

# Folha de Valinhos

DO R... M... R... O C Ê

DESDE 1968



## FRATERNIDADE E ECOLOGIA INTEGRAL

Católicos iniciam tempo de reflexão e ação em defesa do planeta p. 7

### SAÚDE

## Valinhos confirma segunda morte de macaco por Febre Amarela

A Secretaria de Saúde de Valinhos confirmou a segunda morte de macaco por Febre Amarela no município. Desta vez, o macaco estava na região do Parque Valinhos. No dia 21 de fevereiro, o Instituto Adolfo Lutz confirmou a morte de um outro macaco na região da Rodovia Dom Pedro I. Outros dois animais que foram recolhidos pela Vigilância em Zoonozes tiveram resultado negativo e outros quatro tiveram material coletado que será. **Página 5**

### CadÚnico suspende temporariamente atendimento

O atendimento do Cadastro Único (CadÚnico) será suspenso temporariamente a partir da próxima quinta-feira (6 de março) na Prefeitura e no CRAS São Marcos. Os novos cadastros e as atualizações serão retomados no dia 17 de março. A suspensão provisória. **Página 6**

### Valinhos reforça rede de ensino com 20 novos profissionais

A Prefeitura de Valinhos segue fortalecendo a rede municipal de ensino com a convocação de 20 novos profissionais aprovados em concurso público. A medida foi publicada na edição da última sexta-feira, dia 21, do Boletim Municipal. **Página 4**

### CARNAVAL 2025



A partir deste sábado (1) o Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini será o ponto de encontro dos amantes do samba e da folia. A Prefeitura de Valinhos, por meio da Secretaria de Cultura e Turismo, apresenta a “Vila do Samba – Adoniran 115 anos”. O evento celebra o legado do compositor Adoniran Barbosa, um dos maiores nomes da música brasileira, e resgata a tradição do Carnaval na cidade. **Página 10**



### NOVO ENDEREÇO

Fundo Social transfere sede para a Rua Itália p.5

**SHALOM**  
Autopeças  
COM VOCE DESDE 1985  
www.shalomautopecas.com.br  
(19) 3829-7080  
(19) 99538-6191  
AV. DOS ESPORTES, 1003 - VILA BISSOTO - VALINHOS

Abertura e Encerramento de Empresas  
Assessoria Trabalhista  
Escrituração Fiscal e Contábil • Imposto de Renda  
Certidões Negativas • Contratos em Geral  
Regularização de Obras • Certificado Digital

**Veiga Postal**

UNIDADE VALINHOS: Nova Valinhos • Fone: 19 3829 8959  
UNIDADE JUNDIAÍ: Vila Hortolândia • Fone: 11 4521 8659  
UNIDADE JUNDIAÍ: Vila Arenis • Fone: 11 4527 4840  
UNIDADE CAMPINAS: CRÁZIA • Fone: 19 3529 1959  
e-mail: veigapostal@veigapostal.com.br  
www.veigapostal.com.br • @veigapostal  
19 98146 6111 - CRC SP 336655-0-0

### CARNAVAL 2025

## Confira o que abre e fecha no feriado de Carnaval em Valinhos

Página 6

USUARIO DE ÓCULOS?

**OUTLET PARIS**



**Valinhos**  
LOJA 01: RUA TREZE DE MAIO 165 - CENTRO (em frente a Igreja São Sebastião) (19) 99923-3100  
LOJA 02: RUA ANTÔNIO CARLOS 206 CENTRO (19) 98302-4404 | 3829-1506  
Capela / Vinhedo RUA JOSÉ FERRAGUT 71-UJ2 A - CAPELA (19) 99939-5100 | 3836-3180

**Campinas**  
LOJA 01: Óculos Express RUA GENERAL OSÓRIO 1236 - CENTRO (19) 98820-1989 | 33367-8397  
LOJA 02: Taguaral AV. MONSENHOR JERÔNIMO BAGGIO 46 (19) 99664-1900 | 3243-0619

fabricadeoculosparis @fabricadeoculosparis

**ARMAÇÕES R\$ 99\***

\* NA COMPRA DE SUAS LENTES



### DIRETO DA REDAÇÃO

**L. CARNAVAL 2025** Valinhos cai na folia a partir deste sábado, dia 1º, na Vila do Samba - Adoniran 115 Anos, que foi montada no Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini. Organizado pela Secretaria de Cultura e Turismo, a festa do Rei Momo promete agitar a cidade com shows, atividades infantis, food trucks e muita diversão.

**L. CARNAVAL 2025 2** Há quase uma década Valinhos não desfruta de um carnaval organizado pelo Poder Público. A retomada do evento é de grande importância para a economia local e para a cadeia produtiva do turismo, pois o simples fato de Valinhos sinalizar com a realização do Carnaval atrai para a cidade muitos visitantes e, além disso, muitos valinhenses acabam ficando na cidade para se divertir.

**L. FEIRA** O prefeito Franklin (PL) esteve no início da quarta-feira, dia 26, no Centro de Artes, Cultura e Comércio - CACC - durante a Feira do Produtor - Quarta é Feira - para realizar a entrega de uma Fiat Strada para a Associação Agrícola de Valinhos e Região. O veículo foi adquirido através de verba parlamentar da deputada Carla Zambelli (PL), que atendeu pedido do vereador Rafa Marques (PL).

**L. FEIRA 2** O veículo havia sido adquirido na gestão passada, mas não fizeram o mesmo chegar ao seu destino e a Associação estava cobrando a entrega. Em menos de 30 dias da sua posse - levando em conta que em janeiro toda a Administração estava envolvida na realização da 74ª Festa do Figo e da 29ª Expogoiaba - o prefeito havia determinado que o Termo de Comodato fosse preparado e assinado, o que aconteceu em fevereiro. A entrega das chaves foi feita pelo prefeito Franklin ao presidente da Associação Agrícola, o produtor Daniel Juliato, que também estava acompanhado de outros diretores da associação. O evento contou com a presença dos vereadores Israel Scupenaro (PL) e Edson Secafin (PL).

**L. FEIRA 3** Durante a entrega do veículo, Franklin enalteceu o trabalho dos agricultores e disse que a criação da Secretaria do Verde e da Agricultura, que tem como titular André Reis, tem por objetivo aproximar ainda mais a gestão pública das necessidades do agricultor. Nesta mesma noite, o prefeito anunciou aos produtores que participam da feira do produtor rural no Parque Municipal aos sábados que, pela primeira vez em anos de reivindicação, eles teriam a feira sendo realizada concomitante à realização do carnaval no Parque, sem a necessidade de descer para a marquise do ginásio.

**L. CRISE NO CAETANO** A Folha de Valinhos foi o único veículo da cidade a trazer à tona a situação de desabastecimento dos Supermercados Caetano. Desde o final do ano, o jornal vinha sendo questionado se não faria uma matéria sobre o que está ocorrendo, uma vez que a empresa sempre esteve presente na vida do valinhense.

**L. CRISE NO CAETANO 2** A situação que entristece muitos valinhenses também tem afligido os funcionários da empresa. Apesar de a diretoria da Rede não se manifestar em nenhuma das duas reportagens realizadas - o que a Folha de Valinhos entende e respeita - mas como jornal precisa também cumprir sua função social, que é a de informar.

**L. CRISE NO CAETANO 3** Esta semana, o jornal recebeu mensagens e imagens da unidade do Caetano de Campinas, onde funcionários demonstravam muita preocupação com a situação e pediam para que também falássemos sobre a unidade, que na última quarta-feira, DIA 26, acabou não abrindo.

**L. CF 2025** No ano em que o Brasil realiza a 30ª Conferência das Nações Unidas sobre Mudanças Climáticas, a Igreja Católica abre na próxima quarta-feira, dia 5, a Campanha da Fraternidade 2025, que joga luz nas questões ambientais ao tratar do tema: "Fraternidade e Ecologia Integral".

**L. CF 2025 2** O objetivo da campanha é levar cristãos e não cristãos a refletirem sobre a relação entre fé e o cuidado com o planeta e promover, em espírito quaresmal e em tempos de urgente crise socioambiental, um processo de conversão integral, ouvindo o grito dos pobres e da Terra.

## Folha de Valinhos

Publicado por Line Press Editora de Jornais e Revistas LTDA-ME

CNPJ/MF 18.672.236/0001-30 - Inscr. Mun. 20144/00w

Rua Luiz Favrin, 332 - Lenheiro, Valinhos/ SP - CEP 13270-020

Telefones: (19) 3327-8637 - Redação e Comercial

Jornalista Responsável - Andréa de Paula Juliato - MTB 25.114/SP

FUNDADOR: Mario Augusto

Representante em São Paulo: Radimprensa Representações Ltda.

Av. Brigadeiro Faria Lima, 1597 - Conjs: 304/305 - 3º andar - Tel/Fax: (11) 3813 1233

### MEMÓRIA HISTÓRICA

ACERVO FOLHA DE VALINHOS



Em nossa Memória Histórica desta Semana que celebra o carnaval, resgatamos essa imagem de 1979 do Carnaval de Salão do Clube Atlético Valinhense - CAV - que em 2025 celebra seu centenário. O CAV sempre se destacou pela tradição de seu carnaval de salão, um evento que conquistou o prestígio de seus sócios e convidados ao longo das décadas. Na imagem é possível ver o salão repleto de foliões, evidenciando a alegria e a animação que marcam essa festividade. Além do carnaval de salão, o clube também possui uma forte tradição no carnaval de rua, com a participação da Unidos da Madrugada Madrugada.

### Simone Bellini propõe espaço de acolhimento para vítimas de assédio



A vereadora Simone Bellini (União) apresentou, na sessão de da última terça-feira, dia 25, um projeto de lei

para criar em Valinhos um espaço dedicado a acolher vítimas de assédio moral e sexual no trabalho. O projeto visa estabelecer um local com infraestrutura e profissionais capacitados para fornecer suporte psicológico, orientação jurídica e encaminhamentos a órgãos competentes. Além do acolhimento, o espaço terá um papel preventivo, promovendo campanhas educativas sobre assédio e contribuindo para ambientes de trabalho mais seguros. A Prefeitura poderá firmar parcerias com entidades governamentais e ONGs para viabilizar a iniciativa. O projeto está em análise nas comissões da Câmara.

### Kiko Beloni e Edson Secafim propoem inclusão da planta Ora-Pro-Nóbis nas escolas

Os vereadores Kiko Beloni (Cidadania) e Edson Secafim (PL) apresentaram um projeto de lei, nesta terça-feira, dia 25, para incluir a planta Ora-Pro-Nóbis na merenda escolar de Valinhos. Com alto valor nutricional, a planta pode ajudar a combater a desnutrição infantil e promover hábitos saudáveis. O projeto propõe o cultivo da Ora-Pro-Nóbis nas hortas escolares, com capacitação para os profissionais que preparam os alimentos. Os vereadores destacam que a inclusão dessa planta melhora a qualidade da merenda, reduz custos e fortalece a saúde das crianças, citando experiências positivas em outros municípios.

O projeto está em análise nas comissões da Câmara e ainda não tem data para votação.



O projeto está em análise nas comissões da Câmara e ainda não tem data para votação.

### Mônica Morandi sugere mudanças na lei do Banco de Ração e Utensílios para Animais



A vereadora Mônica Morandi (PSDB) apresentou um projeto na sessão da ú-

tima terça-feira, dia 25, para alterar a lei do Banco de Ração e Utensílios para Animais.

A mudança visa ampliar os beneficiários do programa, aumentando a efetividade na distribuição dos recursos arrecadados. Se aprovada, a nova legislação incluirá protetores independentes cadastrados em Valinhos, ONGs de proteção animal, e municípios inscritos no CadÚnico ou em situação de vulnerabilidade social assistidos pela Secretaria de Assistência Social. A proposta também proíbe a venda dos produtos recebidos. O projeto está em análise nas comissões da Câmara e ainda não tem data para votação.

### NUMERALHA

## R\$ 672 MIL

foi o valor que o atual governo municipal investiu na aquisição de material escolar dos estudantes da Rede municipal. Deste total R\$ 534 mil foram utilizados para a Educação Infantil e Ensino Fundamental, e R\$ 138 mil para as creches.

## R\$ 475 MIL

esse foi o valor economizado com material escolar em 2025, sem comprometer a qualidade dos materiais oferecidos aos estudantes da Rede Municipal. No ano passado foram gastos R\$1.15 milhão.

## 55

é o número de profissionais concursados e que foram convocados pela Secretaria de Educação para atuar na Rede Municipal de Ensino em menos de 60 dias.

### ATMOSFERA



**HOJE (1º. MARÇO)**  
Sol o dia todo com algumas nuvens à tarde. Noite estrelada.  
Máx. 33°C Mín. 21°C



**DOMINGO (2. MARÇO)**  
Sol com muitas nuvens durante o dia e períodos de céu nublado. Noite com muitas nuvens.  
Máx. 33°C Mín. 21°C



**SEGUNDA (3. MARÇO)**  
Sol com algumas nuvens ao longo do dia. Noite de céu limpo.  
Máx. 34°C Mín. 20°C

FABRÍCIO BIZARRI \*

## O Carnaval como expressão cultural e motor de nossa economia criativa



O retorno do Carnaval a Valinhos, após uma década sem desfiles oficiais, das escolas de samba e blocos, não é apenas uma retomada de uma festa popular. É o resgate de uma identidade cultural que há décadas faz parte da história da nossa cidade. E a cidade de Valinhos não poderia celebrar esse momento sem homenagear um dos maiores ícones do samba brasileiro: Adoniran Barbosa, ilustre filho de Valinhos, que completaria 115 anos, em Agosto de 2025.

Adoniran Barbosa é mais do que um nome na história da música. Ele é o poeta do povo, o cronista dos bairros operários de São Paulo, o compositor que transformou o dia a dia das ruas em sambas imortais. Seu jeito único de compor e cantar, misturando humor, melancolia e a linguagem popular, fez com que suas músicas atravessassem gerações. E é justamente essa conexão com a cultura popular que faz do Carnaval um palco perfeito para celebrar seu legado.

O Carnaval de Valinhos sempre foi um espaço de encontro, celebração e expressão artística. Mais do que uma festa, ele representa uma verdadeira escola de cultura, onde crianças e jovens podem ter seu primeiro contato com a música, as artes plásticas, o teatro, a dança e todos os segmentos artísticos que fazem parte dessa grande manifestação. Os desfiles, as fantasias, os enredos e os sambas criados para a ocasião são resultado do trabalho de artistas, músicos, figurinistas e cenógrafos que colocam sua criatividade a serviço da arte.

Mas o impacto do Carnaval vai além da cultura. Ele é também um dos motores da economia criativa,

movimentando diversos setores produtivos. Desde costureiras e artesãos, marceneiros e serralheiros, até técnicos de som e iluminação, passando por vendedores ambulantes, food-trucks, comerciantes e profissionais do turismo, todos encontram nessa festa uma oportunidade de trabalho e renda. Cidades que investem em cultura colhem frutos não apenas no fortalecimento da identidade local, mas também no desenvolvimento econômico e social.

Com a criação da Vila do Samba – Adoniran 115, no Parque Municipal, Valinhos busca um formato acessível, democrático e inclusivo, onde todas as idades possam participar e sentir-se parte dessa celebração. A participação do bloco do Bem, formado pela ACESA Capuava e pela APAE de Valinhos, bem como o apoio de entidades como a Asserutil, conecta a cultura e as artes, com o desenvolvimento social. O Carnaval de Valinhos retorna como um festividade para toda a população, sem perder sua essência comunitária e seu compromisso com a valorização da cultura local.

Ao trazer de volta essa tradição, Valinhos reafirma que cultura não é gasto, mas sim, investimento. Cultura gera pertencimento, fortalece laços e impulsiona a economia. E se Adoniran Barbosa eternizou em seus sambas a alegria simples da vida, nada mais justo do que celebrar sua memória com aquilo que ele mais amava: música, festa e povo no Parque da Festa do Figo.

Que este seja apenas o primeiro de muitos carnavais que ainda poderão vir!

\***Fabrizio Bizarri** é músico, Gestor Cultural e Secretário de Cultura e Turismo de Valinhos.

JOÃO CARLOS ORQUIZA\*

## Na cadeia alimentar moderna, viramos predadores de nós

Durante grande parte de sua história, o ser humano viveu como qualquer outra espécie na natureza, enfrentando ameaças diretas à sua sobrevivência – predadores como leões, tigres e hienas moldaram a evolução de mecanismos cerebrais voltados à defesa e de luta ou fuga diante do perigo.

No entanto, com a Revolução Agrícola e o crescimento das civilizações, os desafios mudaram. O homem deixou de temer presas naturais para lidar com leis, normas e sistemas econômicos.

Esses novos critérios de sobrevivência substituem a luta contra predadores por uma batalha constante contra a exclusão social e a insegurança financeira. O medo de ser devorado deu lugar ao medo da falência, do desemprego

Moldamos uma sociedade que promove dívidas impagáveis, exigências de produtividade inatingíveis, precarização do trabalho e a redução do valor humano à capacidade de gerar lucro. Assim, o Homo sapiens eliminou seus predadores naturais apenas para se tornar caçador de si mesmo.

A busca incessante por eficiência nos transformou em peça de uma engrenagem que jamais pode parar. Sob o capitalismo, qualquer momento de descanso se torna um risco, e a exaustão é naturalizada como parte do caminho para o sucesso. Quem

nunca se viu obrigado a participar dessa cultura de hiperprodutividade apenas para garantir o mínimo de segurança financeira?

A predação não desapareceu, apenas mudou de forma. O novo predador não tem presas afiadas ou garras cortantes, mas se manifesta na forma de uma nova cadeia alimentar, baseada na dominação financeira e na concentração de poder.

Entretanto, essa lógica não é inevitável. Se desacelerarmos e questionarmos as estruturas que nos governam, veremos que é possível reformular a economia para que sirva às pessoas, e não o contrário. Isso exige a criação de um sistema mais equilibrado, que respeite os limites humanos e naturais, reduzindo a dependência do crescimento ilimitado como única medida de progresso.

A verdadeira evolução da humanidade não está na perpetuação da luta, mas na construção de um mundo onde a dignidade humana valha mais do que a produtividade. Afinal, qual o sentido de dominarmos o planeta se, no processo, nos tornarmos escravos de nossas próprias criações?

\***João Carlos Orquiza** é pesquisador teórico-conceitual e autor de O Preço da Vida: seu trabalho, sua energia - o verdadeiro motor da economia mundial.

## editorial

### O Retorno do Carnaval: Alegria, Tradição e Responsabilidade

Após um hiato de 10 anos, Valinhos se prepara para reviver a magia do Carnaval em 2025. A festa, que tomará conta do Parque Municipal “Monsenhor Bruno Nardini”, com o tema “Adoniran 115 Anos – Carnaval 2025”, promete ser um marco na retomada da tradição carnavalesca da cidade.

A decisão da administração do prefeito Franklin de resgatar o Carnaval demonstra o reconhecimento da importância da festa para a cultura e a economia local. O evento não apenas celebra a alegria e a tradição popular, mas também impulsiona o turismo, atraindo visitantes que movimentam a cadeia produtiva e fortalecem o comércio local.

A retomada do Carnaval em Valinhos resgata a memória dos antigos carnavais de rua, que marcaram época com a participação de blocos como o Formiga, Asabranca e escolas de samba como Leão da Vila, Moinho Velho, Águias da Avenida, Cai-Cai e Unidos da Madrugada. A paixão pelo Carnaval mobilizava uma verdadeira força-tarefa, envolvendo costureiras, soldadores, montadores de alegorias e carros alegóricos, além de famílias inteiras que se dedicavam à produção da festa.

Neste ano, a festa ganha um novo formato, com eventos diurnos que convidam toda a família a participar da folia. A programação diversificada inclui apresentações de blocos carnavalescos, shows de samba e axé, matinês para crianças e idosos, além de feira de artesanato e praça de alimentação com food trucks.

Além do Parque Municipal, os clubes sociais da cidade, como o Country Club e o Clube Atlético Valinhense - que celebra o carnaval no ano do seu centenário de fundação - também pre-

pararam programações especiais para celebrar o Carnaval. A festa se estende por toda a cidade, contagiando moradores e visitantes com a alegria contagiante da folia.

**“O Carnaval, em sua essência, transcende a mera celebração festiva. Ele se configura como um poderoso vetor de identidade cultural, capaz de unir gerações e fortalecer os laços comunitários”**

O Carnaval, em sua essência, transcende a mera celebração festiva. Ele se configura como um poderoso vetor de identidade cultural, capaz de unir gerações e fortalecer os laços comunitários. Em Valinhos, a retomada dessa tradição representa um

resgate da memória coletiva, um momento de celebração da alegria e da diversidade que caracterizam o povo brasileiro.

No entanto, a celebração do Carnaval exige responsabilidade e segurança. É fundamental que os foliões aproveitem a festa com moderação, evitando o consumo excessivo de bebidas alcoólicas e drogas, e respeitando as leis de trânsito.

Neste aspecto é importante reforçar e destacar que as cidades da Região Metropolitana de Campinas (RMC) também se preparam para o Carnaval com programações especiais para os foliões. No entanto, a mobilidade entre os municípios exige atenção redobrada, especialmente no que diz respeito à segurança nas rodovias. O consumo excessivo de álcool e o excesso de velocidade representam riscos significativos, colocando em perigo a vida dos jovens que se deslocam em busca de diversão.

É fundamental que os foliões adotem uma postura responsável, priorizando o uso de transporte público ou aplicativos de mobilidade. A conscientização sobre os perigos da combinação álcool e direção é essencial para garantir um Carnaval seguro e sem acidentes. As autoridades competentes, como a Polícia Rodoviária e os órgãos de trânsito municipais, devem intensificar a fiscalização e promover campanhas educativas para alertar os jovens sobre os riscos da imprudência.

Outra atenção especial deve ser focada em nossas crianças e idosos, especialmente em dias de calor intenso, exigindo cuidados com hidratação e alimentação balanceada.

Para garantir a segurança de todos, a Prefeitura Municipal preparou um esquema especial de segurança, com reforço no policiamento e equipes de saúde de prontidão. A conscientização dos foliões é fundamental para que o Carnaval seja um momento de alegria e celebração para todos.

A retomada do Carnaval em Valinhos é um marco na história da cidade, resgatando a tradição e celebrando a cultura popular. A festa promete ser um momento de alegria, diversão e união para toda a comunidade.

## EDUCAÇÃO

## Valinhos reforça rede de ensino com 20 novos profissionais concursados

Prefeitura convoca novos profissionais e otimiza recursos para garantir ensino de qualidade

## Da Redação

A Prefeitura de Valinhos segue fortalecendo a rede municipal de ensino com a convocação de 20 novos profissionais aprovados em concurso público. A medida foi publicada na edição da última sexta-feira, dia 21, do Boletim Municipal e contempla a nomeação de dois diretores de unidade, um vice-diretor, um coordenador pedagógico, nove professores de nível 1, um professor de matemática, dois professores de ciências, três auxiliares de desenvolvimento infantil e um ajudante geral.

Com a nova convocação, a atual gestão municipal totaliza a contratação de 55 novos profissionais para atuar na Educação em menos de 60 dias. A ação reafirma o compromisso da Administração em garantir um ensino de qualidade, assegurando a recomposição da equipe pedagógica e de apoio para melhor atender os estudantes da rede municipal.

A nomeação dos novos profissionais faz parte de um amplo esforço da nova administração para melhorar as condições de ensino em Valinhos. O objetivo é assegurar que as escolas estejam plenamente estruturadas para oferecer um ambiente adequado de aprendizagem, com equipes capacitadas e comprometidas com a formação dos alunos.

“Ao assumirmos a Secretaria,



encontramos um sistema educacional fragilizado, com escolas em más condições, déficit de profissionais, contratos com valores acima da média de mercado e falhas nos processos licitatórios. A desvalorização dos professores na gestão anterior resultou na perda de muitos educadores. Desde 1º de janeiro, temos trabalhado com determinação para mudar essa realidade. Sabemos que os desafios são grandes e que não se resolvem da noite para o dia, mas nossa gestão será marcada por ação concreta, compromisso e diálogo permanente”, afirma o secretário de Educação, André Amaral.

### Economia e gestão eficiente dos recursos

Além do reforço na equipe educacional, a Prefeitura também implementou uma gestão mais eficiente dos recursos públicos. Um exemplo é a aquisição de materiais escolares. No ano passado, o investimento foi de aproximadamente R\$ 1,15 milhão. Com a nova administração, o custo para 2024 foi otimizado para R\$ 534 mil destinados à Educação Infantil e Ensino Fundamental, e mais R\$ 138 mil para as creches, totalizando R\$ 672 mil. Isso representa uma economia superior a R\$ 475 mil, sem comprometer a qualidade dos materiais fornecidos aos alunos.

## Prefeito Franklin anuncia novo veterinário e reforma no Bem-Estar Animal durante reunião com protetores

Mais de 50 representantes de ONGs e protetores independentes da causa animal participaram do encontro

## Da Redação

O prefeito de Valinhos, Franklin Duarte de Lima (PL), anunciou no último dia 20, a contratação de mais um veterinário, via concurso público, e a reforma do prédio do Departamento de Proteção e Bem-Estar Animal. O anúncio foi feito durante reunião na Câmara Municipal, promovida pela vereadora Mônica Morandi (PSDB), que reuniu representantes das secretarias do Verde e Agricultura, Segurança Pública e Cidadania, além de entidades e protetores independentes da causa animal.

Durante o discurso, Franklin reforçou o compromisso da gestão com a ampliação e melhoria do atendimento no Bem-Estar Animal, localizado no Parque Valinhos. Ele destacou que a chegada de um novo veterinário irá otimizar os serviços e garantir um atendimento mais humanizado aos pets acolhidos pelo departamento. Atendendo a uma demanda da população, o prefeito também anunciou o início das obras de reforma da sede do Bem-Estar Animal.

O secretário do Verde e Agricultura, André Reis, ressaltou a importância da parceria entre a Prefeitura,



a Câmara e os representantes da causa animal. “Foi um encontro muito produtivo, pois conseguimos esclarecer como será conduzido o trabalho no Bem-Estar Animal”, afirmou. A diretora do Bem-Estar Animal, Alesandra Fontanesi, fez uma apresentação técnica abordando temas como o funcionamento do departamento, dados atualizados, a valorização das protetoras, a regulamentação das leis e outras pautas relevantes. Segundo ela, o encontro também serviu para que as entidades apresentassem novas demandas e sugestões. O evento contou ainda com a

presença do secretário de Segurança Pública e Cidadania, Osvaldo Rocco, além de representantes da Guarda Civil Municipal (GCM) e da Guarda Ambiental. A GCM é responsável pelo atendimento inicial de chamados sobre maus-tratos e autuações, enquanto a Ambiental atua em casos envolvendo animais silvestres.

Estiveram presentes os vereadores Israel Scupenaro, presidente da Câmara, e Edson Secafim, além da idealizadora do evento, vereadora Mônica Morandi, e mais de 50 representantes de ONGs e protetores independentes da causa animal.

## ENCONTRO

## Valinhos fortalece parceria com Estado em Assistência Social

Município busca ampliar acesso a programas e benefícios para a população



DA REDAÇÃO A Secretaria de Desenvolvimento Social e Habitação, participou do Encontro com Secretários e Secretárias Municipais de Assistência Social, promovido pelo Governo do Estado de São Paulo.

O evento teve como objetivo estreitar laços com os novos gestores municipais e orientar sobre a adesão aos programas, serviços e benefícios oferecidos pela Secretaria Estadual de Desenvolvimento Social (SEDS).

Realizado na última sexta-feira, dia 21, no Palácio dos Bandeirantes, o encontro contou com a presença do governador Tarcísio de Freitas e da primeira-dama e presidente do Fundo Social de São Paulo, Cristiane Freitas.

“O encontro reuniu gestores municipais de todo o Estado para discutir estratégias e apresentar ações voltadas ao fortalecimento das políticas públicas ligadas ao SUAS (Sistema Único de Assistência Social), com foco no fomento e apoio aos municípios paulistas. Isso está alinhado com a orientação do prefeito Franklin, que tem como prioridade o desenvolvimento social em Valinhos”, destacou a secretária de Desenvolvimento Social e Habitação, Célia Leão, que representou o município na reunião.

A secretária-adjunta de Desenvolvimento Social e Habitação, Dulce Maria de Paula Souza, também esteve presente no evento.

## HABITAÇÃO

## Câmara aprova mais um projeto para avançar na construção de moradias populares em Valinhos



DA REDAÇÃO Os vereadores aprovaram, na sessão da última terça-feira, dia 25, mais um projeto de lei que permite avançar na construção de moradias populares em Valinhos. O texto, de autoria do vereador Alécio Cau (PSB), resolve uma pendência que existia na área, localizada no bairro Ortizes.

Serão 250 apartamentos em terreno próximo ao Recanto dos Velinhos. Os imóveis fazem parte do programa “Minha Casa, Minha Vida” e vão atender a população de baixa renda (Faixa 1 do programa).

Mudanças na legislação fo-

ram necessárias para viabilizar a construção. Uma delas, aprovada nesta terça-feira, retira a obrigatoriedade de debate público para substituição de local de ecoponto já instalado sempre que houver motivo de força maior, imposição judicial ou destinação do local de origem para implantação de programa ou projeto habitacional de cunho social.

Conforme explica o vereador Alécio, a alteração na lei dos ecopontos foi necessária porque as moradias ficarão em área onde hoje existe um ecoponto. Embora ele já esteja desativado, a lei precisou ser alterada.

## SAÚDE

# Segunda morte de macaco por Febre Amarela é confirmada em Valinhos

Animal foi recolhido no Parque Valinhos; Secretaria de Saúde aguarda resultado de exame de outros quatro macacos



Da Redação

A Secretaria de Saúde de Valinhos confirmou a segunda morte de macaco por Febre Amarela no município. Desta vez, o macaco estava na região do Parque Valinhos. No dia 21 de fevereiro, o Instituto Adolfo Lutz confirmou a morte de um outro macaco na região da Rodovia Dom Pedro I. Outros dois animais que foram recolhidos pela Vigilância em Zoonoses tiveram resultado negativo e outros quatro tiveram material coletado que será enviado ao Instituto Adolfo Lutz.

Diante da confirmação da morte do macaco, a Vigilância em Saúde vai passar novamente com a vacinação casa a casa contra a Febre Amarela no Parque Valinhos. Du-

rante as abordagens que estão sendo feitas pela região nos últimos dois dias, cerca de 80% dos imóveis estavam fechados. As equipes vão voltar ao bairro para ampliar a vacinação nesta sexta-feira (28) e após o Carnaval na quinta-feira (6) e sexta-feira (7). A última vez em que a presença do vírus da Febre Amarela foi detectada em macacos em Valinhos foi em 2018.

No dia 14 de fevereiro, Valinhos confirmou a morte de um morador de 57 anos, morador do bairro São Cristóvão, por Febre Amarela. Ele trabalhava na região da Rodovia Dom Pedro I e não tomou a vacina contra a doença. Este foi o único caso registrado até o momento de Febre Amarela em humano em Valinhos, que não tem nenhum caso suspeito.



## O que fazer ao encontrar um macaco morto ou doente?

- Não tocar ou enterrar o animal;
- Evitar que os outros animais se aproximem;
- Avisar imediatamente a Divisão de Vigilância em Zoonoses pelo telefone (19) 3829-1252.

## "FIAPOS DE MANGA"

# Feira de Adoção especial de cães neste sábado, dia 1º, no Parcão

Da Redação

A Secretaria do Verde e da Agricultura realizará um evento de adoção de cães da 'raça' Fiapos de Manga neste sábado, 1º de março, às 9h, no Parcão, na Praça Mário José Holler, Jardim Recanto. Serão oferecidos cinco filhotes (três fêmeas e dois machos) de aproximadamente três meses, todos vacinados.

Os interessados em adotar devem ter mais de 18 anos, passar por uma entrevista e apresentar documentos pessoais. O Fiapo de Manga é um termo carinhoso para cães sem raça definida, conhecidos por sua pelagem alaranjada e personalidade doce, adequados para qualquer lar.

Além dos Fiapos de Manga, o abrigo municipal conta com 24 cães e 22 gatos disponíveis para adoção. O abrigo fica na Alameda das Mangueiras, 828, Parque Valinhos. Para mais informações, os contatos são: WhatsApp (19) 97167-7283 e telefone (19) 3829-2197.



## SERVIÇO

Evento de Adoção de 'Fiapos de Manga'

Data: 1º de março (sábado)

Horário: 9h às 12h

Local: Parcão (Praça Mário José Holler – entre as ruas Carlos Penteado Stevenson, Pedro Zanivan e Patrulheira Silvia Helene Verdo, no Jardim Recanto)

## NOVO ENDEREÇO

# Fundo Social transfere sede para a Rua Itália para ampliar e centralizar serviços

Prédio já abrigava a cozinha industrial do órgão; novo espaço é mais amplo e oferece mais comodidade e eficiência no atendimento aos munícipes



DA REDAÇÃO A sede do Fundo Social de Solidariedade agora está em um novo endereço, em um imóvel mais amplo e estruturado, localizado na Rua Itália, nº 267, no Centro.

Segundo a direção do Fundo Social, presidido pela primeira-dama Carina Wedekin Duarte de Lima, a mudança para o novo imóvel na Rua Itália, na região central e próximo à Rodoviária, visa aprimorar os serviços oferecidos à população. Entre eles estão o atendimento aos munícipes em situação de vulnerabilidade, a distribuição de cestas básicas, a entrega de kits para recém-nascidos, a doação de roupas e livros para famílias carentes, além da realização de um bazar com peças a preços simbólicos e a oferta de diversos cursos gratuitos.

A presidente Carina destaca que a transferência da sede para o prédio da Rua Itália, onde já funciona a cozinha industrial do órgão — que até então também atendia aos alunos do Centro Cultural Vicente Musseli (Unidade II) — possibilita a

unificação dos serviços do Fundo Social. Com um espaço mais amplo e um maior número de salas, o novo local está preparado para atender aos projetos planejados para 2025, ampliando o suporte à população.

“Estamos ampliando a oferta de cursos gratuitos e unificando todos os serviços do Fundo Social em um único espaço. Além dos cursos de processamento de alimentos e corte e costura, já planejamos a criação de um salão de beleza para aulas de cabeleireiro e maquiagem, além de um espaço dedicado a aulas de informática. É um projeto que estamos desenvolvendo com dedicação e queremos colocar em prática o mais rápido possível. Em breve, divulgaremos toda a programação”, afirma a presidente do Fundo Social.

Na nova sede, o bazar solidário do Fundo Social foi retomado no último dia 12 e agora funciona durante toda a semana. O horário de atendimento na nova unidade é de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 13h30 às 16h. O bazar da Rodoviária segue com seu funcionamento habitual, das 8h às 16h.

## "MEU EMPREGO"

# Curso Trabalho em Equipe está com inscrições abertas

DA REDAÇÃO O curso Trabalho em Equipe, que será realizado entre os dias 24 de março e 9 de abril, está com as inscrições abertas. O curso é gratuito e direcionado para todas as pessoas que buscam desenvolver competências e habilidades na busca por uma oportunidade no mercado de trabalho. Entre os temas abordados estão: desenvolvimento de habilidades e competências pessoais, elaboração de currículo, técnicas de preenchimento de formulário e participação em entrevistas, planejamento financeiro, orientações sobre busca de emprego e trabalho por conta própria.

Os alunos recebem lanche e vale-transporte para participação do curso que será realizado na sede do Patrulheiros de Valinhos. O curso Trabalho em Equipe faz parte do programa Meu Emprego da Secretaria de Desenvolvimento Econômico do Governo do Estado de São Paulo.

## Confira os detalhes

Estão abertas 25 vagas para um curso que possui os seguintes requisitos para participação: é necessário ter mais de 16 anos, saber ler e escrever e residir em Valinhos.

As aulas ocorrerão nos dias 24, 25, 26 e 31 de março, além de 1, 2, 7, 8 e 9 de abril, no horário das 7h30 às 11h30. O local das atividades será na sede dos Patrulheiros Valinhos, situada na Rua Vicente Rossi, 175, no Residencial São Luiz.

As inscrições devem ser feitas até o dia 16 de março e podem ser realizadas no Posto de Atendimento ao Trabalhador de Valinhos (PAT), que fica na Rua Dr. Cândido Ferreira, 45, no Centro. O atendimento é feito de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 16h.

Para se inscrever, é necessário apresentar alguns documentos: RG, CPF ou CNH, além de um comprovante de residência. Para mais informações, entre em contato pelo telefone (19) 3849-7187, com Márcio Araújo.

**TEMPORARIAMENTE**

# Valinhos suspende atendimento do CADÚNICO

A suspensão tem início no próximo dia 6. Os novos cadastros e as atualizações serão retomados no dia 17 de março



Da Redação

O atendimento do Cadastro Único (CadÚnico) será suspenso temporariamente a partir da próxima quinta-feira (6 de março) na Prefeitura e no CRAS São Marcos. Os novos cadastros e as atualizações serão retomados no dia 17 de março. A suspensão provisória ocorre devido à migração para a nova plataforma do governo federal, que visa agilizar e facilitar o acesso dos beneficiários aos programas sociais.

A mudança do sistema informatizado da Caixa Econômica Federal (CEF) para a plataforma do governo federal trará mais eficiência e transparência aos serviços públicos, além de simplificar o acesso dos cidadãos por meio de ferramentas centralizadas e mais modernas.

A partir de 6 de março, a Central do Cadastro Único da Prefeitura funcionará apenas para esclarecer dúvidas e fornecer orientações. Para isso, basta apresentar o CPF.

O CadÚnico garante o acesso das famílias de baixa renda a diversos

benefícios, como a tarifa social de água e energia elétrica, além de programas de transferência de renda.

A Central do Cadastro Único está localizada no Paço Municipal, na Rua Antônio Carlos, 201, Centro, e atende os municípios pertencentes aos CRAS Central 1, Central 2 e Figueiras.

Já o CRAS São Marcos realiza o atendimento na própria unidade, situada na Rua João Previtalo, 2168, Jardim Alto da Colina. Ambos os órgãos funcionam de segunda a sexta-feira, das 8h30 às 16h.

**MELHORIAS**

## DAEV inicia revitalização de instalações pela ETA-I

Manutenção básica foi negligenciada pela gestão anterior



Da Redação

O DAEV SA deu início no último dia 19 ao processo de revitalização de suas instalações. A primeira fase contempla a Estação de Tratamento de Água I (ETA-I) e o laboratório de análise da água, ambos localizados na Vila Embaré. Após a conclusão desses serviços, as equipes estenderão as melhorias para os demais prédios da autarquia.

Segundo o diretor de Operação e Manutenção, Ricardo Gardin, a

nova administração encontrou os prédios deteriorados e sem qualquer manutenção adequada. “A gestão anterior deixou de realizar até mesmo a manutenção básica. Itens essenciais para garantir um bom atendimento à população sequer foram adquiridos. Agora, estamos trabalhando para reorganizar a estrutura e proporcionar melhores condições de trabalho aos funcionários”, ressaltou.

O diretor-presidente do DAEV SA e vice-prefeito, Luiz Mayr Ne-

to, destacou que a revitalização vai além da pintura dos prédios. “Estamos realizando poda de árvores, instalando novos equipamentos para o tratamento de água e o laboratório, promovendo uma limpeza geral e consertando as calçadas no entorno das unidades. Em diálogo com o prefeito Franklin, nossa meta é recuperar todas as instalações do DAEV e garantir um ambiente adequado tanto para os servidores quanto para a prestação de serviços à população”, afirmou.

**CARNAVAL 2025**

## Confira o que abre e fecha no feriado de Carnaval na cidade

Repartições públicas encerram expediente nesta sexta-feira às 16h e retomam na quinta-feira às 8h30. Prefeitura mantém serviços essenciais e de lazer no feriado

DA REDAÇÃO- A Prefeitura de Valinhos mantém os serviços essenciais e plantões neste feriado de Carnaval. As repartições públicas encerram expediente nesta sexta-feira, dia 28, às 16h e retomam o atendimento na quinta-feira, dia 6, às 8h30.

Confira a relação de serviços, horários de funcionamento e telefones para solicitar atendimentos emergenciais durante o fim de semana e os dias definidos como pontos facultativos (3, 4 e 5 de março):

**Guarda Civil Municipal:** mantém rotina de trabalho com funcionamento 24h. O serviço poderá ser acionado pelo telefone 153;

**Defesa Civil:** atendimento 24h, com chamadas por meio do telefone 199;

**DAEV:** plantão 24 horas para atendimentos emergenciais pelo telefone 08000 133839.

**Saúde**

A Unidade de Pronto-Atendimento (UPA) e Unidade de Atendimento Pediátrico, Ginecológico e Obstétrico de Valinhos (Upinha): atendimento normal 24 horas;

**Centro de Especialidades Odontológicas (CEO):** atendimentos de urgência e dor sábado (1/03) das 7h às 19h e domingo (2/03) das 7h às 13h;

**Unidades básicas de saúde:** permanecem fechadas do sábado (1/03) até à quarta-feira (5/03). Retomam o atendimento na quinta-feira (6/03).

**Transporte público**

**Sábado (1/03):** mantidos horários de sábado;

**Domingo (2/03):** mantidos horários de domingo;

**Segunda-feira (3/03):** linhas seguem horários de dias úteis;

**Terça-feira (4/03):** linhas circulam nos horários de sábado, domingo e feriados.

**Lazer**

Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini: aberto todos os dias a partir das 8h;

Centro de Lazer do Trabalhador (CLT) Ayrton Senna da Silva: aberto todos os dias das 6h às 21h30.

**Coleta de lixo doméstico:** segue programação normal;

Posto de Atendimento ao Trabalhador (PAT): encerra o expediente na sexta-feira (28/02) e retoma na quinta-feira (6/03).

**TRANSPORTE PÚBLICO**

## Ampliação dos horários da Linha 502 do São Bento e Linhas 501 e 514 em Alpinas e Vale Verde



DA REDAÇÃO - A linha de ônibus 502, que liga o Terminal Rodoviário ao bairro São Bento do Recreio, agora oferece cinco viagens adicionais e um novo veículo para otimizar o atendimento aos usuários. Com isso, foram também implementados três horários especiais com itinerário invertido, facilitando o acesso à unidade básica de saúde e ao comércio local, nos horários de 6h20, 12h30 e 17h40. O primeiro horário de saída do bairro permanece às 4h55, e o último às 23h20.

Além disso, as linhas que atendem os bairros Alpinas e Vale Verde também estão com horários ampliados. A linha

501 - Alpinas agora opera diariamente, com partidas da rodoviária a cada hora, sendo o primeiro ônibus às 5h40 e o último às 22h50. Já a linha 514, que atende o Vale Verde, agora funciona de segunda a sábado, com o primeiro horário às 8h45 e o último às 22h45.

Essas melhorias na mobilidade urbana visam oferecer um transporte coletivo mais adequado e eficiente, de acordo com o secretário de Mobilidade Urbana, João Gaido. A ampliação dos horários e a introdução de novas viagens são passos importantes para garantir que a população tenha acesso facilitado ao transporte público, especialmente após as restrições impostas pela pandemia.

CF 2025: FRATERNIDADE E ECOLOGIA INTEGRAL

# Católicos iniciam tempo de reflexão e ação em defesa do planeta



São Francisco de Assis representa o homem novo que viveu uma experiência com o amor de Deus, em Jesus crucificado, e reconciliou-se com Deus, com os irmãos e irmãs e com toda a criação. O recorte é da obra do período barroco "Êxtase de São Francisco de Assis", de Jusepe De Ribera

## REDAÇÃO

Na próxima Quarta-feira de Cinzas, dia 5 de março, a Igreja Católica no Brasil inicia a Campanha da Fraternidade 2025, um convite à reflexão sobre a crise socioambiental que assola o planeta. Com o tema "Fraternidade e Ecologia Integral" e o lema "Deus viu que tudo era muito bom" (Gn 1,31), a campanha busca despertar a consciência para a necessidade de uma conversão ecológica e espiritual, inspirada no exemplo de São Francisco de Assis e na encíclica Laudato Si' do Papa Francisco.

Em Valinhos, as cinco paróquias - São Sebastião, São Cristóvão, Sant'Ana, São José de Anchieta e Nossa Senhora das Graças - abrem o período da quaresma na quarta-feira de cinzas e consequentemente a Campanha da Fraternidade com as Missas de Distribuição de Cinzas. Na Paróquia de São Sebastião as missas vão acontecer às 7h00, 12h15 e 19 horas. Na

Comunidade Santo Antonio a Missa será celebrada às 19 horas. Nas comunidades - Santa Cruz, Nossa Senhora de Fátima, Sagrada Família, Menino Jesus de Praga e Santa Rita de Cássia, haverá celebração da Palavra.

A iniciativa da Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB) ganha ainda mais relevância em 2025, ano em que o Brasil sediará a COP 30, em Belém (PA), evento que reunirá líderes mundiais para discutir soluções para as mudanças climáticas.

A CF 2025 propõe um diálogo sobre a relação entre fé e cuidado com a criação, convidando os fiéis a ouvirem o "grito dos pobres e da Terra". O objetivo é promover um processo de conversão integral, que passa pela mudança de hábitos individuais e coletivos, pela defesa dos direitos dos povos tradicionais e pela busca por um modelo de desenvolvimento mais justo e sustentável.

A temática ambiental, que já foi abordada em outras oito edições da

Campanha da Fraternidade, ganha agora um novo enfoque, a Ecologia Integral, conceito central no pensamento do Papa Francisco. A proposta é uma visão abrangente da crise ecológica, que reconhece a interconexão entre os problemas sociais e ambientais, e a necessidade de soluções integradas.

A Campanha da Fraternidade 2025 nos convida a repensar nossa relação com o planeta, a reconhecer a beleza e a bondade da criação divina, e a agir em defesa da vida em todas as suas formas. É um chamado à esperança, à conversão e à construção de um futuro mais justo e sustentável para todos.

Mais que isso, a CF 2025 convida católicos e não católicos a reconhecer a urgência de uma mudança de paradigma e a abraçar a esperança de um futuro mais justo e sustentável. Que este tempo de Quaresma seja um período de conversão, de compromisso e de ação, em defesa da vida e da casa comum que compartilhamos.

## Plantão Financeiro da CDHU acontece na EMEB Dom Bosco no próximo dia 15 de março

Evento também contará com ações de saúde e adoção responsável de animais

## REDAÇÃO

A Secretaria de Desenvolvimento Social e Habitação da Prefeitura de Valinhos vai promover no próximo dia 15, um Plantão Financeiro da Companhia de Desenvolvimento Habitacional e Urbano do Estado de São Paulo (CDHU).

O atendimento será realizado na EMEB Dom Bosco, das 8h30 às 12h30, com o objetivo de auxiliar os beneficiários contemplados com moradias no Jardim São Marcos.

No local, técnicos da CDHU estarão à disposição para esclarecer

dúvidas relacionadas ao financiamento habitacional.

"Os beneficiários poderão quitar suas dívidas, solicitar a escritura definitiva, retirar boletos, realizar acordos, transferir contratos, entre outros serviços. Com isso, evitamos a necessidade de deslocamento até a sede da CDHU, em Campinas", destacou a secretária de Desenvolvimento Social e Habitação, Célia Leão.

A ação atende a uma solicitação do prefeito Franklin Duarte de Lima e conta com o apoio das Secretarias da Saúde e do Verde e Agricultura.

## Atendimento de Saúde e Adoção de Animais

A Secretaria da Saúde disponibilizará uma equipe para a realização de testes de glicemia, aferição de pressão arterial e orientações gerais sobre saúde. "É uma oportunidade para avaliar sua saúde e receber orientações preventivas", destacou a secretária.

Já o Departamento de Proteção e Bem-Estar Animal, vinculado à Secretaria do Verde e Agricultura, promoverá um evento de adoção de pets, além de fornecer informações sobre posse responsável e cuidados com os animais.



## Momentos

Pr. Rui Mendes Faria

## Esse Tempo Não Volta Mais

Havia um tempo em que as crianças corriam descalças pelas ruas até o anoitecer, sem medo, sem pressa. O dia começava com pega-pega, depois vinha a queimada, e, exaustos, dormíamos sem precisar de telas para nos distrair. Ao acordar, lá íamos nós para a escola, onde aprendíamos com a famosa Cartilha Caminho Suave. Quem se lembra dela?

Naquele tempo, sair do quarto ano primário significava estar alfabetizado. Todos tinham que decorar a tabuada de 1 ao 10, resolver problemas matemáticos e conjugar verbos sem titubear. O ensino era rígido, mas eficaz. Ainda assim, sobrava tempo para rodar pião, soltar pipa, jogar bolinha de gude e pular amarelinha.

Não havia celular para roubar nossa atenção. Se queríamos falar com alguém, íamos ao orelhão ou escrevíamos cartas. Lembro bem da ansiedade de esperar uma resposta pelo correio e a emoção de abrir o envelope, sentindo o papel e o carinho de quem escreveu.

Nos finais de semana, a Praça Washington Luís era o ponto de encontro. Depois da igreja, era para lá que íamos nos encontrar com os amigos. O lugar fervilhava de gente, e a fonte, com suas águas coloridas, era um espetáculo à parte. Os rapazes caminhavam em uma direção, as moças em outra, num ritual quase ensaiado da juventude.

Havia sempre algo diferente para fazer. Eu gostava muito do teatro, e o Grupo Teatral Rigesiano fazia sucesso na cidade. Era um tempo de arte, cultura e encontros inesquecíveis. Além disso, os bailinhos de garagem eram uma febre. As famosas vitrolas tocadas a pilha embalavam nossos passos de dança nas noites de fim de semana.

Parece que não havia maldade. A vida era mais simples, mais leve. A gente aproveitava cada momento, sem pressa, sem distrações digitais.

E hoje? Hoje tudo mudou. Mas as lembranças continuam vivas, pulsando no coração de quem viveu aquela época.

E você, sente saudade?

Que tempo foi esse?

Um tempo que não volta mais.

Deus te abençoe!



Pastor Rui Mendes Faria - Comunidade Evangélica Cristo Vive  
Av. Dr. Altino Gouveia, 457, jardim pinheiros, Valinhos Fone: 19-38698499

Medicamentos • Consultas  
Cirurgias • Vacinas  
Banho e Tosa • Rações

**Vet Bersan**

Dr. Victor Bersan

3829-0844  
99580-2291

Clinica Veterinária Dr. Victor Bersan  
Av. Joaquim Alves Corrêa, 4133  
Nova Suíça

**DENGUE**

# Sorotipo 3 registra aumento e preocupa especialistas

A reportagem da **Folha de Valinhos** entrevistou o biomédico e professor Alexandre Veronez sobre o avanço da transmissão de doenças e seus impactos no sistema de saúde, levantando preocupações, especialmente no Estado de São Paulo

**Da Redação**

Dados do Ministério da Saúde apontam que São Paulo é o estado do país como maior número de casos prováveis de dengue em 2025. Somente nas seis primeiras semanas do ano foram contabilizados 164.464 mil casos prováveis da doença, o que já representa um aumento de aproximadamente 60% em relação ao passado. A elevação contínua no estado paulista preocupa ainda mais devido a maior presença o chamado sorotipo DENV3, que não circulava no país há mais de 15 anos.

O Ministério da Saúde aponta ainda que esse crescimento foi mais evidente nas últimas semanas de dezembro de 2024, quando o sorotipo DENV3 começou a se espalhar de forma mais significativa, representando 31,8% dos casos no Amapá, 28,7% em São Paulo, 18,2% em Minas Gerais e 9,3% no Paraná.

Os quatro estados lideram a circulação do DENV3, que tem mostrado um crescimento preocupante em comparação com os outros sorotipos predominantes, como o DENV1 e o DENV2. Para se ter ideia, em dezembro de 2023, o Brasil apresentava apenas 0,32% de casos de DENV-3, mas em dezembro de 2024 esse percentual saltou para 40,79%.

A Secretária de Vigilância em Saúde e Ambiente do Ministério da Saúde informou que está em estreito diálogo com a secretaria estadual de saúde, conselho de secretarias municipais do estado e secretarias municipais de saúde dos municípios com maiores números de casos de dengue, com visitas e apoio técnico. Neste momento, por exemplo, a Força Nacional do SUS mantém equipe em São José do Rio Preto, no interior do estado.

**VALINHOS**

A Prefeitura de Valinhos informou a reportagem da **Folha de Valinhos** que a última atualização da Secretaria da Saúde, publicada no site da Prefeitura de Valinhos, foi nesta quarta-feira, dia 26, contabilizava 574 notificações de casos prováveis de dengue, além de 96 casos positivos confirmados, sendo 61 autóctones, sete importados e 33 de pessoas de outros municípios atendidas em Valinhos. Os resultados negativos somam 427 casos descartados para dengue.

De acordo ainda com publicação do site oficial da Prefeitura, desde o início do ano Valinhos já contabilizou 1106 notificações, com 164 casos positivos e 856 negativos.

Sobre o registro de algum caso Sorotipo 3 a Secretaria de Saúde Municipal comunicou que não houve.

**ENTENDAS OS IMPACTOS**

Para entender os impactos que o aparecimento sorotipo DENV3 pode ocasionar a reportagem da **Folha de Valinhos** ouviu nesta quarta-feira, dia 26, o mestre em Ciências Biomédicas, biomédico especialista, professor universitário e pesquisador científico, Alexandre Veronez.

Residente na cidade de Valinhos há 40 anos e atuante desde 2007 como biomédico, Veronez confirma que a taxa de crescimento acende um alerta já que o avanço do DENV3 pode levar a um cenário alarmante, com um aumento expressivo no número de casos em um curto prazo.

“O aumento dos casos de dengue 3 chama a atenção porque grande parte da população, especialmente as mais jovens, é suscetível. Isso porque o vírus circulou em níveis baixos nos últimos anos e muitas pessoas não desenvolveram imunidade contra esse sorotipo”, explicou Veronez que também é professor no Centro universitário Unimetrocamp Wyden.

Sobre os tipos de dengue, Veronez explica que o vírus da dengue é transmitido pela picada da fêmea do mosquito *Aedes aegypti* e possui quatro sorotipos diferentes: DENV-1, DENV-2, DENV-3 e DENV-4 — todos podem causar as diferentes formas da doença. “Ou seja, uma pessoa pode ter dengue até quatro vezes ao longo de sua vida. Isso ocorre porque ela pode ser infectada com os quatro diferentes sorotipos do vírus. A

imunidade à dengue é específica para cada sorotipo. Assim, quem teve dengue dos sorotipos 1 ou 2 não pode ser reinfectado por esses tipos, mas pode ser infectado pelo sorotipo 3.”, reforçou o biomédico.

Veronez chama atenção ao fato que o DENV-1 e o DENV-2 continuam a circular ao mesmo tempo e diz que a chance de infecções múltiplas (por mais de

**O QUE FAZER?**

A Secretária de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde informou que ainda não sabe ao certo como o sorotipo 3 vai se espalhar de fato pelo país.

Para Veronez é por isso mesmo que os estados e os municípios precisam se concentrar agora em uma vigilância mais ampla, não apenas monitorando os casos de dengue, mas também estudando os mosquitos transmissor e compreendendo a dinâmica e a intensidade da transmissão do vírus é essencial para a epidemiologia e o controle da doença.

**FOLIA COM SEGURANÇA**

## Saúde faz ações de prevenção de DSTs no Carnaval

Equipe estará nos locais de festas distribuindo preservativos e orientando os foliões sobre os riscos das doenças sexualmente transmissíveis

DA REDAÇÃO- Profissionais da Vigilância Epidemiológica vão percorrer as festas de Carnaval neste feriado em Valinhos para orientar os foliões sobre os riscos das doenças sexualmente transmissíveis (DSTs). A ação envolve distribuição de preservativos e de folhetos explicativos sobre a importância da prevenção contra o vírus HIV, sífilis e outras infecções sexualmente transmissíveis para que todos aproveitem o Carnaval de maneira segura e responsável.

O trabalho de conscientização será feito entre os dias 1 e 3 de março no Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini, que recebe a festa Adoniran 115 anos, e no CarnaVale, promovido pela Associação LGBT+ de Valinhos, no dia 4 de março na Praça Washington Luís.

Em Valinhos, quem precisar fazer testes para identificar DSTs pode procurar o Centro Especializado de Doenças Infectocontagiosas e Centro de Testagem e Aconselhamento da Aids (CEDIC/CTA).

**SERVIÇO**

CEDIC/CTA  
Avenida Brasil, 144. Vila Santana.  
Funcionamento de segunda a sexta-feira das 7h às 16h.

**HIGIENE**

## Valinhos promove ação inédita de saúde bucal para alunos do EJA

DA REDAÇÃO- O Departamento de Odontologia da Secretaria da Saúde, realizou nesta semana uma ação inédita de promoção da saúde bucal para os alunos do Ensino de Jovens e Adultos (EJA) da EMEB Cecília Meireles. Pela primeira vez, uma iniciativa voltada à prevenção de doenças bucais foi realizada no período noturno, contemplando estudantes que conciliam os estudos com o trabalho e outras responsabilidades diárias.

A atividade teve como objetivo orientar os alunos sobre a importância dos cuidados com a saúde bucal, destacando a prevenção de doenças como cáries, gengivites e até mesmo o câncer de boca. Durante o encontro, os estudantes tiveram a

oportunidade de compartilhar experiências, tirar dúvidas e relatar vivências pessoais.

A diretora do Departamento de Odontologia, Dra. Nayene Leocádia Manzutti Eid, destacou a relevância desse tipo de ação para o público do EJA: “levar a promoção da saúde bucal para os alunos do período noturno é um grande avanço, pois muitos deles não têm acesso regular a essas informações devido à rotina intensa de trabalho e estudo. O cuidado com a boca vai além da estética, pois impacta diretamente na saúde geral. Além disso, foi extremamente enriquecedor ouvir os alunos, compreender suas realidades e reforçar a importância da prevenção”, explica a diretora.



**Operação Limpa Valinhos:** 122 toneladas de inservíveis coletadas no primeiro final de semana - Entre os dias 22 e 23 de fevereiro, caminhões da Secretaria de Serviços Públicos percorreram 27 bairros, recolhendo principalmente sofás, móveis velhos e eletrônicos. O secretário Lucas Fumacinha destacou a colaboração da população, que ajudou a tornar a operação um sucesso. A coleta será retomada nos dias 8 e 9 de março, com cronograma para outros finais de semana até 23 de março. Além do recolhimento de materiais, mutirões de zeladoria ocorrem para manter a cidade limpa e organizada.



## CARNAVAL

# ACIV prevê aumento de 5% nas vendas neste período em comparação ao ano passado

Associação incentiva lojistas a entrarem no clima, aproveitarem a data para alavancar as vendas e sugere a promoção de ações especiais, decorações temáticas e ofertas exclusivas

Da Redação

O Carnaval de 2025 promete aquecer o comércio na cidade. Segundo informou a Associação Comercial e Industrial de Valinhos (ACIV), em análise junto às suas associações coirmãs, a previsão é que haja um acréscimo de pelo menos 5% nas vendas em relação ao mesmo período do ano passado.

De acordo com ACIV, o otimismo é reforçado pelo aumento na circulação de consumidores na cidade, que devem buscar produtos e serviços voltados para as festividades, beneficiando setores como moda, calçados, supermercados, bares, restaurantes e turismo.

Para a ACIV a proximidade do Carnaval com o 5º dia útil de março, período tradicional de recebimento de salários, torna o momento ainda mais estratégico para o varejo.

Embora a data não seja feriado nacional, a ACIV informou a reportagem da **Folha de Valinhos** que está recomendando aos lojistas a entrarem no clima carnavalesco e aproveitarem a oportunidade para impulsionar as vendas.

A ACIV esclareceu que fica a critério de cada estabelecimento a definição dos horários de funcionamento, conforme os acordos estabelecidos entre os sindicatos de cada segmento.

A Associação sugere ainda que os comerciantes entrem no clima carnavalesco, promovendo ações especiais, decorações temáticas e ofertas exclusivas para atrair os consumidores.

### Shopping Valinhos

A Assessoria de Imprensa da Shopping Valinhos informou que o horário de funcionamento das lojas e praça de alimentação não terá alterações neste período de Carnaval. Os horários normais de funcionamento é das 10h às 22h,



As atendentes Amanda Julia Deuboni, Thainá Ferreira e Hellen Lima

segunda a sábado, e das 14h às 20h, domingo.

### Loja de fantasias e acessórios registra alta procura por glitter

Solto ou em gel, o glitter continua sendo protagonista do Carnaval. A Crazy Fantasy, localizada na Rua Itália, 170, tem registrado nos últimos dias alta procura pelo material brilhante e colorido.

Segundo a proprietária loja de fantasia e acessórios para todas as épocas, Cláudia Galvão Borin, o glitter corporal ou nas versões para cabelo e roupas, tem sido o queridinho dos clientes, principalmente na faixa etária adulta.

“Na sequência entre os itens mais procurados estão os brincos coloridos, as maquiagens, que também levam muito glitter, e os kits com tiara e plaquinhas com frase de humor”, comenta Cláudia, ao complementar que já a preferência entre o público infantil é pelas fan-

tasias e adereços de personagens.

Atuante há 17 anos no ramo de fantasias e acessórios a proprietária da Crazy Fantasy também está otimista, assim como a ACIV, que este Carnaval registre um aumento de 5% em relação as vendas no mesmo período do ano passado.

### “Bafônicas Style”

#### Artesãs empreendem com peças exclusivas para foliões

A dupla de artesãs denominada “Bafônicas Style”, formada por Maria Buffa e Fabiana Carpi, está se destacando neste Carnaval em Valinhos e nas cidades de Campinas e Vinhedo. As novas empreendedoras da cidade, que são amigas já alguns anos, lançaram no início deste mês uma plataforma de vendas. Elas trabalham com peças artesanais, exclusivas e ressignificadas para acolher todas as formas de expressão e já participaram de vários eventos pré-carnavalescos.

Em entrevista à **Folha de Valinhos** nesta semana, Buffa contou que já foram vendidas cerca de 80 peças em três eventos que participaram como convidadas.

“Entre a preferência estão os arranjos de orelhas, denominado ‘ear cuff’, acessório cheio de personalidade, muito estilo e que está super em alta”, comentou Buffa, ao acrescentar que também têm saído bastante os brincos grandes e coloridos.

Fabiana explicou que os valores dos acessórios variam geralmente de R\$20 a R\$100, dependendo do material e tamanho, mas podem ainda ter um valor elevado se tratando de arranjos de cabeça mais elaborados.

Quem tiver interesse nas peças exclusivas pode seguir as Bafônicas no perfil @bafônicas.style.

Buffa e Fabiana destacaram à **Folha de Valinhos** que ainda têm muitas novidades por vir. Além das peças carnavalescas elas já estão se programando para lançar novas criações decorativas para a Páscoa.

## Feira do Produtor será mantida no Pq. Municipal mesmo durante eventos

Carnaval será o primeiro evento realizado com a feira livre neste sábado, dia 1º



DA REDAÇÃO- A Secretária do Verde e da Agricultura, decidiu que a Feira do Produtor continuará a ser realizada no Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini, mesmo durante eventos no local. Essa medida atende a uma antiga demanda dos feirantes, que enfrentavam dificuldades financeiras sempre que eram deslocados para outras áreas. A permanência da feira no parque visa garantir a continuidade das atividades comerciais dos produtores locais.

Tradicionalmente realizada aos sábados, a Feira do Produtor se tornou um ponto de encontro importante para consumidores que buscam alimentos frescos e de qualidade. Para os feirantes, a feira não é apenas uma oportunidade de vendas, mas também uma forma de valorizar a agricultura familiar e o comércio regional, contribuindo para o fortalecimento da economia local.

A oficialização da medida ocorreu após uma reunião na Ca-

sa da Agricultura, onde representantes dos feirantes expuseram suas preocupações sobre a mudança de local, que gerava confusão entre os clientes e resultava em queda no faturamento. O secretário do Verde e da Agricultura, André Reis, reconheceu a importância da decisão, destacando que a permanência da feira no parque traz mais estabilidade e previsibilidade para todos os envolvidos.

O Carnaval será o primeiro evento em que a Feira do Produtor permanecerá no parque, com a primeira edição sob a nova diretriz programada para o próximo sábado. Essa mudança é vista como uma conquista significativa para produtores e consumidores, pois garante que a feira continue a desempenhar seu papel social e econômico de forma sustentável, reforçando o compromisso da Prefeitura com a produção local e a economia agrícola da cidade.

## Intervenções no trânsito e transporte público durante o Carnaval

DA REDAÇÃO- A Secretária de Mobilidade Urbana faz intervenções no trânsito e fiscalizações em locais que recebem eventos durante o feriado de Carnaval. As intervenções e a programação de eventos são as seguintes:

### Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini: Vila do Samba – Adoniran 115 anos

Sábado, domingo e segunda-feira (dias 1, 2 e 3 de março), das 10h às 22h.

Agentes da mobilidade estarão no local para orientar sobre estacionamento irregular e contarão com estacionamento oficial próximo ao palco 2.

### Country Club: Desfile de Carnaval

Sábado, 1º de março, com concentração às 13h na Rua Antonio Bento Ferraz.

Estacionamento proibido a partir das 7h na Rua Ariovaldo Antonio Bucatte, com agentes organizando o desfile e garantindo a segurança.

### Associação do Senhor Jesus: Louvemos o Senhor

Domingo, dia 2, das 5h30 às 17h30.

Agentes estarão na rua João Previtale para organizar a travessia de pedestres e saídas de ônibus

e vans do estacionamento.

### Praça Washington Luís: CarnaVale

Terça-feira, dia 4, das 13h às 18h.

A Secretaria orienta motoristas a buscarem rotas alternativas e terá agentes para prevenir estacionamento irregular. Além disso, as obras na Avenida dos Esportes próximas ao Paço Municipal serão interrompidas de sábado, dia 1º até quarta-feira, dia 5, com bloqueios voltando na quinta-feira, dia 6.

**Transporte Público Especial para o Carnaval** - PA Secretária de Mobilidade Urbana lançou a linha de ônibus 500 para o Carnaval, que ligará o Terminal Rodoviário ao Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini, com intervalos reduzidos nos horários de pico.

O secretário João Gaido enfatiza a importância do transporte público para garantir a segurança dos foliões e evitar acidentes relacionados ao consumo de álcool. Mais informações sobre os horários da linha 500 e outras linhas que passarão pela Avenida dos Esportes durante o Carnaval estão disponíveis no Portal de Conteúdo [www.folhadevalinhos.com.br](http://www.folhadevalinhos.com.br).



“Bafônicas Style”, formada por Fabiana Carpi e Maria Buffa



## Adoniran Barbosa é celebrado na “Vila do Samba”

Evento acontece de 1 a 3 de março, com entrada gratuita e atrações para toda a família

Da Redação

Após mais de uma década, Valinhos se prepara para reviver a magia do Carnaval com a “Vila do Samba - Adoniran 115 anos”, um evento que promete transformar o Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini em um vibrante palco de celebração da cultura brasileira. A festa, que acontece de 1 a 3 de março, homenageia o legado do icônico compositor Adoniran Barbosa, conhecido por clássicos como “Trem das Onze” e “Saudosa Maloca”.

A iniciativa da Secretaria Municipal de Cultura e Turismo, visa resgatar a tradição carnavalesca da cidade, oferecendo uma programação diversificada para todas as idades. A “Vila do Samba” proporcionará uma imersão nas raízes do samba, com shows de artistas locais e regionais, além de uma variedade de atividades para toda a família.

### DESTAQUES DA PROGRAMAÇÃO

**Shows Musicais:** Uma seleção de ritmos contagiantes, incluindo axé, samba, pagode e as tradicionais marchinhas de Carnaval.



### PROGRAMAÇÃO OFICIAL

#### 01/03 (Sábado)

- 10h: Abertura do Parque
- 11h: Bloco DO BEM (APAE e ACESA)
- 13h: Samba da Vila (Samba / Samba Enredo)
- 15h: Casa Caiada (Samba / Samba Enredo)
- 17h30: Maria Alice e Banda (Axé)
- 20h: Batukalia (Axé / Marchinha)
- 22h: Encerramento

#### 02/03 (Domingo)

- 11h: Orquestra Sinfônica – Especial de Carnaval
- 13h: DJ Ronaldo Gomes (Carnaval para crianças / Concurso de fantasia)
- 14h: Bloco Azul e Branco
- 15h: Contratempo (Samba)
- 18h: Samba da Tia Rê (Samba / Samba Enredo)
- 20h: Encerramento

#### 03/03 (Segunda-feira)

- 15h: DJ Ronaldo Gomes (Matinê no Clube de Mães)
- 17h30: Grupo Incandeia (Samba / Axé)
- 20h: Aline Pagnota e Banda (Axé / Marchinha)
- 22h: Encerramento

**Decoração Temática:** O parque será transformado em uma verdadeira vila do samba, com elementos visuais que remetem à obra de Adoniran Barbosa.

**Blocos Carnavalescos:** Os tradicionais blocos da região desfilarão pelo parque, animando o público.

**Gastronomia:** Uma praça de ali-

mentação com food trucks oferecerá diversas opções para todos os paladares.

**Artesanato Local:** Uma feira de artesanato reunirá expositores da região, apresentando seus trabalhos no pavilhão do parque.

**Diversão para as Crianças:** A Área Kids contará com atividades lúdicas, pintura facial e concurso

de fantasias.

**Matinê Familiar:** Um espaço especial no Clube de Mães, dedicado a crianças e idosos.

**Estacionamento:** Estacionamento oficial com taxa de R\$ 15,00, com renda revertida para a Asserutil.

A expectativa é de que o evento gere um impacto econômico de

aproximadamente R\$ 1 milhão, impulsionando a economia local e criando oportunidades de trabalho.

“O Carnaval de Valinhos é uma manifestação cultural importante para a cidade. Queremos resgatar a alegria das festividades, oferecendo um evento inclusivo e familiar, que homenageia um de nossos maiores artistas”, destaca o secretário de Cultura, Fabrício Bizarri.

## Eventos em clubes agitam os foliões em Valinhos

Da Redação

O Carnaval em Valinhos começa neste sábado, dia 1º com eventos, principalmente realizados no período diurno, uma tendência nacional, que possibilita que todos possam curtir os dias de folia.

No Country Club, o primeiro evento da programação é neste sábado a partir das 13h, com desfile aberto ao público do Bloco Azul e Branco. A concentração ocorre em frente à Padaria da Lú, localizada na Rua Dr. Antônio Bento Ferraz, 1001.

Já no Clube Atlético Valinhense (CAV), a programação com o tema “100 anos de história – Viva toda esta alegria” é aberta neste sábado, às 18h. A atividade ocorre no CAV’S Bar, com o Grupo Reunião de Bacana.

O Clube de Campo Vale Verde também preparou um ambiente especial para momentos de pura diversão e alegria neste Carnaval. O clube abre neste sábado e domingo, 8h às 20h e na segunda e terça-feira, das 8h às 18h. Entre as atrações tem apresentação do DJ Rodriguinho, animando as tardes do final de semana. As entradas têm preços variados: homem R\$ 70,00, mulher R\$ 50,00, crianças até 12 anos R\$ 25,00 e idosos a partir de 60 anos R\$ 25,00.

### COUNTRY CLUB

O clube oferece uma programação diversificada para o Carnaval. Neste sábado, dia 1º, a partir das 18h, o Samba da Tia Rê se apresenta, com ingressos à venda na portaria (R\$ 20,00 para convida-



Bloco “Curva de Rio” alegam o Pré-Carnaval do Clube Atlético Valinhense no último dia 21

dos, entrada gratuita para associados). No domingo, dia 2, e terça-feira, dia 4, a partir das 14h, matinês com Samba da Vila e DJ Serjola animam o público, também com ingressos na portaria (R\$ 30,00 para convidados, entrada gratuita para associados). Na terça, haverá o tradicional Concurso de Fantasias, com regulamento no site do clube. Já na segunda-feira, dia 3, a partir das 21h, o Samba da Tia Rê retorna, com DJ Girardi, ingressos antecipados ou na hora (R\$ 30,00 para convidados, entrada gratuita para associados) e mesas disponíveis (R\$ 20,00 para associados, R\$

40,00 para convidados). A entrada na segunda-feira é permitida para maiores de 16 anos.

### CAV

O clube oferece uma programação variada para o Carnaval. Neste sábado, dia 1º, a partir das 18h, o Grupo Reunião de Bacana se apresenta no CAV’S Bar (R\$ 50,00 antecipado ou R\$ 60,00 na hora para “Amigos CAV”, entrada gratuita para associados). Domingo, dia 2, e terça-feira, dia 4, são dias de matinê no Salão Social, a partir das 15h, com DJ e personagens da Superfun, e shows no CAV’S Bar a partir das 17h (Júlio Vieira e Ban-

da e Grupo Incandeia no domingo, Fidélis e Banda na terça). Nesses dias, “Amigos CAV” pagam R\$ 50,00 antecipado ou R\$ 60,00 na hora, e associados têm entrada gratuita. Na segunda-feira, dia 3, a partir das 21h, a “Noite de Máscaras do CAV” no Salão Social terá animação do Grupo Pocket Samba, com mesas a R\$ 110,00 (não incluso ingresso) e ingressos a R\$ 45,00 para associados, R\$ 80,00 para “Amigos CAV” e R\$ 120,00 para não associados. A entrada na segunda é permitida para maiores de 14 anos, com documento original e menores acompanhados de um adulto responsável.



### Ju Fuzetto

www.umlugaraosolpertodoevento.blogspot.com.br  
ju@folhadevalinhos.com.br  
m.facebook.com/jufuzetto

### Tenha metas

Tenha metas para cumprir, esse é o caminho para viver a vida de forma esplêndida, guarde segredo sobre aquela meta que te impulsiona, aquela que acelera seu coração.

Trabalhe em silêncio para realizá-la. Faça sua parte majestosamente, ame, cuide da saúde, trabalhe, evolua apenas para se sentir bem.

Tenha foco, se afaste de pessoas que te quebram, lugares que roubam sua energia. Viva a vida apreciando cada segundo, porque viver é como saborear um delicioso sorvete de baunilha.

@jufuzetto

## SEMANA DA MULHER

# Valinhos disponibiliza atividades gratuitas de saúde e cultura para mulheres

REDAÇÃO

A Prefeitura de Valinhos, por meio da Secretaria da Família e da Mulher, realizará uma série de atividades em homenagem à Semana da Mulher. A abertura oficial ocorrerá no dia 10 de março (segunda-feira), com a reabertura da Coordenadoria da Mulher, localizada no Jardim Pinheiros. As atividades acontecerão durante toda a semana, de 10 a 15 de março, em horários e locais variados.

Em celebração ao Dia Internacional da Mulher, que é lembrado em 8 de março, a Secretaria decidiu expandir a programação para abranger uma semana inteira, abordando temas como empreendedorismo, saúde da mulher, bem-estar, maternidade e outras questões relevantes. Dentre as iniciativas, estão previstas ações de saúde, como a coleta de exames Papanicolau e mamografia (sem agendamento prévio), bem como atividades voltadas para o



bem-estar de mães atípicas e profilaxia bucal. Na área esportiva, haverá ginástica laboral, Lian Gong e aulas de dança, incluindo dança de salão e dança do ventre.

A programação cultural incluirá apresentações musicais em espaços públicos, e o Conselho Municipal dos Direitos da Mulher (CMDM) realizará a entrega da Medalha Sarah Kubitschek na Câmara Municipal. O Sebrae oferecerá um workshop sobre lide-

rança feminina, com inscrições abertas através de um link disponível na programação.

O encerramento ocorrerá no dia 15 de março (sábado) com uma palestra direcionada às servidoras públicas, no Centro de Convivência do Idoso (CCI), a partir das 9h. Esta programação conta com o apoio das Secretarias de Saúde, Comunicação, Esportes e Lazer, Cultura, além do CMDM e do Sebrae.

## CONFIRA A PROGRAMAÇÃO COMPLETA:

### SECRETARIA DA MULHER E DA FAMÍLIA

**10/03 – 14h** – Reabertura da Coordenadoria da Mulher – Jardim Pinheiro

### SECRETARIA DE SAÚDE

**10/03 – 15h às 17h** – Momento Mães Atípicas: sobrançelha, reiki, auriculo-terapia, massagem corporal, escalda-pés, massagem facial e sessões de relaxamento – CCI

**10/03 a 14/03** – Profilaxia Bucal (limpeza dos dentes) – Sem necessidade de agendamento

• **16h às 19h** – UBS Bom Retiro

• **16h às 19h** – UBS Paraíso

• **16h às 19h** – UBS São Marcos

**11/03 a 14/03** – Coleta de Papanicolau nos postos de saúde – Sem necessidade de agendamento

• **10/03 – 10h às 15h** – UBS São Marcos

• **11/03 – 13h30 às 15h30 / 14/03 – 10h às 15h30** – UBS Bom Retiro

• **14/03 – 9h às 18h** – UBS Paraíso

**12/03 – 13h às 14h45** – Bate-papo: "Qualidade de Vida", com Sonia Davi (Assistente Social da Saúde) – CCI

**15/03 – 7h às 17h45** – Mamografia sem agendamento (a partir dos 40 anos) – CEV Secretaria de Esportes e Lazer

**12/03 – 8h** – Ginástica Laboral – Em frente à Prefeitura

### SECRETARIA DE CULTURA

#### PROGRAMAÇÃO NA ESCOLA VICENTE MUSSELLI – UNIDADE 1

• **10/03 – 9h** – Lian Gong (prática corporal terapêutica chinesa)

• **11/03 – 14h30** – Dança do Ventre

• **9h às 12h / 14h30 às 17h30** – Oficina de Mandala

• **12/03 – 8h** – Mindfulness (técnica de meditação)

• **12/03 – 10h às 11h** – Aula de Jazz

• **12/03 – 16h** – Dança do Ventre

• **12/03 – 19h** – Lian Gong

• **12/03 – 14h45** – Aula de Dança de Salão (Profº Leonardo) – CCI

• **13/03 – 15h às 16h** – Aula de Jazz

#### ESCOLA VICENTE MUSSELLI – UNIDADE 2

• **11/03 – 19h30** – Ensaio aberto da Jazz Sinfônica

Apresentações musicais em repartições públicas

• **10/03 – 8h às 10h** – Violino com Prof. Rone – UPA e Paço Municipal

• **11/03 – 9h às 10h30** – Saxofone com Prof. Rômulo –

Farmácia Popular e Fundo Social

#### CONSELHO MUNICIPAL DOS DIREITOS DA MULHER (CMDM)

**12/03 – 19h** – Entrega da Medalha Sarah Kubitschek –

Câmara Municipal

**14/03 – 18h** – Cine Mulher – CCI Sebrae

**11/03 – 9h** – Sebrae Delas – Workshop: "Desenvolvendo

Empreendedoras Líderes Apaixonadas pelo Sucesso"

Inscrição e vagas limitadas: <https://sebrae.com.br/sites/PortalSebrae/ufs/sc/sebraeaz/sebrae-delas-mulher-de-negocios,b1a7b16268bda610VgnVCM1000004c00210aRCRD>

• **15/03 – 9h às 11h** – Palestra voltada para servidoras

públicas – CCI

#### ENCERRAMENTO

15/03 – 9h às 11h – Palestra voltada para servidoras públicas – CCI

## Feira de Mulheres Empreendedoras promete impulsionar os negócios femininos em Valinhos



DA REDAÇÃO – A Secretaria da Família e da Mulher, anuncia a criação da Feira de Mulheres Empreendedoras, um espaço exclusivo para dar visibilidade e oportunidades a mulheres que desejam expandir ou iniciar seus negócios. A feira faz parte do Programa Mulheres Empreendedoras de Valinhos, que busca fortalecer o empreendedorismo feminino na cidade com capacitação, acesso a crédito e suporte técnico.

A iniciativa conta com a parceria da Coordenadoria Setorial de Políticas para as Mulheres, do Sebrae e do Banco do Povo, oferecendo suporte integral para que as empreendedoras desenvolvam seus negócios com mais segurança e autonomia.

A secretária da Família e da Mulher, Dalva Berto, destaca a importância da feira para a valorização do trabalho feminino. "Muitas mulheres têm talento e boas ideias, mas precisam de oportunidades para crescer. A feira será esse espaço de conexão, aprendizado e vendas, incentivando o empreendedorismo e fortalecendo a economia local", afirma.

A Feira de Mulheres Empreendedoras acontecerá uma vez por mês, em diferentes pontos da cidade, criando oportunidades para que as empreendedoras ampliem sua clientela, divulguem seus produtos e fortaleçam suas redes de contato.

Além de um espaço de vendas e exposição, a feira oferecerá suporte técnico e oportunidades de aprendizado. Mentorias, palestras e networking farão parte da programação, permitindo que as participantes adquiram novos conhecimentos e ampliem sua presença no mercado.

Além da feira, o Programa Mulheres Empreendedoras de Valinhos oferecerá capacitações e

acesso facilitado ao microcrédito para quem deseja investir no próprio negócio.

Capacitação e Mentoria – Cursos e workshops sobre gestão financeira, marketing digital, vendas e formalização de negócios, em parceria com o Sebrae.

Microcrédito Especial – Acesso a financiamento pelo Banco do Povo, com condições diferenciadas para mulheres empreendedoras.

Rede de Apoio – Criação de um canal exclusivo para orientação e grupo de networking entre as participantes.

### Compromisso

O prefeito de Valinhos, Franklin Duarte de Lima, reafirma seu compromisso com o fortalecimento da economia local e a valorização do trabalho feminino. "Em 2023, enquanto vereador, fui autor do projeto de lei que incentiva a capacitação profissional de mulheres e estabelece a realização de feiras para a comercialização de seus produtos e serviços. Agora, como prefeito, estamos não apenas reconhecendo a importância vital do papel das mulheres na construção da sociedade, mas também investindo em uma comunidade mais justa, resiliente e economicamente próspera. Essa proposta representa uma oportunidade significativa para avançarmos rumo a uma sociedade onde o protagonismo feminino é não apenas reconhecido, mas também incentivado e celebrado", destaca o prefeito.

Com essa iniciativa, a Prefeitura de Valinhos reafirma seu compromisso com o fortalecimento da economia local e a valorização do trabalho feminino. A primeira edição da Feira de Mulheres Empreendedoras já está sendo planejada e promete ser um marco para a cidade.

**PSC SAÚDE**  
assistência médica



## Seu negócio merece saúde!

Invista no bem-estar de seus colaboradores com o **PSC Saúde Assistência Médica**. Oferecemos Planos de Saúde sob medida, atendimento de qualidade, ampla rede credenciada e benefícios exclusivos para empresas. Cuide de quem faz a diferença no seu sucesso!

**(19) 99750-2498**

**TREINAMENTO**

# Casa da Criança recebe capacitação de primeiros socorros

Da Redação

O Núcleo de Educação Permanente (NEP) da Secretaria de Saúde de Valinhos promoveu o treinamento “Lei Lucas e Primeiros Socorros” para educadores da Casa da Criança e do Adolescente. Durante quase quatro horas, o enfermeiro Glauco César Ceranto abordou técnicas de desengasgo e primeiros socorros, com simulações de emergências como engasgamento e parada cardiorrespiratória, abrangendo diferentes faixas etárias.

Glauco utilizou slides e bonecos para demonstrar os procedimentos e enfatizou a importância de manter a calma e solicitar ajuda em situações de emergência. “Três ou quatro pessoas são suficientes para realizar os primeiros socorros”, orientou.

Participantes como José Alexandre de Toledo, assistente social, destacaram a importância da capacitação, afirmando que cada mi-



nuto conta em uma emergência. A psicóloga Maria Caroline das Mercês Santos elogiou a clareza e praticidade do treinamento, ressaltando a necessidade de manter a calma.

A “Lei Lucas” (Lei nº 13.722/2018) exige a capacitação em Primeiros Socorros para educadores, em homenagem a Lucas Begalli Zamora, que faleceu após se engasgar em um passeio escolar.

Glauco também ensinou a Manobra de Heimlich, uma técnica para desengasgos. Ao final, os edu-

adores receberam certificados e um folheto com dicas de primeiros socorros.

Os serviços da Casa da Criança e do Adolescente, como o Serviço de Acolhimento Institucional e o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos, são oferecidos em parceria com a Prefeitura de Valinhos. Para mais informações, contate pelos telefones (19) 3871-0546 / 3869-5654, WhatsApp (19) 99576-6257 ou acesse o site [casadacrianca.devalinhos.org.br](http://casadacrianca.devalinhos.org.br).

## ACES Valinhos recebe ação de saúde bucal para crianças

Equipe de saúde bucal levou orientações de forma lúdica e interativa para 27 crianças da entidade

Da Redação

O Departamento de Odontologia da Secretaria de Saúde de Valinhos promoveu uma ação especial de promoção da saúde bucal na Associação Cristã Acolher, Cuidar, Ensinar e Servir (ACES) para 27 crianças atendidas na unidade. A iniciativa incluiu palestras educativas, orientações práticas e dinâmicas interativas, reforçando a importância do cuidado com os dentes e gengivas desde cedo.

Durante a atividade, as equipes de saúde bucal compartilharam informações sobre a higiene bucal adequada, a importância da escovação regular e do uso do fio dental, além dos riscos do consumo excessivo de açúcar. As crianças tiveram a oportunidade de aprender de forma lúdica e interativa, por meio de demonstrações com modelos odontológicos e perguntas sobre o que já conheciam sobre o tema.

A diretora do Departamento de Odontologia, Nayene Leocádia Manzutti Eid, explica a importância de oferecer essas orientações para crianças “a atenção à saúde bucal na infância é essencial para a construção de hábitos saudáveis que perduram por toda a vida. Com iniciativas como essa, a cidade avança no cuidado com a saúde das novas gerações, garantindo sorrisos mais saudáveis no presente e no futuro”, afirma a diretora.



Em março, os profissionais do departamento retornam à instituição para realizar avaliação clínica bucal em todas as crianças.



**CLÍNICA CONCON**



**GCBV**  
Grupo de Cirurgia Basiatrica de Valinhos

**19-3869.1222**

**Rua Silvio Concon, 44 - Centro - Valinhos**

**DIA DE FOLIA**

Assistidos da APAE Valinhos se preparam para um carnaval inclusivo e animado



DA REDAÇÃO Neste sábado, dia 1º, a APAE Valinhos marcará presença na Vila do Samba, evento em homenagem aos 115 anos de Adoniran Barbosa, realizado no Parque Municipal Monsenhor Bruno Nardini. A partir das 11h, os assistidos da entidade se juntarão ao Bloco do Bem para um momento especial de inclusão e alegria.

O Carnaval é uma festa

muito apreciada pelos assistidos da APAE, que se divertem dançando, fantasiando-se e celebrando a cultura popular. Para garantir que todos aproveitem ao máximo, a instituição também promoverá uma folia interna na quinta-feira, dia 27, nos dois períodos.

A participação na Vila do Samba acontece a convite dos organizadores, tornando-se uma oportunidade única para vivenciar um Carnaval especial.

**VIRA LATA VIRA CASA**

## ONG promove bazar solidário no próximo dia 15

No próximo dia 15 de março, sábado, a ONG ViraLata ViraCasa realizará o Bazar do Vira no Centro Comunitário Santa Cruz, em Valinhos, das 8h30 às 13h30. O evento tem como objetivo arrecadar fundos para continuar cuidando de animais abandonados e ajudar famílias em vulnerabilidade.

Com preços a partir de R\$ 5, serão vendidos roupas, calçados e utensílios domésticos em bom estado, todos higienizados. A renda será destinada a alimentação, vacinas e tratamentos veterinários dos animais resgatados. A presidente da ONG, Sandra Rossi Giraldeiro, convida a todos a participar e contribuir para essa causa.



[nazarenovalinhos.com.br](http://nazarenovalinhos.com.br)



**IGREJA DO NAZARENO**

“Procura apresentar-te a Deus aprovado, como obreiro que não tem de que se envergonhar, que maneja bem a palavra da verdade.”  
II Tm 2:15

**19 99190-8318 / 19 99190-8321**

**TELEFONE: 3869-2208 - Cultos 4ª feira às 20 h  
Domingo às 9:30 e 19 h**

**Rua Pedro Álvares Cabral, 383 - Jd. Santo Antônio**

Para anunciar: tel.: (19) 3327-8637/ 97141-2437 | admin@folhadevalinhos.com.br

## Apartamento em Ubatuba

Venha curtir suas férias, finais de semanas e feriados. Trabalhamos com contrato para a segurança de todos. Locação segura. Praia Maranduba, Lagoinha Com Assesso Livre à Da sua Preferência. Próximo à vários comércios, como restaurantes, lanchonetes, supermercados, açougue, padarias e farmácia.

\*Tudo novinho para a comodidade de vocês. Excelente localização, perto de tudo, temos 2 apartamentos para melhor atendê-los. Mais informações entrar em contato com os proprietários Roberto e Carla. 19) 993979899



Confira a edição da semana online, e muito mais, sem sair de casa!

[folhadevalinhos.com.br](http://folhadevalinhos.com.br)

## NECROLOGIA BRACALENTE

MALVINA BARBARIN BERNARDI, FALECEU EM 19/02/2025, COM 94 ANOS, VIÚVA DE ANTONIO BERNARDI. DEIXA OS FILHOS JACIRA, JURANDIR, JERSON, GEISON, SETIMO; IN MEMORIAN JAIME. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

LAÉRCIO ALEXANDRE VEDOVATTO, FALECEU EM 21/02/2025, COM 80 ANOS. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO CREMATÓRIO EM HORTOLÂNDIA/ SP.

SEVERINO PRODOXIMO FILHO, FALECEU EM 21/02/2025, COM 70 ANOS, CASADO. DEIXA A ESPOSA RITA APARECIDA PRODOXIMO E OS FILHOS RODRIGO, RICARDO E RENATO. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

ROBERTO CARLOS POLI, FALECEU EM 22/02/2025, COM 76 ANOS, CASADO. DEIXA AS ESPOSAS BENEDITA CANDIDA DE PAULA POLI E OS FILHOS FERNANDO, FRANCELI E FABIO. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

ANDRÉ LUIZ GIACULLO, FALECEU EM 22/02/2025, COM 47 ANOS. DEIXA O FILHO PEDRO LUIZ. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO MUNICIPAL DE VINHEDO/ SP.

TEREZA AGUIAR DE CAMARGO, FALECEU EM 22/02/2025, COM 81 ANOS, VIÚVA DE JOÃO DE CAMARGO. DEIXA OS FILHOS MARLENE, CLEIDE, CLEONICE E CARLOS. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

LUIZ ANTONIO POSTAL, FALECEU EM 22/02/2025, COM 98 ANOS, VIÚVA DE CLEMENTINA MARTELLI POSTAL. DEIXA OS FILHOS MARIA E JOSE. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

VALDELICE JULIO PENA, FALECEU EM 23/02/2025, COM 69 ANOS, VIÚVA DE LUIZ CARLOS DE LIMA. DEIXA OS FILHOS MARCOS, CLAUDIO, ENIVALDO E DEBORA. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

JAIR RANTICHIERI, FALECEU EM 24/02/2025, COM 73 ANOS, CASADO. DEIXA A ESPOSA MARIA AP IGLESIA RANTICHIERI E OS FILHOS ELAINE E ERICA. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

MARIA HELENA DONADELLI, FALECEU EM 24/02/2025, COM 85 ANOS, SOLTEIRA. SEU FUNERAL DEU-SE NO CEMITÉRIO SÃO JOÃO BATISTA, EM VALINHOS/ SP.

## PUBLICIDADE LEGAL



ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA PONTE PRETA COUNTRY CLUB

EDITAL DE CONVOCAÇÃO

CANCELAMENTO DE TITULOS

Pelo presente edital, ficam os senhores associados, proprietários dos Títulos Patrimoniais abaixo relacionados, convocados a comparecer à Tesouraria da Associação Atlética Ponte Preta Country Club, à Rua Ariovaldo Antonio Bucatte, 345 – Chacaras São Bento, em Valinhos – SP, no prazo improrrogável de 30 (trinta) dias, a contar desta publicação, a fim de tratarem de assuntos de seu exclusivo interesse. Títulos Patrimoniais números:

000374 000576 007834 000538  
002005 001560 001233 007115

007895 002529 000176 002739  
000507 000291 000402 005429

007147

O não comparecimento no prazo supra, implicará nas sanções dos Artigos: 11,21 e 27 do Estatuto Social.

Valinhos, 01 de Março de 2025.  
A DIRETORIA EXECUTIVA

ESCRITÓRIO CONTÁBIL  
ANSEMI E TROVATTI S/C LTDA



CRC - 2SP014016/0-3

FONE/FAX: (19) 3869-3388

Rua Campos Salles, 357 - Vera Cruz  
E-mail: [contabilidade@anselmitrovatti.com.br](mailto:contabilidade@anselmitrovatti.com.br)

TEMOS VAGA no *limeCCL*

CCL INDUSTRIES BRASIL

Auxiliar de Produção e Auxiliar de Limpeza  
(Inclusiva para PCD)

Requisitos:

Ensino médio completo,  
não é necessária experiência.

ENVIAR CURRÍCULO PARA  
[recrutamento@cclindsa.com](mailto:recrutamento@cclindsa.com)

Temos o menor preço.  
Consulte-nos!

**GRUPO BRACALENTE**  
SOLUÇÕES FUNERÁRIAS

-FUNERÁRIA -PLANO FUNERÁRIO

**Fone: 3829-7910**

Av. Onze de Agosto, 2461 - Nova Valinhos

**PARAÍSO**  
AUTO MECÂNICA  
DESDE 1988

3871-6078 | 3871-6263  
RUA DAS GARDÊNIAS, 95 - JD. PARAÍSO

**A CASA MAIS PERIGOSA DO MUNDO PODE SER A SUA**

**75%** DOS CRIADOUROS DO MOSQUITO DA DENGUE ESTÃO NAS RESIDÊNCIAS



SÃO PAULO  
SÃO TODOS CONTRA  
O MOSQUITO

## MOBILIZA AMIGOS

# Conectando Solidariedade e Transformação Social

Com mais de 100 voluntários, o Mobiliza Amigos já participou de diversas campanhas solidárias

Da Redação

Desde dezembro de 2020, o Mobiliza Amigos, fundado por Aila Nadiele da Silva, José Alfredo Rodrigues de Andrade Júnior e Taís Melo dos Santos, tem se destacado como uma importante iniciativa social sem fins lucrativos na cidade de Valinhos, interior de São Paulo. Com a missão de promover uma rede de solidariedade, o projeto conecta pessoas dispostas a transformar vidas por meio do voluntariado.

Com mais de 100 voluntários, o Mobiliza Amigos já participou de diversas campanhas solidárias, atuando em prol de crianças, adolescentes e famílias em situação de vulnerabilidade social. A organização busca ser uma ponte que possibilita o sonho, a inspiração e a ação, semeando amor e esperança nas comunidades que atende.



Fundadores do Mobiliza Amigos

## Futebol Solidário: Um Jogo pela Esperança

No dia 16 de março, o Mobiliza Amigos realizará o “Futebol Soli-

dário”, um evento que une esporte e solidariedade. O jogo beneficente tem como objetivo arrecadar fundos para apoiar as ações sociais da organização. A entrada será simbólica, no valor de R\$5 por pessoa, e todo o valor arrecadado será direcionado para projetos que beneficiam aqueles que mais necessitam.

“Acreditamos que essa ação merece visibilidade e pode inspirar ainda mais pessoas a se engajar no voluntariado”, afirmam os fundadores. Com essa expectativa, a organização convida a comunidade a participar e apoiar a divulgação do evento.

Para mais informações, entre em contato pelo telefone (19) 99906-3242 ou pelo e-mail contato.mobilizaamigos@gmail.com. Siga também as redes sociais do Mobiliza Amigos no Instagram: @mobilizaamigos.

As ações do Mobiliza Amigos são um exemplo de como a solidariedade pode transformar realidades e construir um futuro melhor para todos. Participe e faça a diferença!



## ESPORTES

## Abertas inscrições para aulas de basquete feminino

Atividades começam no próximo dia 10 de março



DA REDAÇÃO A Secretaria de Esportes e Lazer, informa que estão abertas as inscrições para aulas de basquete feminino gratuitas, destinadas a meninas de 9 a 14 anos.

As atividades serão ministradas pelo professor Rodrigo Ramos no Ginásio Municipal e em duas escolas da cidade: EMEB Luiz Antoniazzi e EMEB Padre Leopoldo. O início das aulas está marcado para 10 de março de 2025 no Ginásio Municipal e na EMEB Padre Leopoldo, e 11 de março de 2025

na EMEB Luiz Antoniazzi.

### Dias e horários

Na EMEB Padre Leopoldo, as aulas acontecerão às segundas e quartas-feiras, das 11h às 12h15. A EMEB Luiz Antoniazzi também oferecerá aulas às terças e quintas, das 11h30 às 12h45. Já no Ginásio Municipal (Festa do Figo), as atividades ocorrerão às segundas e quartas-feiras no período da tarde, das 14h15 às 15h30.

As inscrições devem ser feitas pelo WhatsApp da Secretaria de Esportes e Lazer: (19) 3829-5030.

## CARNAVAL

## Confira as dicas para preparar o corpo antes e depois da folia

Especialistas do SESI/SP orientam foliões sobre preparo físico e alimentação equilibrada para aproveitar a festa



DA REDAÇÃO - O carnaval é uma das festividades mais aguardadas no Brasil, caracterizado por bloquinhos, desfiles, fantasias, músicas e danças. Para aproveitar a folia de forma saudável, João Pedro da Cruz, especialista em Vida Saudável do SESI-SP, oferece dicas sobre exercícios, sono e alimentação.

\* Preparação Física: É importante iniciar a preparação com pelo menos 30 dias de antecedência. As atividades aeróbicas, como caminhada, corrida e dança, são excelentes para melhorar o condicionamento cardiovascular. O fortalecimento muscular, por meio de exercícios como agachamentos e pranchas, ajuda a evitar fadiga e dores. Além disso, o alongamento e a mobilidade articular são fundamentais para prevenir lesões.

\* Descanso e Sono: Para suportar a maratona de festas, o corpo precisa de descanso adequado. Dormir pelo menos 7 horas por noite é essencial, além de evitar cafeína e o uso excessivo

de eletrônicos antes de dormir.

\* Alimentação Equilibrada: Durante a festa, escolha alimentos ricos em água, como melancia e pepino, para manter-se fresco. Para as refeições, opte por proteínas magras e saladas coloridas, com atenção especial aos alimentos expostos, que podem causar intoxicações.

\* Hidratação: É vital ingerir entre 2,7 e 3,7 litros de água diariamente. Aplicativos podem ser úteis para lembrar de beber água, e alternativas como água de coco são bem-vindas. Fique atento à cor da urina; quanto mais clara, melhor a hidratação.

\* Pós-Carnaval: Após os dias de folia, práticas como alongamento e caminhadas leves auxiliam na recuperação muscular. A reidratação é fundamental; se houver grande desgaste, aumentar a ingestão de água pode ser decisivo. Mantenha uma alimentação leve, rica em frutas e verduras, e retome uma rotina de sono adequada para restaurar o corpo.

Com essas orientações, você poderá aproveitar o Carnaval de forma saudável e cheia de energia!

**CARNAVAL DAS FLORES**

#RainhaComFlores  
Flores e plantas para brilhar.  
No Carnaval, o ritmo é você quem faz!

CANAIS DE VENDAS:

veiling  
Intermediação COMERCIAL  
LKP  
Klolk  
Veiling Holambra