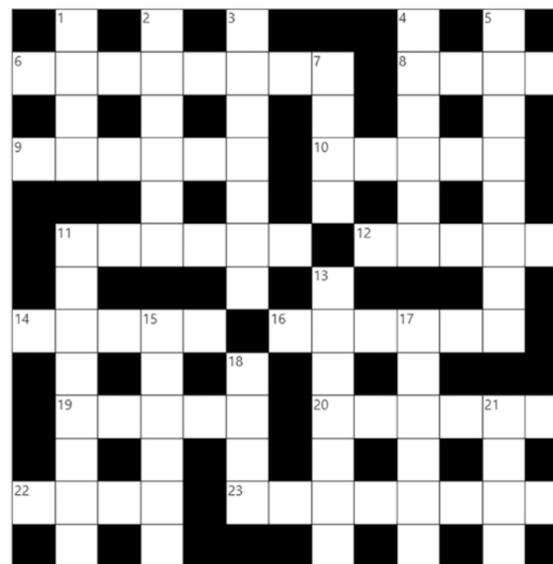


Foto: Divulgação

Encontros livres e independentes para exercitar o fazer manual com agulha e linha: realizar um reparo numa peça de roupa, aprender a mexer na máquina de costura doméstica, começar um bordado ou realizar um projeto pessoal no universo têxtil. Senhas no local 30 minutos antes.

### GRÁTIS

Local: Espaço Tecnologias e Artes  
Senhas no local 30 minutos antes.  
Datas e horários  
29/11 • Quarta • 14h30  
06/12 • Quarta • 14h30



Fonte: www.rachacuca.com.br

## CRUZADINHAmeon

### HORIZONTAIS

6. Gíria para insignificante, pequena. (8)
8. Abrir (em inglês). (4)
9. Modelo, exemplo. (6)
10. Movimentar o barco com ajuda de remos. (5)
11. Beijos (em inglês). (6)
12. Criatura mitológica pequena. Comum em jardins. (5)
14. Excesso de gordura na cintura. (5)
16. Bebidas (em inglês). (6)
19. Criador de uma obra literária. (5)
20. Fruto. (6)
22. Poema (em inglês). (4)
23. Que gera (feminino). (8)

### VERTICAIS

1. Vasilha usada para carregar água. (4)
2. Ganhos, vantagens. (6)
3. Natural da Europa. (7)
4. Comum (em inglês). (6)
5. Proposição matemática que precisa de demonstração para ser válida. (plural) (8)
7. Tipo de corte de cabelo. (4)
11. Marsupial que habita somente a Austrália e a Nova Guiné. (em inglês) (8)
13. Tipo de comida que deve ser evitada em excesso. (7)
15. Que chegou no final. (6)
17. Povo que não tem habitação fixa, que muda de lugar constantemente em busca de alimentos. (6)

## Foróscopo Mensal

POR MEU HORÓSCOP DO DIA

www.meu-horoscopo-do-dia.com  
facebook.com/MeuHoroscopoDoDia  
@meuhoroscopodia



*Aries*  
(21/03 - 20/04)

Você se mobiliza para mudar sua situação, suas trocas, seus laços. Você nem sempre usa o método suave e tenta marcar pontos em todos os terrenos. Não desista do diálogo, dê um passo em direção ao outro para passar suas mensagens e amenizar as coisas.



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

Mantenha o diálogo para ampliar suas perspectivas. Quer se trate dos seus assuntos atuais ou do seu coração, você consegue mudar melhor a situação dando um passo em direção ao outro do que impondo seus planos, por mais emocionantes que sejam.



*Gêmeos*  
(21/05 - 20/06)

Você trabalha principalmente para administrar o cotidiano que exige toda a sua atenção. Não negligencie detalhes importantes, não fuja de suas responsabilidades no bom andamento do seu negócio. Enquanto alguns aceitam os obstáculos em seu caminho, outros confiam em sua pura determinação para mudar as coisas.



*Câncer*  
(21/06 - 22/07)

Se uns têm oportunidade de fazer planos, outros vêem as suas ambições frustradas pela lentidão, pela relutância de um séquito que lhes impõe severos exames de aprovação. Seja qual for a sua situação, conte com um maior alcance para levar seus arquivos adiante e com a escuta atenta de seus entes queridos para ter paz no lar.



*Leão*  
(23/07 - 22/08)

Se você parece estar focado principalmente nas trocas familiares, alguns se saem bem quando outros se deparam com obstáculos, com dificuldades em administrar assuntos financeiros. Seja qual for a sua situação, você trabalha duro para atingir seus objetivos. Não seja arrogante, correndo o risco de reforçar bloqueios.



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

Alguns se comunicam com a família sem bater em uma parede, enquanto outros usam seu poder de convicção com sabedoria e sucesso. Se for uma questão de abordar assuntos delicados, coloque o interesse do grupo antes do seu, mas não abra mão da determinação de impressionar. Um compromisso a estabelecer entre o desejo de vencer e o risco de coagir.



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

Se tiver de defender os seus interesses, aposte na sua influência pessoal e na determinação inabalável de vencer a causa. Não fique atolado em debates que terminam em impasse, negocie, tente vencer ao invés de antagonizar aqueles ao seu redor. Você recebe mais facilmente o que pede se tiver tato em vez de forçar a passagem.



*Escorpião*  
(23/10 - 21/11)

Começa um novo ciclo de evolução. Se você aspira impor sua vontade ao mundo, você é menos expansivo no nível sentimental, a reflexão é essencial. Um passo para trás é necessário para saber onde você está e o que quer viver agora neste terreno.



*Sagitário*  
(22/11 - 21/12)

Não apresse nada, reserve um tempo para olhar para o passado para aprender lições valiosas, você está abrindo um novo ciclo de expansão. Aproxime-se com conhecimento de causa. Pense antes de agir para concluir projetos pessoais que atingirão uma parede se você se esquivar da caixa preparatória.



*Capricórnio*  
(22/12 - 20/01)

Cabeça cheia de projetos e a vontade de acelerar o movimento, de romper com uma rotina que pesa sobre você. Não vá muito rápido e reserve um tempo para pensar antes de agir para não bloquear as trocas. Outros confiam em sua determinação para convencer aqueles ao seu redor a acreditar neles e segui-los.



*Aquário*  
(21/01 - 19/02)

Você gasta muita energia para atingir seus objetivos profissionais, para encontrar os meios para financiar um projeto, para atender às necessidades de seus entes queridos. Não peça demais, sob risco de sofrer algumas decepções, investindo mais do que o razoável ou extraindo demais de sua reserva de energia vital.



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

Ambições crescentes, vontade de alargar os horizontes, até de realizar um sonho. Se uns têm de lidar com obstáculos que atrasam a sua expansão, outros aproveitam um séquito benevolente para evoluir e usufruem de uma influência que lhes permite somar pontos. Sua determinação ultrapassa os limites do possível.

# TUDO O QUE É BOM ACONTECE AQUI.

## MATRÍ CULAS ABERTAS 2024



### CONCURSO DE BOLSAS AGENDADO

Escolha o **dia** e a  
**hora** para fazer  
sua prova!



(12) 3904-2100  
(12) 99718-0490  
OBJETIVO-SJC.COM.BR

ACESSE O QR CODE E SAIBA MAIS.

### METODOLOGIA ATIVA

Aqui é mão na massa: conhecimento e prática andam juntos, assim como a qualidade, tradição e inovação.



### PREPARAÇÃO PARA A VIDA

Do projeto social às Olimpíadas do Conhecimento com tradição em medalhistas, o aluno desenvolve múltiplas habilidades e inteligências socioemocionais, com collabs entre alunos, grupos de estudos e plantões.



### VISÃO GLOBAL

Novo Centro de Internacionalização e ensino bilíngue integral, com experiências dentro e fora de sala de aula.



### NOVO ENSINO MÉDIO

Um dos currículos mais completos do país, com Itinerários Formativos e Eletivas que fazem o aluno experimentar, na prática, diversas profissões, sempre baseados nas experiências dos melhores professores.



### ESTRUTURA COMPLETA

Salas amplas, equipe pedagógica de alta performance, espaços exuberantes e muito estímulo para o aluno viver ao máximo suas experiências de aprendizado.



 **OBJETIVO**  
AQUARIUS