

**POLÍTICA**

## PL prevê multa a receptadores de materiais sem prova de origem

*Proposta de autoria do vereador Val Demarchi visa diminuir os furtos de fios cobre e materiais similares na cidade*

Os casos de furtos realizados por pessoas em situação de rua têm aumentado em Rio Claro. Diante disso, o assunto ganhou repercussão na Câmara Municipal nas últimas sessões camarárias. A discussão foi levantada pelo vereador Val Demarchi (PL), que so-

licitou providências da prefeitura para resolver o problema. Demarchi pretende criar lei municipal para penalizar os receptadores dos produtos furtados. Projeto de lei nesse sentido foi protocolado na Câmara com multa para os infratores. **Página 3**

**CARNAVAL**

## Excesso de álcool também pode afetar a saúde dos rins

Calor, folia e bebida alcoólica. O Carnaval é um dos períodos do ano de maior consumo de álcool e, muitas vezes, o folião deixa de lado um fator indispensável enquanto festeja: hidratar-se. Avançar o sinal por dias prolongados pode causar, além da tí-

pica ressaca, quadros de desidratação severa que podem ser evitados conforme as dicas de especialista em saúde renal. Para quem não larga o copo durante o carnaval, serve o alerta para o cuidado com o trato urinário. **Página 12**

Foto: Divulgação



## Velo joga pela permanência na Série A1 do Paulistão

Foto: Alexandre Battibugli/Ag. Paulistão



No jogo mais importante da temporada, o Velo Clube enfrenta o Água Santa, às 18h30, no estádio Benilton neste domingo (23), em jogo válido pela 12ª e última rodada da 1ª fase do Paulistão Série A1. Após a arrancada nas úl-

timas três rodadas, com empates heroicos fora de casa contra São Paulo e Guarani e vitória em seus domínios contra a Inter de Limeira, o Velo Clube está a 1 ponto de conquistar sua permanência na Série A1. **Página 8**

**SUPLEMENTO**

Diário do Rio Claro lança caderno Saúde & Bem-Estar neste domingo. Confira nesta edição.



**FLASH**

**Feijosamba teve agito e diversão**

Páginas S4 e S5

**NEXT**

**Cidinha fez 'niver' com festa**

Páginas S6 e S7

**ENTREVISTA**

**Valéria Bolsonaro no Sunday**

Página S8

**VIAGENS**

**Cape Cod tem atrações imperdíveis**

Página S9

**COMUNIDADE**

**ONG Pé na Rua faz horta sustentável**

Página 7

**BEAUTY AND FASHION**

**Gabriela Silveira, dentista de sucesso**

Páginas S2 e S3



# NOTAS RÁPIDAS

redacao@diariodorioclaro.com.br

## Com 300 casos por 100 mil habitantes, SP entra em epidemia de dengue

O estado de São Paulo atingiu na sexta-feira (21) o marco de 300 casos de dengue para cada 100 mil habitantes, nível considerado de situação de epidemia. Foram contabilizados 134 mil casos e 126 mortes este ano. Outras 252 mortes estão sob investigação. O governo estadual decretou emergência sanitária no estado na última quarta-feira (19). Em 2024, na comparação com o mesmo período deste ano (8ª semana epidemiológica), foram registrados 198 mil casos e 159 óbitos, com incidência de 446,3 casos para 100 mil habitantes. A secretaria estadual de Saúde realiza uma força-tarefa nas cidades com maior incidência, e passará pelas regiões de Bauru, Araçatuba, Marília e São José do Rio Preto. As equipes estiveram na sexta-feira na cidade de Conchas, que está entre os municípios com o maior número de casos do estado, equivalente a 9,9 mil casos para 100 mil habitantes. (Fonte: Agência SP)

► **Sisu na USFCar.** A Coordenadoria de Ingresso na Graduação (CIG) da Universidade Federal de São Carlos publicou na quinta-feira (20/2) a lista das pessoas convocadas para a Manifestação Virtual de Interesse para as segunda e terceira chamadas do processo seletivo via Sisu de ingresso na graduação presencial da Universidade. Para conferir a lista dos convocados, acesse o Portal do Ingresso: [www.ingresso.ufscar.br](http://www.ingresso.ufscar.br). As pessoas convocadas devem realizar a Manifestação Virtual de Interesse exclusivamente entre as 9 horas do dia 25 e as 23h59 do dia 26 de fevereiro de 2025, através do portal do candidato, no endereço <https://sistemas.ufscar.br/siga/candidato/login.xhtml>.

► **Minha Casa Minha Vida.** O Ministério das Cidades autorizou a contratação de mais 1.430 moradias do programa Minha Casa Minha Vida. Ao todo, cerca de 5 mil pessoas deverão ser beneficiadas nas modalidades urbana e rural. As contratações foram divulgadas no Diário Oficial da União da última quinta-feira (20) e contemplam sete municípios em seis estados, além do Distrito Federal. Para o Nordeste, foram destinadas 377 moradias. Na Região Norte, serão construídas 274 moradias. A Região Centro-Oeste receberá 384 moradias. As casas construídas pelo programa asseguram acesso à rede elétrica, saneamento, proximidade com escolas, unidades de saúde, comércio e transporte público coletivo. As casas térreas devem ter o mínimo de 40 metros quadrados (m²) e os apartamentos, a partir de 41,50 m², incluindo área útil e varanda.

► **Carnê do IPTU 225.** A prefeitura de Itirapina, através da Secretaria da Fazenda, informa aos cidadãos que a segunda via do carnê de IPTU 2025 já está disponível. Para acessar a segunda via, basta

visitar o site: [<https://portal.cidadao.conam.com.br/itirapina/2via IPTU.php>]. O vencimento da cota única e da primeira parcela do IPTU será no dia 10 de abril de 2025. A prefeitura reforça a importância de a população estar atento aos prazos para evitar contratempos.

► **Pós em dramaturgia.** A Faculdade Sesi de Educação está com inscrições abertas para a pós-graduação em dramaturgia. O curso, com duração de 18 meses, é voltado a profissionais das áreas de artes cênicas, comunicação, letras e outros campos relacionados, e tem como objetivo estimular a criação de textos teatrais inovadores, livres dos padrões tradicionais e comerciais. As aulas acontecem de forma híbrida, com encontros online às segundas e quartas-feiras, das 19h às 22h, e atividades presenciais no último sábado de cada mês, no Centro Educacional Sesi Ipiranga, em São Paulo. A turma terá início em 24 de março. As inscrições vão até 28 de fevereiro pelo link <https://www.faculdaadesesi.edu.br/pos-graduacao/>.

► **Curso na UFSCar.** Estão abertas as inscrições para o curso de especialização Master of Technology Administration (MTA) em Gestão Industrial Sucoenergética, oferecido pelo Departamento de Tecnologia Agroindustrial e Socioeconomia Rural (DTAiSeR-Ar), do Campus Araras, da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). As informações completas sobre o curso - como corpo docente, valor do investimento e ementa - estão na plataforma Box UFSCar ([https://bit.ly/mta\\_ufscar\\_2025](https://bit.ly/mta_ufscar_2025)), onde também devem ser feitas as inscrições. Dúvidas podem ser esclarecidas pelo e-mail [mta@ufscar.br](mailto:mta@ufscar.br) ou pelo WhatsApp (19) 9.9787-4116.

## PREVISÃO DO TEMPO

↑ 30°  
↓ 20°



## HÁ 50 ANOS NO DIÁRIO DO RIO CLARO

• DIA 23 DE FEVEREIRO DE 1975

As Manchetes que foram destaque no Diário há 50 anos!



► **Incentivo ao Futebol: Rio Claro e sua 1.a Escola de Arbitros.** Na última semana, um acontecimento esportivo mereceu destaque especial da nossa reportagem, pois, foi criado em Rio Claro a 1.a Escola de Arbitros, em solenidade realizada no auditório da Câmara Municipal.

► **Setenta anos do Rotary Internacional.** Rio claro tem dois clubes: Rotary Club de Rio Claro e Rotary Club de Rio Claro Sul, além do Interact, clube de jovens. O Rotary foi fundado por Paul P. Harris, em Chicago, EUA., em 23 de fevereiro de 1905.

► **O presidente Geisel quer melhorar o nível de vida dos brasileiros.** Recentes medidas governamentais e pronunciamentos do presidente da República demonstram o propósito de nossas autoridades de melhorar o nível de vida do povo brasileiro, particularmente das classes assalariadas e que patrioticamente têm colaborado com o desenvolvimento da Nação.

O original desta edição está disponível para consulta no Arquivo Público Municipal, mediante agendamento. Conheça todo o acervo permanente do Arquivo, que abriga as edições impressas do Diário.



# FATOS & FOTOS

Da família Rioclarense

eduardo lima

Jair Bolsonaro

Foto: Valter Campanato/Agência Brasil



da disputa presidencial. Mas desejo apenas não basta, e ele precisará de apoio para ter seu nome aprovado como candidato a presidente. Sem contar que isso o distancia ainda mais do ex-presidente Bolsonaro que, apesar da inelegibilidade, busca reverter a situação para participar do pleito. Antigos aliados, Bolsonaro e Caiado estão afastados e até mesmo divergiram nas eleições municipais de 2024 sobre quem apoiar no pleito. Pelo jeito, a aliança foi rompida de vez. Mas, como na política, nada é imutável, é melhor aguardar pra ver.

Protesto de opositoristas

Foto: Bruno Spada/Câmara dos Deputados



Protesto de governistas

Foto: Bruno Spada/Câmara dos Deputados



Mauro Cid

Foto: Antônio Cruz/Agência Brasil

• Fuga no ar? O ministro do Supremo Tribunal Federal (STF), Alexandre de Moraes, pediu explicações ao tenente-coronel Mauro Cid, ex-ajudante de ordens de Jair Bolsonaro, sobre o pedido que fez de um passaporte português. O pedido de esclarecimentos foi enviado à defesa do militar que foi beneficiado pela Justiça devido ao acordo de delação premiada. Em resposta ao ministro do STF, a defesa de Cid disse que o pedido de cidadania portuguesa foi feito no dia 11 de janeiro de 2023 (após os ataques de 8 de janeiro), e não agora. O motivo, segundo os advogados, foi "única e exclusivamente" porque a esposa e as filhas dele já possuem a cidadania portuguesa. A carteira de identidade portuguesa foi expedida e enviada a Cid em 2024. Diante dos questionamentos do STF, a defesa de Cid frisou que ele não tem intenção de fugir do Brasil e está disposto a entregar o documento. Será?

dias (tempo que o processo ficou na PGR) para apresentar defesa ao STF e teve o pedido negado. Com isso, tem 15 dias para se manifestar. Em entrevista à Revista Oeste na sexta-feira (21), o ex-presidente disse que não pretende deixar o Brasil para fugir de uma eventual prisão decretada pelo STF. Na entrevista, Bolsonaro voltou a reafirmar sua inocência e negou que os atos antidemocráticos de 8 de janeiro de 2023 tenham sido uma tentativa de golpe de estado. Além disso, ele observou que nem estava no país nessa data. O ex-mandatário classificou a denúncia da PGR contra ele como "fantasiosa", e disse que não deveria ser julgado pela 1ª Tur-



Pablo Marçal

Foto: Pablo Marçal/Instagram

• Vale lembrar que Mauro Cid é a principal testemunha na investigação do suposto golpe de estado que culminou na denúncia de Jair Bolsonaro e mais 33 pessoas pela PGR (Procuradoria-Geral da República). Aliás, sobre o caso, Bolsonaro pediu prazo de 83

ma do STF e sim pelo plenário da Corte como os demais investigados do 8 de janeiro. Se isso vai ocorrer, só o tempo dirá.

• Mais um inegável no cenário político brasileiro. O empresário Pablo Marçal, ex-candidato a prefeito de São Paulo, foi condenado a oito anos de inelegibilidade por abuso de poder político, econômico, uso indevido de meios de comunicação social e captação ilícita de recursos. A decisão é da primeira instância da Justiça Eleitoral de São Paulo e ainda cabe recurso ao Tribunal Regional Eleitoral (TRE). O juiz Antonio Maria Patiño Zorz, da 1ª Zona Eleitoral de São Paulo, considerou que o ex-candidato apresentava apoio público em redes sociais em troca de dinheiro, prometendo enviar vídeos de apoio a candidatos que efetuassem pagamentos na conta de sua campanha eleitoral. A ação foi movida pelo seu concorrente na disputa eleitoral, Guilherme Boulos. Em nota, Marçal negou as acusações. Ele admitiu ter gravado "milhares de vídeos de apoio político", mas não recebeu apoio financeiro por isso. O ex-candidato disse acreditar na Justiça e que tudo será esclarecido durante o processo.

A defesa pretende recorrer ao TRE-SP.

• Teve "bafão" nesta semana na Câmara dos Deputados. Os ânimos esquentaram na quinta-feira (20) entre governistas e integrantes da oposição que travaram uma embate com gritos e plaquinhas no plenário da Câmara na última quarta-feira (19). O tema do debate foi a denúncia da PGR contra Bolsonaro e outras 33 pessoas. Membros da oposição fizeram críticas ao governo Lula com plaquinhas pedindo "anistia já" e "perseguição política". Os governistas responderam com discursos e plaquinhas de "sem anistia" e "Bolsonaro preso". Estava instalada a balbúrdia. A confusão foi tamanha que foi preciso suspender a sessão da Casa. O clima hostil vem correndo desde a eleição da Mesa Diretora no início do mês e agora foi escancarado. Após a confusão, o presidente da Casa, Hugo Motta, deu uma "bronca" nos parlamentares. "Aqui não é jardim de infância, muito menos lugar para espetacularização que denigre (sic) a imagem desta Casa. Não aceitarei esse tipo de comportamento", declarou Motta, que assumiu o comando da sessão para evitar novas brigas. Com todo mundo de "castigo", os ânimos se acalmaram. Que feio.

• As eleições presidenciais de 2026 chegou. Pelo menos para o governador de Goiás, Ronaldo Caiado (União Brasil) que anunciou, neste sábado (22), o lançamento de sua pré-candidatura à Presidência da República em 2026. Em post feito nas redes sociais, Caiado informou que o lançamento será realizado no dia 4 de abril em Salvador. O anúncio não é novidade, visto que Caiado não esconde de ninguém seu desejo de participar

DIÁRIO DO RIO CLARO  
O ARQUIVO HISTÓRIO DA FAMÍLIA RIOCLARENSE

138 ANOS

PUBLICADO DESDE 1886  
CNPJ 44.666.899/0001-51

WWW.J1DIARIO.COM.BR

Balcão/Assinatura .....(19) 3524-3122  
Comercial .....(19) 9.9962-9786  
Redação .....(19) 9.9905-5745  
Para receber o jornal digital .....(19) 9.8891-2309

REDAÇÃO, PUBLICIDADE,  
TESOURARIA, ASSINATURAS

AVENIDA 5, NÚMERO 575, CENTRO



Edison Cortez  
Correspondente internacional

adjoribr  
JORNAL DO INTERIOR

CNIJ CADASTRO NACIONAL DE JORNALIS DO INTERIOR  
PERIODICIDADE VERIFICADA EM BRASÍLIA CNIJ 0253

# Local

## Projeto de lei prevê punição para receptadores de produtos sem comprovação de origem

Proposta de autoria do vereador Val Demarchi visa diminuir os furtos de fios cobre e materiais similares que vêm crescendo na cidade

**Edinéia Silva**

Os casos de furtos realizados por pessoas em situação de rua têm aumentado em Rio Claro. Um caso que ganhou repercussão foi o furto ocorrido em clínica oftalmológica na região central da cidade. Pouco dias depois, um homem em situação de rua foi detido pela Guarda Civil Municipal (GCM) após furtar telhas de um barracão no Bairro do Estádio.

Diante disso, o assunto ganhou repercussão na Câmara Municipal nas últimas sessões camarárias. A discussão foi levantada pelo vereador Val Demarchi (PL), que solicitou providências da prefeitura para resolver o problema.

“Pedimos o envolvimento do poder público, que as



O vereador Val Demarchi (PL) na Tribuna Livre

secretarias de Segurança e Desenvolvimento Social façam uma ação conjunta e abordem esses cidadãos orientando sobre os equipamentos e serviços disponíveis. Não se trata de inventar a roda, esse tipo de ação está ocorrendo em Blumenau e Limeira”, disse Demarchi em plenário.

“Infelizmente entre as pessoas existem delinquentes que estão invadindo comércios e praticando furtos”, comentou o parlamentar que observou a necessidade de

fazer um levantamento das ocorrências desses delitos na cidade. Ele citou ainda o caso de Santa Gertrudes que fez convênio com uma clínica de reabilitação de dependentes de drogas e álcool para oferecer tratamento para quem aceitar.

“A prefeitura de Santa Gertrudes, nosso vizinho, vão lá, peguem o exemplo e façam convênio com uma clínica para internar quem queira ser internado, ajudar o cidadão que quer ser recuperado e principalmente punir

os delinquentes e os vândalos”, disse o parlamentar.

Demarchi pretende criar lei municipal para penalizar os receptadores dos produtos furtados. Projeto de lei nesse sentido foi protocolado na Câmara e deverá tramitar pelas comissões antes de ser levado para votação em plenário. O PL proíbe a “aquisição, estocagem, comercialização, reciclagem, processamento e benefício” de produtos e materiais sem comprovação de origem.

O projeto lista uma sé-

rie de produtos como fios de cobre; cabos de energia e telefonia; tampas de bueiro; placas, adereços, esculturas e portas de túmulos feitos de cobre e bronze; hidrômetros; entre produtos semelhantes. O comerciante regular desses materiais deverá manter um cadastro com informações sobre a origem dos itens (compra, venda, troca e doação) e do fornecedor.

De acordo com o texto, estabelecimentos e pessoas físicas e jurídicas que forem flagrados com pro-

ductos sem comprovação de origem ficarão sujeitos ao pagamento de multa de 100 unidades fiscais do município de Rio Claro (UFMRC), além de cassação de alvará de funcionamento em caso de reincidência.

“Este projeto de lei tem como objetivo inibir tais furtos na cidade e consequentemente irá trazer maior apoio a força de segurança pública, diminuindo esses números de furtos em nossa cidade”, justifica o autor, observando que a receptação irregular desses produtos contribui com a criminalidade.



Fio de cobre furtado e recuperado pela Guarda Civil Municipal de Rio Claro

## Enchentes e doenças: saiba os riscos e como se proteger

**Divulgação**

O verão chegou trazendo chuvas intensas e enchentes em diversas regiões do Brasil. O clima tropical-úmido, o relevo acidentado, as mudanças climáticas e o crescimento desordenado das cidades tornam esses episódios cada vez mais frequentes e severos.

Além dos estragos materiais e do perigo das correntezas, a água contaminada dos alagamentos também pode espalhar doenças graves, como leptospirose, hepatite A e infecções gastrointestinais.

“Infelizmente, ainda há muita poluição em rios, córregos e galerias pluviais que cortam as cidades. A urina de ratos nesses locais transmite doenças, e a presença de coliformes fecais e vírus agrava a contaminação. Quando essa água suja se mistura a água da chuva durante as enchentes, o risco de infecções aumenta” explica o infectologista Orlando da Conceição, do Hospital e Maternidade São Luiz Anália Franco.

A leptospirose, transmitida pela urina de roedores, por exemplo, pode levar a insuficiência renal e hemorragia pulmonar. A hepatite A, transmitida por um vírus presente em dejetos humanos, pode causar falência hepática. Já doenças diar-

reicas são comuns quando fezes contaminam as águas das enchentes.

Os sintomas mais frequentes dessas infecções incluem febre, diarreia, vômitos, dores musculares, cólicas, calafrios e olhos avermelhados. Em casos mais graves, pode haver hemorragia, muco nas fezes ou tosse com sangue. “Quem apresentar esses sinais após contato com água de enchente deve procurar atendimento médico imediatamente”, alerta o especialista.

A prevenção ideal seria evitar o contato com águas de alagamento, mas nem sempre é possível. Por isso, confira alguns cuidados importantes durante e pós as enchentes:

- Use botas e luvas de borracha se precisar andar em áreas alagadas;
- Lave bem as mãos e desinfete objetos e superfícies contaminadas;
- Ferva a água para consumo ou utilize hipoclorito de sódio antes de beber;
- Mantenha os alimentos armazenados corretamente e descarte os que tiveram contato com a água suja;
- Fique atento aos sintomas de doenças e procure atendimento médico ao primeiro sinal.

Quanto ao tratamento, a vacina contra hepatite A faz parte do calendário nacional e deve estar em dia antes da

exposição ao vírus. Já para leptospirose e doenças gastrointestinais, a consulta médica é essencial para um tratamento adequado.

Outro alerta é que as poças deixadas pelas chuvas também favorecem a proliferação do mosquito *Aedes aegypti*, transmissor da dengue e outras arboviroses. “A população e o poder público precisam atuar no controle desses criadouros. Qualquer quantidade de água parada é suficiente para proliferação do mosquito”, reforça o infectologista.

## Verão e mosquitos: como usar repelente em crianças com segurança

Especialista dá 10 dicas para usar o repelente de forma eficiente e segura nas diferentes faixas etárias

**Divulgação**

Com a chegada do verão e o aumento das chuvas, cresce também a preocupação com as arboviroses, como dengue, zika e chikungunya, doenças transmitidas pelo *Aedes aegypti*. Para evitar picadas de mosquitos, que podem ser incômodas e transmitir doenças, o uso de repelentes é uma das principais formas de proteção, especialmente para crianças. No entanto, é essencial escolher produtos adequados e utilizá-los corretamente.

Fabiola La Torre, coordenadora médica da Linha Pediátrica



Leptospirose, hepatite A e infecções gastrointestinais podem ser transmitidas pela água da chuva

do Hospital e Maternidade São Luiz Osasco, da Rede D’Or, destaca que nem todos os repelentes são indicados para crianças de qualquer idade. “Para bebês menores de seis meses, a recomendação é evitar o uso de repelentes químicos e apostar em barreiras físicas, como roupas compridas e mosquiteiros”, explica.

Dos seis meses a dois anos de idade, o ideal é continuar evitando o repelente. “Se houver necessidade, prefira usar o produto na roupa da criança antes de vesti-la. Opte por repelentes à base de permetrina, menos tóxico do que o DEET”, orienta a médica.

Já para crianças acima de dois anos, o uso de repelentes à base de DEET, Icaridina ou IR3535 é permitido, mas com

restrições. “O DEET deve ter concentração máxima de 10% e o de Icaridina, até 25%”, acrescenta a especialista.

Além de escolher o produto certo, é importante seguir algumas recomendações para garantir a eficácia e segurança do repelente. “O ideal é aplicar o produto apenas nas áreas expostas do corpo, evitando mãos, olhos e boca. Também não se deve passar por cima de ferimentos ou usar em excesso”, alerta a médica.

Outro cuidado essencial é reaplicar o repelente conforme o tempo de duração indicado na embalagem, especialmente em dias muito quentes ou após contato com água. “Outros repelentes naturais, como citronela e andiroba, podem ser usados, mas

a sua eficácia é baixa”, destaca a pediatra.

Caso a criança apresente sintomas como irritação na pele, vermelhidão, coceira intensa, dificuldade para respirar ou tontura após o uso do repelente, é importante suspender a aplicação e procurar atendimento médico imediatamente. “Esses sinais podem indicar uma reação alérgica ou intoxicação, e a avaliação de um profissional é fundamental para evitar complicações”, orienta Fabiola.

Em casos emergenciais, como a ingestão de repelentes ou inseticidas, é possível acionar o Samu (192) ou o Disque-Intoxicação (0800-722-6001), canal de comunicação criado em 2005 pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).

## ANTENA LIGADA

### Central de distribuição será desligada na madrugada de terça-feira

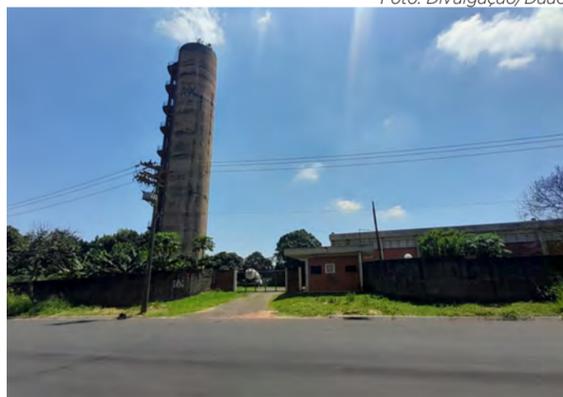
A partir das 4 horas da manhã de segunda para terça-feira (25), o Daae (Departamento Autônomo de Água e Esgoto) de Rio Claro desligará a central de distribuição para a instalação de dois transformadores de energia de alta potência. A previsão é que a ação seja concluída até as 8 horas da manhã de terça-feira.

A paralisação programada poderá causar baixa pressão ou interrupção temporária no fornecimento de água nos bairros Cervezão, Alto do Santana, Nações 1 e 2, Vila Olinda, Guanabara, Palmeiras, Bonsucesso, Village, Panorama, Maria Cristina, Cidade Azul, Jd. Azul, Boa Vista, Paulista 2,

Centenário, Nova Rio Claro, Brasília, Figueira, São Paulo, Wenzel, Novo Wenzel, Santa Elisa, Terra Nova, Recanto Paraíso, Pq. Universitário, São Jorge, Matheus Maniero, BNH, Bom Retiro, Condomínio Residencial São Paulo Home, Paineiras, Benjamin de Castro e bairros próximos.

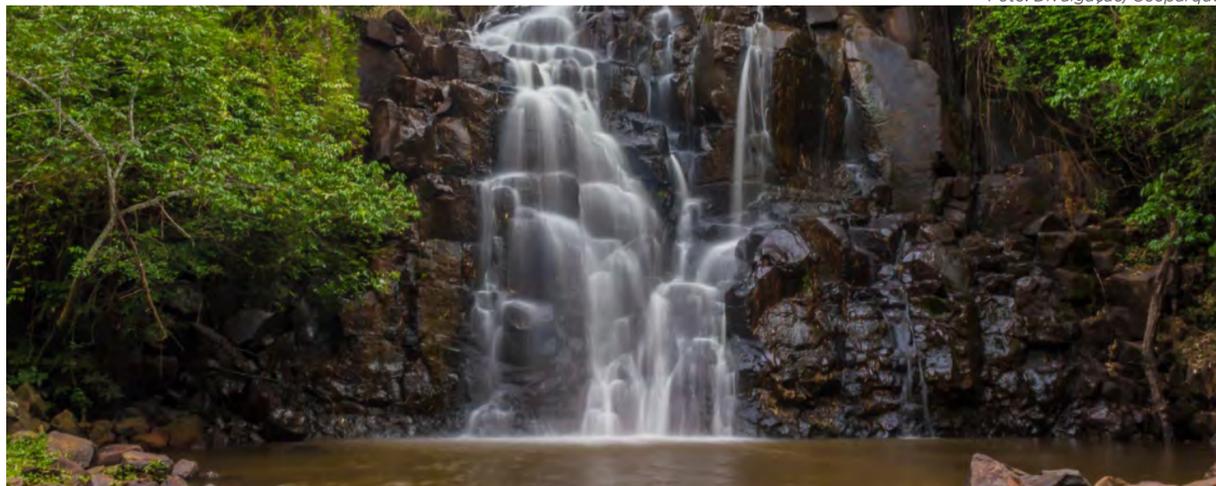
Serão feitas descargas na rede, mas o retorno da pressão do abastecimento ocasiona arraste de incrustações presente nas tubulações, o que pode resultar em casos pontuais de água escura, que devem ser relatados pelo telefone 0800-505-5200, que atende 24 horas telefones fixos e celulares. (Fonte: Divulgação/Daae)

Foto: Divulgação/Daae



# Projeto Geoparque Corumbataí será apresentado em Itirapina

Foto: Divulgação/Geoparque



Cachoeira São José, uma das belezas naturais do Geoparque Corumbataí

Iniciativa visa a implementação de um geoparque global da Unesco na região da bacia hidrográfica do rio Corumbataí

#### Divulgação

A prefeitura de Itirapina, através da Secretaria de Turismo e Meio Ambiente, convida a população para a apresentação

e discussão sobre o Geoparque Corumbataí. O evento ocorrerá nesta terça-feira (25), às 18 horas, no anfiteatro localizado na Rua 5, nº 195, no centro da cidade. O objetivo é apresentar o Geoparque Corumbataí como um patrimônio natural de grande importância para a região.

O Geoparque Corumbataí é um projeto que visa a implementação de um Geoparque Global da Unesco na região da

Bacia Hidrográfica do Rio Corumbataí, no estado de São Paulo. O projeto busca promover o desenvolvimento sustentável da região, através da valorização do patrimônio geológico, histórico e cultural, e do fomento ao turismo.

A apresentação será uma oportunidade para a população conhecer mais sobre as belezas e riquezas geológicas do Geoparque, como suas rochas,

cachoeiras, pinturas rupestres, fósseis, artefatos arqueológicos e mirantes, além de um dos maiores aquíferos do mundo, o Sistema Aquífero Guarani.

O evento é aberto ao público e contará com a presença de especialistas e autoridades locais. A prefeitura convida a todos a participar e descobrir mais sobre esse importante patrimônio natural da nossa região.

# Prefeitura realiza mutirão contra a dengue no bairro Arco-íris

Divulgação/Prefeitura de RC

#### Divulgação

A intensificação de medidas de contingência à dengue foi tema na quinta-feira (20) em reunião da sala de situação municipal de mobilização, prevenção e combate às arborvíroses, na Fundação Municipal de Saúde.

“Todos os setores da prefeitura estão engajados e trabalhando juntos para evitar o crescimento dos casos de dengue”, declara o prefeito Gustavo, que participou da reunião.

Resultado deste trabalho conjunto é a realização de mutirões nos bairros. Na próxima terça-feira (25) agentes de combate à dengue e também equipes de limpeza e cata-bagulho estarão no bairro Arco-íris para trabalho de orientação e limpeza, eliminando possíveis criadouros do Aedes aegypti, mosquito transmissor da dengue.

A partir das 8 horas começa o grande mutirão de limpeza. Os moradores devem colaborar colocando em frente de suas residências, até o início da manhã, todo material inservível, como



O prefeito Gustavo participou de reunião da sala de situação na quinta-feira

pneus velhos, latas, móveis quebrados, garrafas e outros itens que possam acumular água. Também é importante que as pessoas recebam os agentes, que estarão devidamente identificados, para as vistorias nas residências.

“Essa é uma das várias

ações conjuntas que serão desenvolvidas pelas secretarias municipais, para que poder público e comunidade possam juntos ampliar o combate à dengue”, observa Marco Aurélio Mestrinel, presidente da Fundação Municipal de Saúde.

A reunião nesta quinta-

feira contou também com a participação da vice-prefeita Maria do Carmo Guilherme; da diretora de Vigilância em Saúde, Suzi Berbert; e representantes de várias secretarias municipais, que compõem a sala de situação municipal de mobilização, prevenção e combate às arborvíroses.

### Projeto Domingo Musical inicia com muito samba em Santa Gertrudes

Neste domingo (23) acontece a primeira edição deste ano do Projeto “Domingo Musical” com diversos artistas que trarão o ritmo do samba para alegrar o público. Além das apresentações musicais, o evento contará com área de alimentação, área kids para entretenimento das crianças e artesanato com a MASG e Mulheres de Fibra.

O evento tem por objetivo apoiar os artistas locais das diversas linguagens musicais, melhorar a cena cultural do município e descentralizar as atividades artísticas, pois acontece uma vez ao mês em

bairros diferentes da cidade.

O evento com entrada gratuita acontecerá das 15h às 22h na quadra do Jardim Paulista, localizada entre a Av. São Paulo com a Rua Limeira, no Jardim Paulista em Santa Gertrudes.

Confira a programação:  
15h00: Abertura  
16h00: Banda Radinho de Pilha  
17h30: Bateria Pegada Louka – Escola de Samba Grasifs  
19h00: Grupo NumaBoa  
20h30: Grupo Batucada Boa

### Obras de expansão do IFSP em Rio Claro avançam com novas estruturas

As obras de expansão do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo - IFSP, no Campus Rio Claro, já estão em andamento. Após a finalização da terraplanagem do terreno, a próxima fase do projeto prevê a aplicação de ferragens e concreto, iniciando a construção das estruturas. O projeto de ampliação prevê a edificação de dois novos laboratórios, vestiários, banheiros e uma quadra poliesportiva.

A implantação do IFSP em Rio Claro foi resultado de uma articulação política liderada pelo vereador Julinho Lopes (Progressistas), em parceria com o deputado federal Maurício Néves e o reitor do instituto, Silmário Batista dos Santos. O campus oferecerá cursos gratuitos, alinhados às necessidades do mercado regional, reforçando o compromisso com a educação e o desenvolvimento da cidade e da região. (Fonte: Divulgação)

Foto: Divulgação



# Pessoas de 6 a 16 anos podem tomar vacina contra a dengue em RC

Foto: Paulo Pinto/ Agência Brasil

#### Agência Brasil

A partir desta segunda-feira (24), Rio Claro amplia o público-alvo para a vacinação contra a dengue. Pessoas de 6 a 16 anos deverão tomar a dose que protege contra os quatro sorotipos da doença.

As salas de vacinação atendem de segunda a sexta-feira a partir das 7h30. Nas unidades dos bairros Mãe Preta, Bonsucesso e Terra Nova a vacinação vai até as 18h30, e nas demais unidades de saúde do município a vacinação se encerra às 16h30.

A Fundação Municipal de

Saúde ressalta que a vacina é uma medida adicional importante para evitar novos casos de dengue e quem pertence ao público-alvo precisa ser imunizado.

Para tomar a vacina é necessário apresentar cartão SUS e carteira de vacina da criança ou adolescente, que também precisa estar acompanhado de responsável. A vacina é aplicada em duas doses, com intervalo de 3 meses. No caso de pessoas que tiveram dengue, é recomendado aguardar seis meses para o início do esquema vacinal.



A vacina contra a dengue protege contra os quatro sorotipos da doença

# Celular, cartões, bebidas: delegada dá dicas de como pular Carnaval com segurança

*Nunca deixe celular, carteira e cartões nos bolsos de trás ou nos bolsos sem zíper. A dica é carregá-los à frente e próximo do corpo*

Agência SP

O estado de São Paulo já está em ritmo de Carnaval e são esperadas cerca de 16 milhões de pessoas só na capital entre os dias 1º e 4 de março. Para garantir a folia com segurança, a delegada Fernanda Herbella, da divisão de atendimento ao turista (Deatur) do estado de São Paulo, dá dicas para evitar transtornos e pular Carnaval com segurança.

“Sempre carregue carteira e celular à frente e próximo do corpo”, diz a delegada. “Cordinhas de celular (e doleiras) que você pode colocar por dentro

da roupa funcionam bastante e são bem seguras. Nunca deixe celular, carteira e cartões nos bolsos de trás ou nos bolsos sem zíper.”

Caso tenha seu celular furtado ou roubado, é importante registrar um boletim de ocorrência em uma delegacia ou na Delegacia Eletrônica da Polícia Civil de São Paulo. Para evitar maiores transtornos e curtir o Carnaval com segurança, é recomendado guardar em local seguro o número de IMEI do aparelho para solicitar o bloqueio e relatar imediatamente a ocorrência aos bancos.

Fernanda recomenda definir, antes da folia nas ruas, um ponto de encontro com amigos. A estratégia funciona bem e ajuda a garantir um Carnaval com segurança principalmente em bloquinhos e festas com grande aglomeração de pessoas. Não aceitar bebidas de estranhos e deixar o copo sempre em seu campo de visão são ações simples que também



Na capital, o público vai aproveitar os 767 blocos cadastrados para a festa

podem evitar problemas graves.

A delegada também deu dicas para evitar problemas com compras durante o Carnaval. “Nunca entregue o cartão de

crédito na mão de ninguém, principalmente vendedores ambulantes. O cartão sempre fica na sua mão. Você que irá aproximar e colocar a sua senha

e somente após analisar se está correto o valor”, diz.

A delegada recomenda evitar a confirmação da compra se o leitor de cartão estiver que-

brado ou com fitas adesivas que escondam a máquina de cartão. Outra orientação é usar dinheiro vivo para compras de pequeno valor.

## BRK disponibiliza relatório anual de qualidade da água de 2024

Divulgação

A BRK, responsável pelos serviços de água e esgoto em Santa Gertrudes, disponibiliza todos os anos o relatório anual de qualidade da água, que atesta a potabilidade do recurso hídrico distribuído à população. Os clientes podem acessar o site <https://brkambiental.com.br/relatorio> e conferir o relatório da sua cidade.

com.br/relatorio e conferir o relatório da sua cidade.

A BRK monitora em tempo real e por meio de análises laboratoriais se a água tratada está dentro dos padrões legais de conformidade, assegurando que o recurso retirado dos mananciais recebeu o adequado tratamento. Para isso,

a concessionária envolve profissionais qualificados e segue uma metodologia moderna.

O informativo digital, disponível no site da concessionária, descreve o processo de distribuição de água potável desde a captação no manancial até o cavalete dos imóveis, além de detalhar os números relativos ao controle de qualidade para a melhoria contínua do processo. Dessa forma, os moradores de Santa Gertrudes podem conhecer a origem e entender como é realizado o tratamento da água que consomem.

A BRK também conta com o laboratório móvel, serviço gratuito que presta atendimento em residências e comércios, sempre que há dúvidas sobre a qualidade da água. O laboratório móvel analisa a potabilidade da água e permite que o controle da qualidade seja mais rigoroso e transparente. Os resultados saem na hora e a solicitação do serviço pode ser feita pelo 0800-771-0001.

## Pé-de-Meia será depositado na conta de alunos a partir de terça-feira

Agência Brasil

O Ministério da Educação (MEC) pagará, a partir de terça-feira (25), a parcela de R\$ 1 mil do Pé-de-Meia a estudantes que participam do programa e que concluíram um dos três anos do ensino médio regular em escola pública em 2024. Os pagamentos dessa parcela de incentivo à conclusão do curso seguem até quinta-feira (27), de acordo com a série dos estudantes.

Adicionalmente, os alunos aprovados no terceiro ano em 2024, que participaram dos dois dias da última edição do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem), receberão mais R\$ 200. Os depósitos serão feitos após o Tribunal de Contas da União (TCU) desbloquear, no dia 12, R\$ 6 bilhões para o pagamento das parcelas do programa, apelidado de Poupança do Ensino Médio.

O Pé-de-Meia é direcionado a estudantes matriculados no ensino médio em escolas públicas, inscritos no Cadastro Único para Programas Sociais do governo federal (CadÚnico). A poupança tem o objetivo de promover a permanência dos alunos e a conclusão dessa etapa de ensino.

O ministro da Educação,

Camilo Santana, comentou, na rede social, a importância da política. “No programa Pé-de-Meia você pode ganhar até R\$ 9,2 mil como incentivo à permanência na escola. Esse é o grande programa do governo para garantir a permanência do nosso jovem na escola”, declarou.

Depósitos e saques

Para os estudantes que terminaram o terceiro ano em escola pública no ano passado, ou seja, se formaram no ensino médio regular, os depósitos serão feitos na terça e quarta-feira (26), conforme a data de nascimento. No dia 25, recebem os nascidos em janeiro,

fevereiro, março, abril, maio e junho. Em 26 de fevereiro, recebem os aniversariantes de julho, agosto, setembro, outubro, novembro e dezembro.

Os valores depositados (R\$ 1 mil do incentivo-conclusão e mais R\$ 200 pela participação no Enem 2024) poderão ser sacados imediatamente.

Já os alunos do Pé-de-Meia aprovados no primeiro ou segundo ano do ensino médio em 2024 terão R\$ 1 mil depositados na modalidade poupança na quinta-feira (27), independentemente da data de nascimento. A quantia somente poderá ser retirada após concluírem o ensino médio.

Foto: Antônio Cruz/Agência Brasil



Estudantes durante atividade em sala de aula



O relatório de qualidade da água de Santa Gertrudes pode ser acessado no site da empresa



**Notícias e Bastidores** de Rio Claro e região você encontra aqui, com pluralidade dos fatos, opinião e discussão.

Segunda a sexta-feira **8h** da manhã ao vivo

Transmissão pelo youtube e facebook

Diário do Rio Claro  

JORNAL DIGITAL

**DIÁRIO DE MANHÃ**

com Maria Angela Tavares de Lima



Foto: Divulgação

# Condutor morre após mal súbito e atropela mulher em Rio Claro

Acidente ocorreu no bairro Santa Cruz; motorista faleceu no local e uma mulher foi socorrida com ferimentos leves

**Ramon Rossi**

Um acidente grave foi registrado no bairro Santa Cruz, em Rio Claro. O condutor de uma caminhonete Ford Ranger, Rafael Ferreira Lotti, perdeu o controle do veículo após sofrer um mal súbito, colidindo contra o muro de uma residência localizada na esquina da Rua

10 com a Avenida 16.

Segundo informações da Guarda Civil Municipal, o impacto danificou parcialmente o muro da casa de Nei Antônio. Antes de atingir a residência, o veículo atropelou uma mulher que caminhava pela calçada no momento do acidente.

O Serviço de Atendimento Móvel de Urgência (SAMU) e o Corpo de Bombeiros foram acionados rapidamente. A equipe do SAMU, com o médico Dr. Felipe e o técnico de enfermagem Jefferson, tentou reanimar o condutor por cerca de 30 minutos com massa-

gem cardíaca, mas Rafael não resistiu e faleceu no local.

A mulher atropelada sofreu ferimentos e foi encaminhada à Unidade de Pronto Atendimento (UPA) da Avenida 29, onde recebeu os primeiros socorros e permanece em observação.

A perícia técnica esteve no local para investigar as circunstâncias do acidente e confirmar se o mal súbito foi a causa da perda de controle do veículo. O caso foi registrado na delegacia de polícia de Rio Claro e será apurado pelas autoridades competentes.



Acidente entre carro e motocicleta no Jardim Araucária deixa um ferido.

# Condutor foge após perseguição policial no Cervezão e abandona motocicleta depenada

O veículo sem placas foi recolhido ao pátio do Guincho São Lucas; o suspeito conseguiu escapar.

**Ramon Rossi**

A Guarda Civil Municipal de Rio Claro realizou uma operação de patrulhamento no

bairro Cervezão, nas proximidades da Escola Municipal Professor Vitorino Machado. Durante a ação, os agentes flagraram um indivíduo conduzindo uma motocicleta depenada e sem placas, de maneira perigosa pelas ruas do bairro.

Ao perceber a presença da viatura, o condutor iniciou uma fuga em alta velocidade, desrespeitando as regras de trânsito e tráfegando pela

contramão em diversos trechos do bairro. A perseguição se estendeu por vários quarteirões até a Avenida M-23, entre as ruas M-5 e M-4, onde a motocicleta acabou deslizando.

Neste momento, o suspeito abandonou o veículo e fugiu a pé, conseguindo escapar antes que os agentes conseguissem interceptá-lo.

A motocicleta, em péssimas condições e sem identificação, foi recolhida ao pátio do Guincho São Lucas, e as medidas administrativas cabíveis foram tomadas.

A Guarda Civil segue investigando o caso para tentar identificar o responsável pela condução perigosa, além de apurar a origem da motocicleta, que pode estar relacionada a outros crimes na região.



Motocicleta depenada foi recolhida após fuga do condutor no bairro Cervezão, em Rio Claro.

# Decisão judicial determina adoção de cotas em colégios militares

**Agência Brasil**

A Justiça Federal determinou que o Exército adote cotas raciais e sociais em processos seletivos para admissão de alunos em colégios militares de todo o país. A decisão foi concedida a partir de uma ação civil pública mo-

vida pelo Ministério Público Federal (MPF) contra a instituição militar, sob alegação de uma interpretação restritiva da legislação para negar a reserva de vagas a candidatos autodeclarados negros, indígenas e pessoas com deficiência.

De acordo com a decisão judicial, as vagas deverão se-

guir a distribuição proposta pelo MPF na ação, baseada nos percentuais previstos nas normas em vigor. Ao menos 5% das vagas em disputa nos colégios militares devem ser destinadas a pessoas com deficiência, outros 5% a quilombolas e 50% a alunos egressos do ensino fundamental em escolas públicas, fatia sobre a

qual também incidem as cotas raciais e sociais (com mínimo de 77% das vagas desse grupo destinadas a pretos, pardos e indígenas). A ampla concorrência deve se restringir aos 40% das vagas restantes.

Os candidatos que optarem por concorrer às vagas reservadas a pretos, pardos e indígenas deverão apresentar

uma autodeclaração étnico-racial. Se aprovados nas provas e convocados, os estudantes também terão que passar por um processo de heteroidentificação complementar, para validação das informações apresentadas na inscrição.

Essa etapa, segundo a formulação do MPF acatada pela Justiça Federal, ficará sob

responsabilidade de uma comissão a ser constituída ainda antes da publicação do edital referente ao processo seletivo. O grupo será formado por membros dos colégios militares, das secretarias de educação municipais e estaduais e da Fundação Nacional dos Povos Indígenas (Funai).

Foto: Arquivo/CMRJ/Colégio Militar do Rio de Janeiro



Colégio Militar do Rio de Janeiro que deverá adotar sistema de cotas

## OBITUÁRIO

A família de CARLOS ALBERTO VECHIN, participa seu falecimento ocorrido no dia 21/02/2025, às 12:43 horas aos 65 anos de idade, nesta cidade. Deixa irmãos e sobrinhos. O seu sepultamento deu-se ontem, 22, às 10:00 horas, saindo o féretro do Velório não haverá em Rio Claro, para o Cemitério Memorial Cidade Jardim em Rio Claro. (Funerária João de Campos)

A família de LUIZ PICCIN, participa seu falecimento ocorrido no dia 21/02/2025, às 13:34 horas aos 82 anos de idade, em Santa Gertrudes. O extinto deixa viúva a Sra. Maria Helena Tonin Piccin. Deixa os filhos: - Adilson, casado(a) com Vera - Adreia, casado(a) com Marcos - Alexandre, casado(a) com Priscilla - Ana Paula, casado(a) com Fernando. Deixa 9 netos, 6 bisnetos. O seu sepultamento deu-se ontem, 22, às 11:00 horas, saindo o féretro do Velório Municipal Santa Gertrudes em Santa Gertrudes, para o Cemitério Municipal Santa Gertrudes em Santa Gertrudes. (Funerária João de Campos)

A família de WANDA HELENA GIOVANNETTI MOLINA, participa seu falecimento ocorrido no dia 21/02/2025, às 15:35 horas aos 76 anos de idade, em Piracicaba. A extinta era viúva de Orlando Molina. Deixa os filhos: - Antônio Cezar Molina, casado(a) com Erika de O. Zorzini Molina. - Osana Mara Molina Maçã, casado(a) com Emerson Marçal Junior. Deixa 4 netos. O seu sepultamento deu-se ontem, 22, às 14:30 horas, saindo o féretro do Velório Memorial Cidade Jardim em Rio Claro, para o Cemitério Crematório Memorial Cidade Jardim em Rio Claro. (Funerária João de Campos)

A família de ZULMIRA JACINTO DE GÓES GOMES, participa seu falecimento ocorrido no dia 21/02/2025, às 17:20 horas aos 78 anos de idade, nesta cidade. A extinta era viúva de Amadeu Gomes. Deixa os filhos: - Geane, casado(a) com Donizete - Neusa, casado(a) com Vanderlei - Amadeu, casado(a) com Ana Maria - Valéria, casado(a) com Anderson. Deixa 8 netos, 2 bisnetos. O seu sepultamento deu-se ontem, 22, às 13:30 horas, saindo o féretro do Velório Municipal em Rio Claro, para o Cemitério São João Batista em Rio Claro. (Funerária João de Campos)

A família de DANIEL MARTINS ALEM, participa seu falecimento ocorrido ontem 22/02/2025, às 01:38 horas aos 44 anos de idade, nesta cidade. Deixou a mãe Rita de Cassia Martins Além. Deixa irmão, cunhado e sobrinhos. O seu sepultamento deu-se ontem, 22, às 14:00 horas, saindo o féretro do Velório não haverá em Rio Claro, para o Cemitério Crematório Memorial Cidade Jardim em Rio Claro. (Funerária João de Campos)

# Apostas on-line comprometem renda de apostadores, diz Procon

**Agência SP**

Uma pesquisa divulgada na sexta-feira (21) pelo Procon-SP revelou que 48% das pessoas que afirmam jogar e fazer apostas on-line já comprometeram boa parte da renda com a atividade, o que as levou a pedir dinheiro emprestado e/ou retirar dinheiro de aplicações financeiras para poder continuar jogando.

O questionário foi respondido por 1.533 consumidores que acessaram o site e as redes sociais do Procon-SP entre 3 de dezembro de 2024 e 8 de janeiro de 2025. A pesquisa na íntegra está disponível aqui.

O Procon considera os dados preocupantes, já que entre os apostadores, 71% disseram ter mais perdas financeiras do que ganhos e 39% afirmaram

possuir dívidas em razão da atividade. O valor gasto em apostas on-line supera R\$ 1.000 mensais para 18% dos apostadores entrevistados. 4% deles disseram gastar até R\$ 100; 26%, entre R\$ 100 e R\$ 500; 8% entre R\$ 500 e R\$ 1.000.

Entre os entrevistados, 89% declararam receber ofertas de jogos ou apostas em suas redes sociais ou celular; e 52% declararam que as publicidades com "celebridades" os influenciaram na decisão de jogar ou apostar.

O Procon-SP fará ação de conscientização em meios digitais para alertar os consumidores sobre os riscos das apostas online e para orientar sobre como solicitar ajuda dos órgãos de defesa do consumidor em casos de infração.

No site oficial do Procon-SP (www.procon.sp.gov.br), é possível consultar quais empresas de apostas on-line têm autorização do Ministério da Fazenda para operar no Brasil. É fundamental que o

consumidor saiba de todas as regras e também dos riscos de cada modalidade de jogos e apostas ofertadas online e autorizadas a atuar no mercado nacional.

Foto: Divulgação/Governo de SP



Entrevistados disseram que comprometem boa parte da renda com apostas on-line

# Variedades

## ONG Pé na Rua cria horta sustentável e incentiva alimentação saudável em crianças

Projeto conta com participação efetiva das crianças no plantio e colheita das verduras e legumes

### Divulgação

A ONG Pé na Rua, localizada no bairro Mãe Preta em Rio Claro, vem trabalhando a sustentabilidade com as crianças e adolescentes atendidas pela entidade. No ano passado, a instituição iniciou um projeto de gestão de resíduos promovendo educação ambiental. Agora, a ONG criou uma horta sustentável com participação efetiva das crianças no plantio e colheita das verduras e legumes.

“A horta foi criada para beneficiar as crianças e ajudar na alimentação delas”, explica Maycon Antônio Barbosa, estudante de TST (Técnico em Segurança do Trabalho) no Senac e voluntário na ONG. De acordo com ele, o projeto foi desenvolvido em parceria entre



Projeto da horta sustentável incentiva a alimentação saudável

o Senac.

“Nós propusemos algumas melhorias que envolviam a Olimpíada do Conhecimento que estava ocorrendo no Senac. Assim foi criada a horta sustentável que incentiva uma alimentação saudável”, conta o estudante.

Os canteiros foram montados em pneus doados pela empresa Sustentare. Eles foram pintados e ganharam um colorido todo especial que se funde aos diferentes tons das verduras. As crianças também colocam a mão na massa e participam do plantio, e também da colheita.

Na semana passada, elas puderam degustar deliciosa salada feita com as verduras colhidas na horta sustentável, que ampliou recentemente seu cultivo com um canteiro de milho. Conforme Barbosa, a ONG está na expectativa de receber mais um parceiro no projeto: o

Shopping Rio Claro com doação de adubo.

### Sobre a ONG

A ONG Pé na Rua é uma entidade sem fins lucrativos fundada em 5 de setembro de 2021 sob a razão social de Associação Beneficente e Social Pé na Rua, cujo trabalho é realizado com o objetivo de alcançar os mais vulneráveis e mudar suas realidades.

A associação atende as crianças e adolescentes oferecendo café da manhã e almoço, que são preparados com alimentos e produtos doados pela co-

munidade. As crianças recebem ainda ensino educacional e participam de gincanas e oficinas. Todo o trabalho é realizado por voluntários.

Quem quiser colaborar, seja doando tempo/mão de obra, dinheiro ou materiais, pode entrar em contato pelo WhatsApp (19) 9.7409-6398 (Desyre Ignatti) e pelo Instagram: @ongpenarua. Doações em dinheiro podem ser feitas pelo Pix: 47.280.006/0001-23 – Banco Cora – ONG Pé na Rua. A sede da associação fica na Rua 24-MP, nº 1.292, no bairro Parque Mãe Preta em Rio Claro.



Foto: Divulgação



As crianças participam do plantio e da colheita das verduras

## MinC anuncia investimento de R\$ 6 mi em formação cultural de jovens

### Divulgação

O Ministério da Cultura anunciou que vai lançar programa com investimento inicial de R\$ 6 milhões para projetos de capacitação para pelo menos 5 mil jovens com oficinas de elaboração de projetos culturais em áreas como música, literatura, artes cênicas, museologia, artes visuais e memória social.

Previsto para ser lançado nesta terça-feira (25), o Programa Rouanet da Juventude alcançará o público de 15 a 29 anos, prioritariamente em vulnerabilidade social, de comunidades indígenas, quilombolas, pessoas com deficiência e LGBTQIAPN+ das regiões Centro-Oeste, Nordeste e Norte.

Serão incentivados no mínimo 30 projetos culturais com

valor de até R\$ 200 mil cada. Para submeter uma proposta ao edital, é preciso ter CNPJ, e as propostas devem ser voltadas para a formação de jovens em áreas definidas pelo programa.

O edital com as regras para inscrições tem publicação prevista para o final de fevereiro, e as inscrições serão recebidas até 30 de abril no Sistema de Apoio às Leis de Incentivo à Cultura (Salic). A divulgação dos resultados será em junho.

Foto: Ana Luiza Reis/Mostra de Teatro Afro Cena



O Programa Rouanet da Juventude alcançará o público de 15 a 29 anos



## MATERIAL ESCRITÓRIO



ENTREGAMOS PARA VOCÊ

Válido até 24/02

 <p><b>R\$ 81,90</b> CLIENTE BLUE CITY <b>R\$ 77,01</b></p> <p>GRAMPEADOR MAXPRINT MXG100C METALICO SEMI AUTOMATICO P/100 FLS</p>	 <p><b>R\$ 79,90</b> CLIENTE BLUE CITY <b>R\$ 75,15</b></p> <p>GRAMPEADOR 18 CM CIS C-15 METALICO P/ATE 40 FLS GRAMPO 26/6 28/6 24/6 24/8 23/6</p>	 <p><b>R\$ 79,00</b> CLIENTE BLUE CITY <b>R\$ 74,23</b></p> <p>GRAMPEADOR 28 CM JOCAR OFFICE MASTER P/ATE 100 FLS 93018 GRAMPO 23/6/8/10/13</p>
 <p><b>R\$ 78,90</b> CLIENTE BLUE CITY <b>R\$ 73,79</b></p> <p>GRAMPEADOR 20 CM TILIBRA G116 SMART TOUCH P/25 FLS GRAMPO 26/6 24/6</p>	 <p><b>R\$ 69,97</b> CLIENTE BLUE CITY <b>R\$ 65,92</b></p> <p>GRAMPEADOR 12 CM CIS C-40 STAPPOWER P/25 FLS GRAMPEIA S/ ESFORÇO</p>	 <p><b>R\$ 67,90</b> CLIENTE BLUE CITY <b>R\$ 60,87</b></p> <p>GRAMPEADOR 28.5 CM MASTERPRINT MP390 EXTRAGRANDE ATE 100 FLS -</p>

### COTAÇÕES:

(19) 99672-3535 | 99914-4695  
(19) 3524-2068 | 3532-2111 | 3532-0102  
BLUECITY@BLUECITY.COM.BR

# DESPORTES

SÉRIE A2

## Velo Clube joga pela permanência na Série A1 do Paulistão

Em disputa, também, vaga para o Brasileiro D em 2026

Geraldo Costa Jr.

No jogo mais importante da temporada, o Velo Clube enfrenta o Água Santa, às 18h30, no estádio Benito Agnello Castellano, neste domingo (23), em jogo válido pela 12ª e última rodada da 1ª. fase do Campeonato Paulista Série A1.

Após a arrancada nas últimas três rodadas, com empates heroicos fora de casa contra São Paulo e Guarani e vitória em seus domínios contra a Inter de Limeira, o Velo Clube está a 1 ponto de conquistar sua permanência na Série A1 do Paulistão.

Mesmo perdendo o Velo se classifica, desde que não seja por mais de 3 gols de diferença. O Rubro-Verde soma 2 vitórias em 11 jogos disputados, além de 4 empates e 5 derrotas. O ataque, que tem como destaque o centro avante Daniel Amorim, vice artilheiro do Paulistão com 6 gols, já balançou as redes adversárias em 12 oportunidades. Porém, a defesa, vasada em todos os jogos sofreu 14, deixando o Velo Clube com

saldo de gols menos 4.

Em caso de vitória sobre o Água Santa, o Velo Clube conseguirá também a vaga inédita para o Campeonato Brasileiro da Série D do próximo ano.

Para escalar o Velo Clube na partida deste domingo, o técnico Guilherme Alves tem algumas dúvidas. Ele não sabe se poderá contar com os meias Léo Baiano e Felipinho, lesionados. As opções são Carlos Manuel e Pedro Cacho, respectivamente. O Velo não tem problemas em relação a cartões amarelos.

A provável equipe do Velo Clube para enfrentar o Água Santa deve ser a seguinte: Pablo; Yuri Ferraz, Rafael Ribeiro, Gabriel Mancha, Marcelo Augusto, Léo Campos, Pedro Favela, Léo Baiano, Vinicius Leite, Sillas Gomes e Jefferson Nem.

Netuno tenta o "milagre" Adversário do Velo Clube no jogo de hoje à noite, o Água Santa vem na base do desespero tentar o milagre de evitar o rebaixamento à Série A2. O Netuno, como é carinhosamente chamado o time da cidade de Diadema, além da vitória por expressiva diferença de gols, depende de derrotas de Noroeste e Inter de Limeira. A

equipe do técnico Pintado soma até agora 1 vitória, 4 empates e 6 derrotas e tem saldo de gols de menos 12.

Torcida deve lotar o Benitão

Entusiasmada e confiante na permanência do Velo Clube na Série A1 do Paulistão, a torcida rubro-verde deve lotar as arquibancadas do Benitão na noite deste domingo. Os ingressos para o jogo Velo Clube x Água Santa estão à venda desde quinta-feira (20) e a procura tem sido grande, nas bilheterias e no site Total Ticket.

A expectativa é para recorde de público em jogos do Velo Clube no Benitão na atual temporada. Confira os valores dos ingressos:

Arquibancada coberta:  
Inteira: R\$ 100,00  
Meia entrada: R\$ 50,00  
Arquibancada descoberta:  
Inteira: R\$ 80,00  
Meia entrada: R\$ 40,00  
Setor Visitante:  
Inteira: R\$ 80,00  
Meia entrada: R\$ 40,00

Vale lembrar que, crianças até 3 anos não pagam ingresso. Idosos acima de 60 anos e crianças até 6 anos pagam meia entrada apresentando somente o RG. Qualquer outra idade tem direito a meia entrada apresentando comprovante estudantil



Velo Clube decide permanência na Série A1 do Campeonato Paulista.

ou outro documento que comprove o direito ao benefício.

Árbitro emergente apita jogo do Velo

A Federação Paulista de Futebol escalou o árbitro Matheus Delgado Candançan, um dos mais promissores da nova geração para apitar Velo Clube x Água Santa. Ele tem apenas

26 anos e atua na profissão desde 2017. Os assistentes de Candançan serão a experiente Neuza Ines Back (FIFA e Copa do Mundo) e Leandro Matos Feitosa. O árbitro de vídeo será Adriano de Assis Miranda.

Transmissão

O jogo Velo Clube x Água

Santa terá transmissão do Diário D'Esportes com Gabriel Tavares e convidados, a partir das 18h00, nas páginas do Instagram e Facebook do jornal Diário do Rio Claro. Os canais Uol Play, Nosso Futebol e Zapping TV transmitem o jogo ao vivo, a partir das 18h30.

PAULISTÃO

## Paulistão define rebaixados e últimas vagas para quartas de final

Todos os jogos da 12ª rodada começam às 18h30

Geraldo Costa Jr.

Hora de definição no Campeonato Paulista Série A1. A 12ª e última rodada da primeira fase, que será disputada neste domingo (23), com todos os jogos começando às 18h30, definirá os últimos classificados para as quartas de final, além das duas equipes rebaixadas à Série A2 na próxima temporada.

O atual tricampeão Palmeiras não depende apenas de

si para garantir a vaga entre as oito melhores equipes da primeira fase. Além de vencer o Mirassol, fora de casa, por qualquer placar terá de torcer por derrota ou empate da Ponte Preta que enfrenta o RB Bragantino, em Campinas.

No Grupo A, Corinthians e Mirassol já estão classificados. Santos e RB Bragantino estão perto de garantirem a vaga no Grupo B, dependendo apenas de seus resultados. Chances menores neste grupo para Guarani e Portuguesa.

A situação no Grupo C já está definida com São Paulo e Novorizontino passando à

próxima fase. No Grupo D, finalmente, o São Bernardo FC já tem a sua vaga garantida nas quartas de final. A Ponte Preta está perto de alcançá-la também, e, para isso, terá de vencer o RB Bragantino, em casa. Caso empate, precisa que o Palmeiras não vença o Mirassol. Porém, se a Ponte empatar e o Palmeiras vencer, o Verdão classifica no saldo de gols.

Na parte de baixa da tabela de classificação geral, Velo Clube (13º), Noroeste (14º), Água Santa (15º) e Inter de Limeira (16º) disputam a permanência na Série A1 do

Paulistão, com probabilidades maiores de queda para Água Santa e Inter de Limeira. Em relação ao Velo Clube só um tremendo desastre e uma improvável combinação de resultados rebaixariam o Rubro Verde da Rua 3.

Vale lembrar que a Federação Paulista de Futebol já definiu as datas de 1 e 2 de março para a realização das quartas de final do Paulistão Série A1 que será disputada em jogo único, com a equipe melhor colocada em seu respectivo grupo, atuando como mandante.

Agora, é acompanhar a rodada decisiva e torcer muito!

## Paulistão define rebaixados e últimas vagas para quartas de final

Geraldo Costa Jr.

Uma ausência será bastante sentida pelo torcedor velista. O atacante Daniel Amorim, 35 anos, deixou o Velo Clube. O camisa 9, vice artilheiro do

Paulistão com 6 gols, que está lesionado e não teria condições de jogo contra o Água Santa, acertou sua ida para o Operário-PR, pelo qual disputará o campeonato paranaense e a Série B do Brasileiro nesta temporada.



Artilheiro Daniel Amorim vai jogar no futebol paranaense

TUDO PARA SUA OBRA!

# Rede Construção Vip

☎ 19 3523.6868

📞 19 9.9286.6911

RUA 5, 2322 - CENTRO

10 X

sem juros no cartão

casaviprioclaro@hotmail.com



**ÁRIES (23/3 A 20/4)**  
 Fique de olho nas oportunidades de crescimento financeiro. Novas amizades darão dicas de negócios e ativarão sua criatividade. Mudanças na equipe ou no ambiente social serão esperadas nesta fase. Finalize um longo ciclo, crie projetos e renove os sentimentos. A semana terminará com animação, conquistas pessoais e clima quente no amor. Paixão em alta!

**CÂNCER (21/6 A 21/7)**  
 Avalie custos de uma mudança ou viagem de longa duração e planeje o orçamento. A semana terminará com decisões de vida e busca de maior estabilidade. A partir de hoje, Mercúrio facilitará acertos de documentação e conexões com pessoas de fora. Pense positivo e ligue o radar nas oportunidades. A fase trará superação e novo ambiente social.

**LIBRA (23/9 A 22/10)**  
 Conquiste novos espaços e fortaleça a posição no trabalho. A semana terminará com aumento de responsabilidades e maior abertura nos relacionamentos. Mudanças serão positivas, aproveite para reinventar a vida e encontrar novas motivações. Algo do destino envolverá encontros e interações de hoje. Concentre suas energias na construção de maior estabilidade.

**CAPRICÓRNI (22/12 A 20/1)**  
 O dia pedirá privacidade e tempo para pensar nas mudanças que deseja e nos assuntos de família. A partir de hoje, Mercúrio facilitará as comunicações e trará mais mobilidade. Aposte num plano "B" para equilibrar as finanças e diminuir pressões. Ideias brilhantes e criatividade não faltarão nesta fase, aproveite a inspiração para enriquecer projetos autorais.

**TOURO (21/4 A 20/5)**  
 Novidades da família e reformulações na casa agitarão o clima. A semana terminará com reencontros carinhosos e autoestima. A partir de hoje, Mercúrio movimentará a vida social e atividades de grupo. Amizades e associações que começarem nesta fase se tornarão estáveis e duradouras. Portas se abrirão na carreira. Novo empreendimento ganhará força. Você se acha inteligente?

**LEÃO (22/7 A 22/8)**  
 A partir de hoje, Mercúrio trará um entendimento mais profundo de questões existenciais e dos caminhos a seguir. Planeje detalhes de uma mudança, eleve seus padrões e abra caminhos para o futuro. A semana terminará com autoestima e atitude nos relacionamentos. Organize planos, determine prazos e renove os sentimentos. Novas conexões e viagem à vista!

**ESCORPIÃO (23/10 A 21/11)**  
 Transforme antigos padrões e derrube barreiras nos relacionamentos. A semana terminará com novos planos para o futuro e segurança nas escolhas. Visualize onde quer chegar e determine os próximos passos na conquista de um futuro melhor. Este será um bom momento para resolver assuntos de família e de moradia e eliminar pendências. Casamento em alta! Você se acha inteligente?

**AQUÁRIO (21/1 A 19/2)**  
 Resolva assuntos delicados com o par e fortaleça a relação. Se estiver só, novo envolvimento poderá surgir de uma conversa sensível num encontro casual. O coração baterá forte, espere por muitas emoções e clima carinhoso na vida íntima e familiar. A partir de hoje, Mercúrio facilitará contratos e equilíbrio do orçamento. Mais estabilidade e segurança pela frente!

**GÊMEOS (21/5 A 20/6)**  
 Estude, atualize seus conhecimentos e renove conceitos. A semana terminará com novidades estimulantes e desejos de se aventurar em novas experiências. A partir de hoje, Mercúrio movimentará as comunicações profissionais. Você poderá firmar um contrato de longa duração ou alcançar metas mais altas na carreira. Retenha amigos numa viagem ou curso. Sucesso! Você se acha inteligente?

**VIRGEM (23/8 A 22/9)**  
 Diminua a velocidade e restaure suas forças. O dia pedirá momentos de relaxamento e quietude para avaliar propostas e encontrar as melhores decisões. A partir de hoje, Mercúrio facilitará o diálogo no amor e nos relacionamentos próximos. Divida responsabilidades, estabeleça limites e ganhe tranquilidade. Conexões com mestres, autoridades e estrangeiros estarão abertas.

**SAGITÁRIO (22/11 A 21/12)**  
 A semana terminará com esperanças e empolgação com novos projetos. Amplie conexões internacionais, acerte a documentação e organize planos. A partir de hoje, Mercúrio facilitará o diálogo com a família e a retomada de atividades que estavam pausadas. Este será um bom momento para arrumar a casa e estabelecer uma rotina mais agradável. Prestígio em alta!

**PEIXES (20/2 A 20/3)**  
 Objetivos pessoais ficarão mais claros, com a entrada de Mercúrio em seu signo que também aumentará seu poder de comunicação e mobilidade. O dia trará conversas motivadoras e bons resultados no trabalho. Termine a semana com perspectivas positivas e boas notícias na área financeira. Hora de começar um novo ciclo e por a vida em ordem. Resolva assuntos práticos.

**Programação do Cinema**  
 20/02/2025 A 26/02/2025

**CAPITAO AMERICA: ADMIRÁVEL MUNDO NOVO**  
 Ação – 14 anos – Duração: 120 min

Sala 1: 2D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 16h30 - 19h - 21h30  
 Sáb., Dom., Feriado - 14h - 16h30 - 19h - 21h30

Sala 2: 2D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 16h - 18h30  
 Sáb., Dom., Feriado - 15h30 - 18h15

Sala 2: 3D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 21h  
 Sáb., Dom., Feriado - 21h

Sala 5: 2D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 20h25  
 Sáb., Dom., Feriado - 20h25

**FLOW**  
 Animação/Aventura – Livre – Duração: 85 min

Sala 3: 2D  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 16h20

Sala 5: 2D  
 Sáb., Dom., Feriado - 14h15

**ACOMPANHANTE PERFEITA**  
 Thriller – 16 anos – Duração: 95 min  
 Sala 5: 2D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 16h10  
 Sáb., Dom., Feriado - 16h10

**AINDA ESTOU AQUI**  
 Drama Nacional – 14 anos – Duração: 135 min  
 Sala 3: 2D – Nacional

Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 21h10  
 Sáb., Dom., Feriado - 21h10

**O HOMEM DO SACO**  
 Suspense/Terror – 14 anos – Duração: 95 min

Sala 5: 2D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 18h20  
 Sáb., Dom., Feriado - 18h20

**MUFASA: O REI LEAO**  
 Aventura/Família – Livre – Duração: 120 min

Sala 3: 2D – Dublado  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 18h45  
 Sáb., Dom., Feriado - 18h45

**FE PARA O IMPOSSIVEL**  
 Drama/Biografia Nacional – 12 anos – Duração: 100 min

Sala 4: 2D – Nacional  
 Qui., Sex., Seg., Ter., Qua. - 15h - 17h - 19h10 - 21h20  
 Sáb., Dom., Feriado - 14h45 - 17h - 19h10 - 21h20

**SONIC 3 – O FILME**  
 Aventura/Família – 10 anos – Duração: 110 min

Sala 3: 2D – Dublado  
 Sáb., Dom., Feriado - 14h05

**O AUTO DA COMPADECIDA 2**  
 Comédia Nacional – 12 anos – Duração: 115 min

Sala 3: 2D – Nacional  
 Sáb., Dom., Feriado - 16h20

**PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS**

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Série de degraus		Borla da roupa do pierrô	Efeito desencadeado por ácaros (Patol.)		Inter-ruptão da gestação	Da mesma maneira O animal que voa
Bando de cães	Catinga (bras.)		Fere de leve			
→	↓			↓	↓	↓
Filhos de Adão e Eva (Bíblia)	→					
→		(?) Duarte, atriz brasileira Cotidiano	→			
"(?) Maria", minissérie	Colocar açúcar (no café)	↓				Aquele que age sem pensar
Permaneço	→					
Mercado livre de frutas e legumes	Enfeite de geladeiras	→			Irmão da mãe	↓
	Norma; preceito				Em prol; a favor	
→			Surgir em contraposição	→		De estatura elevada
Rodear o terreno com muro	→					Cem por (?) por inteiro
→				Lugar; região	↓	
				Ônibus, em inglês		
(?) das Cruzes, município paulista	Roupão (bras.)	→			Empresa de Correios (sigla)	
	Panela de docesiras					
→			Combustível das usinas nucleares	→		
Registro de reuniões	Escoador de dejetos	→				A rainha do jogo de xadrez
Repercussões sonoras	Ouvir, em espanhol					
→				Vacina contra a tuberculose	Formação como o tsunami	↓
(?) -fi, drinque			Primeiro verbete da enciclopédia	→		Gary Coleman, ator
Divisão do dia						Faixa de rádio
→				Para aquele lugar	→	

BANCO 2/hi,3/aca — bus — mad — or: 4/ldem,5/rachn,6/esgto — pompm — urânio — 21

#FaçaCoquetel  
 Assine e receba no conforto da sua casa!  
 www.assinacoquetel.com.br

**Solução**

V	T	O	C	V	R	O	H
W	V	G	C	B	I	H	
Q	N	O	I	S	O	E	
O	I	O	G	S	E	V	
O	I	N	V	U	N	V	V
T	C	E	E	R	O	H	
T	V	O	T	I	G	O	W
V	R	R	C	V	R	E	C
H	O	P	O	R	H	E	F
O	I	L	V	W	I	F	E
D	R	V	U	O	D	V	
V	M	O	T	V	P	D	W
T	E	R	V	E	M	V	C
V	A	D	V	A	R	O	H
I							C
							V
							A
							S

**RESUMO DAS NOVELAS**

**GAROTA DO MOMENTO**  
 Beto se incomoda com Cássio. Ulisses estranha o comportamento de Glorinha. Sérgio apresenta a nova novela à imprensa. Bia e Maristela se irritam com o sucesso de Beatriz. Anita é atacada por fãs de Alfredo. Teresa, Eugênia e Jacira pedem o apoio do público ao romance de Alfredo e Anita. Beto termina o seu curta-metragem. Ulisses lamenta a distância de Glorinha. Marlene flagra Juliano e Zélia juntos. Bia percebe o incômodo de Cássio com o sucesso de Beatriz.

Jin. Gerson questiona Gigi sobre Jô. Rodolfo exige que Marco desista de saber sobre Ruth. João vê Madalena e Matias juntos. Cacá recebe uma foto sua com Baixinho. Gerson manda Gigi em seu lugar a uma reunião da cúpula. João e Silvia ficam juntos. Violeta revela a Cacá que o filho que ela espera é seu neto.

**VOLTA POR CIMA**  
 João diz a Violeta que Cacá não voltará a trabalhar para ela. Hana surpreende Jin no palco diante de Tati. Belisa conta o que sabe sobre a mãe de Marco. Sebastian implica com Joyce. Gigi questiona Rodolfo sobre seus sentimentos por Belisa. Jin fala de Tati para Hana. Hana garante a Min-Ji que reconquistará

**MANIA DE VOCÊ**  
 Mavi assume toda a culpa do assassinato de Molina. Viola sugere que todos postem nas redes sociais a notícia da confissão de Mavi para que chegue até Rudá, sem saber que o namorado fugiu da cadeia. Robson pede ajuda a uma amiga, funcionária do laboratório onde Hugo fez exame, e consegue falsificar o resultado. Robson vai à casa de Fátima e deixa o envelope com o resultado sem que ninguém perceba. Hugo e Gael abrem o envelope com o diagnóstico. Rudá segue Mércia e descobre que Molina está vivo.

**DIÁRIO DO RIO CLARO**  
 UM DOS JORNAIS MAIS TRADICIONAIS DO BRASIL  
 ENTRA EM UMA NOVA ERA!  
 MUITO MAIS CONTEÚDO

# CLASSIFICADOS

EMPREGOS

IMÓVEIS

VEÍCULOS

GERAL

SERVIÇOS

## ALIMENTAÇÃO

### TORTAS/DOCES/SALGADOS

ROCAMBOLES: frango c/ catupiry, presunto, queijo, calabresa, esfiha, lasanha, maionese light, cuscuz (frango, sardinha), panquecas, várias carnes recheadas, ROCAMBOLE DOCE, etc. Tudo feito c/ óleo girassol, Molico desnatado, Sal Marinho, etc. Ac/ encomendas p/ festas em geral. 3534-0245 CEL: 998044205 AUGUSTA. (003212)

## SERVIÇOS

### AGENDAMENTO DO INSS

Aposentadorias, auxílio doença, LOAS, benefício negado pelo INSS, imposto de renda, cidadania italiana, nos procure F: 3557-7706 - Whats: 98172-3766 - PREVIDENCI (003211)

### LÉO RASPA TACOS

Restauração de pisos de madeira F: 99767-7296 e 99735-6766. (003213)

### AUMENTE LUCRATIVIDADE

E eficiência da sua empresa com uma contabilidade organizada! Você sabia que um escritório contábil bem estruturado pode transformar a gestão financeira do seu negócio e impulsionar seus resultados? <http://www.sarticontabilidade.com.br> 19-3524-3244 Whats app Vamos Conversar? (003215)

**ANTONIO CARLOS PICCOLO**  
CORRETOR DE **IMÓVEIS**  
CRECI 11.949  
Rua 9, 948 - Centro - CEP 13.500.145  
Fone (19) 3524.2378 - 3524.2822  
E-mail: [piccolocorretor@neterra.com.br](mailto:piccolocorretor@neterra.com.br)  
www.piccolocorretor.com.br  
Econ. Antonio Carlos Piccolo  
Economista - CORECON 6.488  
Assessoria Financeira e Econômica  
**TRADIÇÃO DESDE 22/08/1977**

### PARA ALUGAR

REF. 360 - SALÃO COMERCIAL COM 1.090 M2, AV.3, 464 CENTRO  
REF. 375 - COND SUÉCIA. APTO 103 BLOCO 9. JD DAS NAÇÕES 2 - 2 DORM. BANH. SALA. COZINHA

REF. 376 - SALÃO COMERCIAL AV:3 ESQUINA COM RUA 9 - CENTRO - BANHEIROS, COZINHA, DIVERSAS SALAS TERREO E SOBRADO.

### TERRENOS PARA VENDER

TERRENO EM ANALÂNDIA 2732 M2 - ACEITAMOS TROCA OU PARCLAMENTO

TERRENO AV. 30 - JD. SÃO PAULO LOTE 08, COM 10 DE FRENTE COM 300 M2

TERRENO AV. 30 - JD. SÃO PAULO LOTE 09, COM 10 DE FRENTE COM 405 M2

TERRENO RUA 4 AV. 26 E 28 COM 5 METROS X 35 METROS DE FUNDO

TERRENO NA RUA 12, AV. 11 E 15 - NOVO WENZEL - 5 x 25 M.

### CASAS PARA VENDER

SALÃO COMERCIAL AV:3 ESQUINA COM RUA 9 - CENTRO - BANHEIROS, COZINHA, DIVERSAS SALAS TERREO E SOBRADO.

COND SUÉCIA. APTO 103 BLOCO 9. JD DAS NAÇÕES 2 - 2 DORM. BANH. SALA. COZINHA

CASA AV. 4, 932 - GARAGEM, SALA, 3 DORM. (2 SUÍTE), COZ. BANH. QUINT.

APTO. RAINHA VITÓRIA, RUA DR; FCO. DE CAMARGO, 260

CASA AV. TANCREDO NEVES - 4417 - GAR. SALA, COZ. BANH. 2 DORM. LAV.

CASA RUA 8, 1026, CENTRO - ABR, SALA, COPA, BANH, COZIN, 3 DORM, EDÍC.

CASA AV. 7, 1300, - GAR. 2 SUITES, SALA, COZ. BANH. 1 DORM. LAZER,

CASA AV. 62, 1800, J. PANORAMA, GAR., SALA, 2 DORM. COZ. BANH.

CASA AV. 34, 919 - GAR. 2 DORM. SALA COPA/COZ. BANH. LAV., + 1 DORM.

CASA RUA 7, 5 - ARCO IRIS - GAR., SALA, 3 DORM. BANH. COZ. LAVAND.

**imobiliária naterra**  
imóveis

Estamos cadastrando novos clientes com imóveis para locação residencial. Venha para a Imobiliária Naterra Imóveis!

Nosso site: [www.naterraimoveis.com.br](http://www.naterraimoveis.com.br)

Rua 7, 249 - Centro - CEP 13500-143 - Rio Claro - SP  
(19) 3525-1558 Nosso site: [www.naterraimoveis.com.br](http://www.naterraimoveis.com.br)  
(19) 99671-0013 e (19) 99786-5131

Nosso site: [www.naterraimoveis.com.br](http://www.naterraimoveis.com.br)

### VENDE CASAS

JD. BANDEIRANTE - Casa 2 dorm., garagem, edícula, salão comercial. R\$ 230 mil.

JD. TREVO - 2 dorm, 1 garagem, demais dependências. R\$ 250 mil.

BELA VISTA - 2 dorm., 1 garagem, demais dependências. R\$ 260 mil.

VILA NOVA - 2 dorm, 1 garagem, demais dependências. R\$ 260 mil.

JD. HIPÓDROMO - Casa 3 dorm, sendo 1 suíte, 2 vagas garagem, edícula assobradada. R\$ 270 mil.

MÃE PRETA- Casa em terreno de 5x25, com 2dorm, 2 vagas garagem, portão eletrônico. R\$ 280 mil.

VILA ALEMÃ - Casa 10 x 30 - 2 dorm., demais dependências, quintal c/ rancho, 2 vagas. R\$ 380 mil.

STA. CRUZ - Casa com vários dormitórios, edícula, garagem, etc, em terreno de 348m² - R\$ 600 mil.

ALUGA APARTAMENTOS (todos os valores já incluídos aluguel, taxa condominial e IPTU)

Vila Cristina - Residencial Pq. Américas II - 02 dormitórios, 01 garagem. R\$ 1.200,00.

Centro - Residencial Studio 6: 01 dormitório, 01 garagem. R\$ 1.300,00.

Alto Santana - Residencial Landgraf - 3 dorm. (1 suíte), 2 vagas cobertas. R\$ 1.390,00.

(O Residencial possui Área de lazer com

2 dorm., sendo 01 c/ AE, garagem coberta. Consulte-nos.

Alto do Santana - Residencial Landgraf - 3 dorm, sendo 1 suíte, 2 vagas garagem cobertas.

R\$ 240 mil. OPORTUNIDADE!

VENDE CHÁCARA

ITIRAPINA - PLANALTO DA SERRA - 1000m² - com casa 2 dormitórios, 2 banheiros, garagem (2), piscina infantil, pomar, jardim, cozinha com churrasqueira e fogão a lenha. R\$ 250 mil.

ALUGA CASAS

Jd. Bandeirantes - 2 dormitórios, 1 vaga. R\$ 1200,00 + IPTU.

ALUGA TERRENOS (valores a combinar):

JD. NOVO II - 10 X 25.

CIDADE JARDIM - 12 X 36m.

JD. FLORIDIANA - 300m².

JD. CLARET - 600 m².

CONSOLAÇÃO - 2.200m².

ALUGA IMÓVEIS COMERCIAIS (consultar valores):

CENTRO - EDIFÍCIO COLUMBIA - Excelente Sala Comercial.

JD. CHERVESON - Ótimo salão comercial.

ALUGA BOX ESTACIONAMENTO (apenas para mensalistas)

CENTRO - Carro (R\$ 160,00) ou moto (R\$ 60,00).

**DIÁRIO DO RIO CLARO**  
PARA RECEBER NOSSA EDIÇÃO DIGITAL GRATUITA É SIMPLES  
BASTA ACESSAR NOSSO SITE, FACEBOOK OU CADASTRAR-SE PELO WHATSAPP  
[www.j1diario.com.br](http://www.j1diario.com.br)  
[facebook.com/diariodorioclaro](https://www.facebook.com/diariodorioclaro)

PARA RECEBER NOSSA EDIÇÃO DIGITAL GRATUITA É SIMPLES  
BASTA ACESSAR NOSSO SITE, FACEBOOK OU CADASTRAR-SE PELO WHATSAPP



# VERDEPLAN

EMPREENDIMENTOS E PARTICIPAÇÕES

## VENDE



**CÓDIGO: 7456**  
Loja com 1.318,20m² Taquaral- Campinas/ SP  
Valor Venda: **R\$5.000.000,00**



**Código 9131**  
Vila3 dormitórios, sendo 1 suíte, wc conjugado, lavabo, sala, cozinha planejada, área gourmet, piscina, churrasqueira, garagem para 2 carros  
Valor Venda: **R\$780.000,00**



**CÓDIGO: 9097 - R\$350.000,00**



**CÓDIGO: 9091**  
Salas comerciais com 218,00m2, 2 wc,s - Centro - Rio Claro/SP  
Valor Locação: **R\$16.666,67**



**CÓDIGO: 9092**  
Salas comerciais com 218,00m2, 2 wc,s - Centro - Rio Claro/SP  
Valor Locação: **R\$16.666,67**



**CÓDIGO: 9093**  
Salas comerciais com 218,00m2, 2 wc,s - Centro - Rio Claro/SP  
Valor Locação: **R\$16.666,67**



**CÓDIGO: 9094**  
Salas comerciais com 95,00m2, copa e 2 wc,s Centro - Rio Claro/SP Valor Locação: **R\$11.111,12**



**CÓDIGO: 6165**  
RUA 14- Salão com 600,00m², 2 wc's, cozinha, escritório e recuo para carros. Consolação- Rio Claro/SP - Valor Locação: **R\$22.222,22**



**CÓDIGO: 7456 - Loja com 1.318,20m² Taquaral- Campinas/ SP**  
Valor Locação: **R\$33.333,33**

## ALUGA



**CÓDIGO 7042**  
Terreno com 749,00m² Consolação- Rio Claro/SP  
Valor Locação: **R\$3.111,11**



**CÓDIGO: 7291 - Loja com 370,00m², com 2 escritórios, 2 wc's.**  
Centro- Limeira/SP Valor Locação: **R\$22.222,22**



**Código 8262**  
ÁREA TERRENO: 4.269,12 M2 - ÁREA CONSTRUÍDA: 2.513,00 M2 - Centro- Rio Claro - Valor Locação: **R\$94.444,44**

AV. 5, 575  
RIO CLARO

**VERDEPLAN**  
EMPREENDIMENTOS E PARTICIPAÇÕES

☎ 19 3597-2800  
☎ 19 99675-8156

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

VALORES SUJEITOS A ALTERAÇÕES



**CARLOS ALBERTO DE LIMA**  
Corretor de imóveis

Tel.: 3534-2979  
Rua 06 nº 1408  
Creci 11.151

### Alugam-se

Salão comercial - Zona central, 120 m2, 2 WC, esquina rua 06  
Salão comercial - Zona central, 70 m2, 2 WC, avenida 09

### Vendem-se

Terreno 20 000 m2, zona rural de Ajapi  
Terreno 20 000 m2, zona rural de Ipeúna  
Sítio em Ipeúna, 33 alqueires  
Sítio em Ipeúna, 7 alqueires, com casa  
Terreno Jd. Centenário, 3235 m2

### Vendem-se

Casa no Jd. das Palmeiras - Abrigo p/ 2 carros, sala, 2 quartos, cozinha e edícula. Necessita ampla reforma  
Casa no centro - Abrigo, 3 dorm., sala, banheiros, etc.  
Apto. no Guarujá - Morro do Maluf  
Edif. Columbia - Sala reformada

### Ed. Astúrias

03 dorm. (suíte e A.E.)  
sala  
copa  
cozinha c/ armários  
WCs (gabinete e blindex)  
lavabo  
lavanderia  
despensa  
sacadas  
01 vaga  
02 elevadores

### Edifício Apolo

Garagem, ampla sala, cozinha, banheiros, 03 dormitórios com AE, despejo, etc. (armários na cozinha e sala)



**GELSON TRIVELATO**  
CORRETOR DE IMÓVEIS

Av. 07 nº504

FONE: 3534 - 4266



Visite nosso site: [www.gelsontrivelatocorretor.com.br](http://www.gelsontrivelatocorretor.com.br)

### CASAS PARA VENDA

VILA PAULISTA - Gar., sala, copa, cozinha, banheiro, 03 dorms., AS., quintal grande com fundo para o Horto com várias árvores incluindo uma nascente de água. R\$ 350 mil  
CENTRO - Abrigo, sala, copa, coz., wc. social, 02 quartos (1 suite), reforma-da Terreno 8X19 e 148,00 m² de construção. Ref. 2958 R\$ 355 mil  
CID. JARDIM - Rua 07, esq. C/ Av. 37 - Abr, sala estar, jantar, coz, wc social, 3 dorms, quintal. Ter. 200m². Ótima localização. R\$ 450 mil  
SANTA CRUZ - Imóvel comercial de esquina, medindo 21x30 em excelente local para comércio, Av. 08 - Casa c/ abrigo, sala, 03 dorms em bom estado, de esquina e mais um terreno ao lado. Ref. 2875 R\$ 600 mil  
CENTRO - Rua 02 - 380m2 clinica médica de um lado com várias salas, Wcs, copa cozinha e quintal e escritório ao lado com várias salas, WCs, copa coz., quintal. Ótima localização central. Ref. 3019 R\$ 650 mil  
DIÁRIO VILLE - Nova - 3 dorms c/ AE, abr 2 carros, sala coz, AS, etc. Ter 8x20 - Ac. 143m² - Ref 3064 - R\$ 670 mil  
CENTRO - Rua 8 - Abrigo, sala, wc, 03 quartos, copa, coz, etc. Ter. 369 m² e 208m² de construção. R\$ 700 mil  
SANTA CRUZ - Abrigo sala estar, coz., AS, wc, 2 quartos + uma suite, edícula com 1 quarto, wc, AS e quintal. Ref. 3066 - R\$ 750 mil  
SANTA CRUZ - Perto da Unimed c/ abrigo 4 carros, 02 salas, lavabo, escritório, coz., 04 dorms sendo 03 suítes c/ AE, sala tv. quintal c/ piscina de alvenaria, edícula com quarto de despejo e etc. Ref. 3039 R\$ 1.800.000,00  
CIDADE JARDIM - Rua 08 - Abr p/ diversos carros, sala de estar, lavabo, copa/ coz, AS, rouparia, 03 quartos sendo 2 suítes. Terreno 14x31.10 - Ref. 2913- OPORTUNIDADE Ideal para clinica, consultórios e etc.

### VENDE-SE - TERRENOS / SÍTIOS ÁREAS E CHÁCARAS

P. DOS NOBRES - LAGEADO - Excelente terreno, passando o lago, subindo o morro, com uma vista panorâmica do lago e de todo o loteamento, medindo 25x40, praticamente plano. Aceita permuta com imóvel em Rio Claro no lado ímpar da cidade - R\$ 350 mil.  
BELA VISTA - Ter. de 27x43, 1.161m2, excelente localização prox ao Grêmio e da Unesp. Ótimo p/ construção de aptos e kits p/ locação. R\$ 930mil. Ref. 2740  
BELA VISTA - Chacara com construção e árvores frutíferas com terreno medindo 21X30. Excelente. R\$ 550 mil. Ref. 2954

### APARTAMENTOS PARA VENDA

RESIDENCIAL SANTA HELENA - JARDIM MIRASSOL Apartamento de 2 dorms, sala, coz, wc, AS. R\$ 200 MIL  
MORADA DAS FLORES - Vaga, sala, cozinha, 02 dorms, etc - R\$ 180 mil  
RAINHA VITÓRIA - Térreo, 1 vaga, sala, coz., 02 dorms, wc. Social e pequeno quintal. Excelente - R\$ 160 mil.  
STUDIO 6 - 1 vaga, sala, 1 quarto com closet, cozinha, wc. R\$ 220 mil  
Vista Alegre - 1 vaga coberta, 02 quartos (1 c/ AE), sala, coz., wc., Área de lazer c/ churrasq., brinquedoteca. Ótima posição. NOVO. R\$ 170 MIL  
PORTAL DA ESPANHA - Ótimo. 02 vagas, sala de estar/ jantar, 03 quartos c/ AE (1 suite), coz., AS. R\$ 330 MIL .  
ED. ITAPARICA - Excelente, repleto de armários, 1 vaga, sala estar, jantar, lavabo, 3 dorms (1 site c/ hidro), copa, coz, wc e dorm reversível. Desocupado. Doc. OK. R\$ 650 mil. - Excelente

### PRÉDIO COMERCIAL VENDE-SE

Ref. 3019 R\$ 650 mil - CENTRO Rua 02 - 380 m². Clínica médica com várias salas, Wcs, copa/ coz., quintal e escritório ao lado com várias salas, wcs, copa/ coz e quintal. Ótima localização

### LOCAÇÃO RESIDENCIAL

STUDIO 6 - RUA 06, AVS. 5 E 7 - 1 quarto, sala, coz, AS, etc. R\$ 900,00+ Condomínio e IPTU

### LOCAÇÃO COMERCIAL

JD. NOVO I - Rua 4 - Barracão - Ótimo p/ Igrejas, comércio, depósito.  
CENTRO - Av. 7 - Sobrado c/ 3 salas, cozinha etc. R\$ 900,00.  
AV. BNH - RUA 13 - Salão Comercial, Ótimo para depósitos, Oficinas e etc. R\$ 4.000,00.

### VENDE-SE TERRENOS

CIDADE CLARET - 3 Terrenos 10x30 cada Rua 19 c/ as Avs. 02 e Claret R\$ 350.000,00 cada - (19)99614-2025

**DIÁRIO**  
DO RIO CLARO



Vamos diminuir o desperdício de papel.

**Receba o Diário no WhatsApp, é grátis!**

CADASTRE-SE PELO

**19 98891.2309**



# SAÚDE & BEM-ESTAR

## Alerta aos foliões: No Carnaval, excesso de álcool também pode afetar a saúde dos rins

Foto: Agência Brasil

Urologista dá dicas para cair na folia sem avançar o sinal que possa trazer prejuízos à saúde

### Divulgação

Calor, folia e bebida alcoólica. O Carnaval é um dos períodos do ano de maior consumo de álcool e, muitas vezes, o folião deixa de lado um fator indispensável enquanto festeja: hidratar-se. Avançar o sinal por dias prolongados pode causar, além da típica ressaca, quadros de desidratação severa que podem ser evitados conforme as dicas de especialista em saúde renal.

### Qual o perigo?

Para quem não larga o copo durante o carnaval, serve o alerta para o cuidado com o trato urinário. Da cervejinha ao drink, o consumo desmedido pode provocar a sobrecarga renal e aumentar a chance de infecções de urina.

### Quanto mais álcool, mais xixi

O álcool tem um efeito diurético que faz com que o corpo elimine mais líquidos do que o normal, levando à desidratação e à concentração da urina. “Esse ambiente favorece a proliferação de bactérias, aumentando as chances de infecções urinárias”, alerta o médico José Roberto Colombo Júnior, urologista especialista em cirurgia robótica do Hospital Israelita Albert Einstein.



Os foliões devem se hidratar e manter uma alimentação saudável durante a folia

Além das infecções, a desidratação crônica favorece a formação de cálculos renais também. Quando o corpo perde líquidos em excesso e a ingestão de água não é suficiente, há um aumento na concentração de sais e minerais na urina, criando condições propícias para o desenvolvimento das temidas pedras nos rins.

“A desidratação crônica intensifica o acúmulo de substâncias como cálcio e ácido úrico, que se cristalizam e formam os cálculos renais. Muitas vezes, os pacientes só percebem o problema quando sentem dores intensas, as conhecidas cólicas renais”, explica o especialista.

### Fique atento aos sinais

Os sintomas que indicam possíveis complicações urológicas incluem dor ao urinar, sensação de bexiga sempre cheia, urina escura ou com odor forte, febre,

além de dores intensas na região lombar.

O médico explica que, nos casos mais graves, quando os cálculos renais atingem tamanhos maiores ou bloqueiam a passagem da urina, pode ser necessário recorrer a tratamentos cirúrgicos.

“A cirurgia, através da endourologia é a opção mais avançada para a remoção de cálculos renais e ureterais. O procedimento é minimamente invasivo, sem incisões, reduz riscos e proporciona uma recuperação mais rápida para o paciente que, geralmente, vai embora para casa no mesmo dia”, destaca Colombo Júnior.

### Cuidados

Para evitar complicações e curtir o Carnaval sem riscos para a saúde, a recomendação do especialista é simples: moderação no consumo de álcool, hidratação reforçada e atenção ao uso de suplementos alimentares. “Intercalar o consu-

mo de bebidas alcoólicas com água, evitar excessos, priorizar uma alimentação equilibrada e garantir uma hidratação adequada são medidas essenciais para prevenir problemas urológicos e garantir um Carnaval tranquilo e sem surpresas desagradáveis”, finaliza o médico.

### COMUNICADO

A Fundação Municipal de Saúde de Rio Claro comunica que realizará no dia **25 de fevereiro de 2025**, terça-feira, às 19h30, no Plenário da Câmara Municipal de Rio Claro, sito à Rua 3, nº 945 - Centro, a Audiência Pública para a apresentação da **PRESTAÇÃO DE CONTAS do 3º QUADRIMESTRE DE 2024** das Ações e Serviços Públicos de Saúde do município. Esta Audiência destina-se ao Conselho Municipal de Saúde e população em geral.



Os foliões devem se hidratar e manter uma alimentação saudável durante a folia

Foto: Agência Brasil



## CUIDAMOS DAS PRÓXIMAS GERAÇÕES

#somoesg #venhaparao futuro

A **Unimed Rio Claro** é uma cooperativa que orienta o seu futuro pelas boas práticas **ESG** da **sustentabilidade ambiental** (Environmental), **social** (Social) e de **gestão** (Governance) para prover o bem-estar dos **cooperados**, dos **clientes**, dos **fornecedores** e da **sociedade**.



# BEAUTY AND FASHION

## Gabriela Silveira, dentista de sucesso

Páginas S2 e S3

### FLASH

Feijosamba teve muito agito e animação no Clube de Campo  
Páginas S4

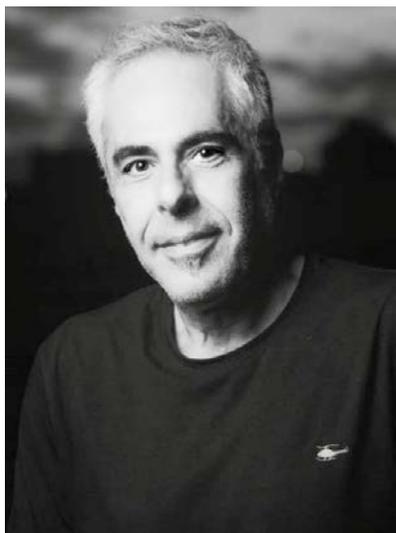
### NEXT

Cidinha Tavares comemorou mais um 'niver' com amigos e familiares  
Páginas S6 e S7

### VIAGENS & DESTINOS

Cape Cod tem atrações para toda a família em Massachusetts  
Página S8

# SUNDAY



# Gabriela Silveira, dentista de sucesso

Trabalho com meu pai, também dentista, grande inspirador e incentivador da minha profissão. Temos consultório neste local há 45 anos. Amo meu trabalho e me sinto muito realizada.

Sou mãe do Victor, da Isabella e do Pedro. Eles são a minha parte mais bonita e o que tenho mais sagrado e belo. São meu incentivo, minha alegria, meus grandes amores.

Acredito que a fé realiza milagres, e que para Deus tudo é possível, no tempo e de acordo com a Sua vontade. Sou apaixonada por música e por dança. Amo viajar, estar com amigos, um vinho e cerveja para comemorar a vida.

Para o futuro desejo uma vida muito feliz, próspera e abundante de saúde e realizações para os meus filhos. E a concretização de um projeto com crianças abrigadas, onde a arte, a música, a culinária, a moda, a beleza, a fotografia e tantas outras possibilidades transformem o presente e o futuro dessas crianças.



## BEAUTY and fashion

POR NETO CASSAB

[facebook.com/ncassab](https://www.facebook.com/ncassab)

[instagram.com/netocassabbeauty](https://www.instagram.com/netocassabbeauty)

Me chamo Gabriela Silveira Corrêa Silva, tenho 50 anos, e nasci em São Paulo, mas fui criada em Rio Claro onde moro desde os 6 anos.

Sou cirurgiã dentista há 30 anos, especialista em ortodontia e implantodontia. Acredito e exerço a odontologia humanizada, onde cada paciente é único. Tenho consultório na Avenida 10, nº 342, Centro.

**Amor Perfeito**

FLORES ARTIFICIAIS E PRESENTES

Av. 10,112 entre ruas 1 e 2  
Centro - Rio Claro-SP  
Tel: (19) 3534-0493

[WhatsApp  
\(19\) 99686-2771](https://www.whatsapp.com/business/profile/996862771)

[@amor\\_perfeito\\_decor](https://www.instagram.com/amor_perfeito_decor)

[Facebook:  
Amor Perfeito Decorações](https://www.facebook.com/amor.perfeito.decoracoes)





# BEAUTY *and fashion*

## CRÉDITOS:

**Produção:**  
Neto Cassab  
(@netocassabbeauty)

**Fotos:**  
Thiago Fontana  
(@thiagofontana\_)

**Look**  
@romeuejulietarc

**Locação**  
@bristol.Infinity



## FLASH um giro com

HÉRCULES MARCOS

Na noite de sexta (12), no Botecoquin Pé de Cana teve Show com a dupla Flávia Souza & Nathan Nunes com um excelente repertório eclético de clássicos da música nacional e internacional. Eles arrasaram e ainda atenderam pedidos do público que lotou o Botecoquin. A dupla Flávia Souza & Nathan Nunes é da cidade de Araras, e por onde se apresenta leva sua legião de fãs de toda região. Alcançando a simpatia dos adeptos da boa música, a dupla vem se apresentando com frequência nas melhores casas de show de Rio Claro e região. Na noite de sábado (13) mais um grande show no Botecoquin Pé de Cana, desta vez com a dupla Fábio Meneses & Felipe que, para o deleite do público, cantou os melhores do sertanejo. Foi realmente um show contagiante e mais uma vez casa cheia. O Botecoquin Pé de Cana é um lugar acolhedor. Oferece ambiente familiar, ideal para pessoas de bem com a vida que procuram diversão e um bom papo com amigos. A casa possui um amplo cardápio de porções, lanches, drinks, cervejas e, agora, também, o delicioso CHOPP ECOBIER (Caneça e Torre). O Botecoquin Pé de Cana funciona de quarta a sábado a partir das 18h30 com música ao vivo todas sextas, sábados e véspera de feriado. O Botecoquin Pé de Cana está localizado na Rua 14, nº 1.927, Jardim São Paulo. E aguardem! Na sexta (26) tem show com a cantora Mary Rocha e no sábado (27) show com a dupla Vinícius & Victor Hugo. Você não vai perder né? Para mais informações e reserva de mesa ligue (19) 9.8160-8145. E como sempre acontece nos melhores eventos a coluna FLASH! Um Giro com Hércules Marcos do Diário do Rio Claro esteve presente registrando alguns flashes para sua Coluna Dominical. Veja as fotos na minha página do Facebook.

# Clube de Campo de Rio Claro teve tradicional Feijosamba



Carlos Curi e Lara



Goretli Sartori e Julio Bettioli ao lado de familiares



Adriana Pizirani, Dawir e Andrea Pizirani



Equipe do Conselho da Mulher Participante do Clube



Equipe do Clube Amigos da Comunidade - CAC



Cátia, Kaiu e Marcelo Bizarro



Pimentel e Zequinha



Anderson Ferrari e Marie Ferrari



Luciana Camargo e Fernando Teo



Dra. Regina e Prof. Camilla



Silvia Parise e Dani Fless



Silvana Rodrigues e Hilda Sardinha



Lucas Riani, Kaiu e Livia Camargo



Marcela, Marlene e Mario Bombini



Família Viola com Juliana, Mamma, Thiago e Giulia



Prof. Flávia e Marcelo Cateiani



Andre Camargo, Livia e Silvia Rossi



Fran Riani e Alessandra Castaro



Hannel Baungartner e Marina Almeida



Irani Machado, Gabriela Pasetto e Sivia Gregato



Prof. Alvaro Pacheco e Ana Paula



Codornio e Araci Scatolin



Alexandre Breda e Talita



# Feliz encontro para comemorar o aniversário de Cidinha Tavares



Amália Jóia, Cacilda Seneme e Ednir Rejas



Linaura Pedrosa, Diego e Olga Shizuko Widner

Quando Cidinha Tavares faz aniversário, grande número de amigas se reúne para comemorar. Neste dia 29 de janeiro, o encontro no BR11 teve “parabéns a você”, um bolo maravilhoso e a noite transcorreu rápido demais, porque tudo que é bom parece que termina cedo. Mas ela provou que mantém a animação durante o ano todo e que sua missão é unir pessoas para a diversão e bons momentos.



Elisabete Fosco, Zuleica e Rita Rufino Lotumolo



Maria Clara Nogueira Margutti e Mariana Margutti



Vinicius, Cidinha Tavares e Geraldo Colachequi Jr., família unida para a comemoração



Udy Magalhães e Maria Aparecida Paoli



Helena Fowier, Teresa Joice e Cidinha Tavares



Deisy Kakspacker e Ana de Lima Steimberg



Silvana Conego e Ivanice



Nádía Albuquerque, Jane Cleia, Irma Dias e Lucia Gisele



Débora Spadari, Denise Deloroso e Mariley Mendes



Cidinha, Célia Mansera e Maurício Cupolillo



Claudia Franciscone, Maria Helena Ticiano e Lázara Batista



.Geni Firmino e Elina Salete



Eduardo Ferin Cunha, Vinícius Colachequi, Geraldo Colachequi Jr e Capitão Claudio da Silva



Neide da Silva, Ana Virgínia Camargo e Elisabete Bernardo

Você vai alcançar algo diferente, se fizer algo diferente...

INFORMÁTICA  
TÉCNICAS ADMINISTRATIVAS  
FOTOGRAFIA  
AUXILIAR VETERINÁRIO  
BANHO E TOSA DE CÃES

Outras opções, consulte

**NEXT** <sup>STEP</sup>  
treinando você!

19 35249221

desde 1992 em Rio Claro e região

# Entrevista de Domingo

Por Maria Angela Tavares de Lima

Secretária de Políticas para a Mulher do Estado de São Paulo, jornalista, professora e deputada estadual por dois mandatos, Valéria Bolsonaro é uma mulher movida pela educação, pela fé e pelo compromisso com as pessoas. Muito ligada à Rio Claro, conversei comigo esta semana. Confira!

## Como sua experiência na educação influenciou sua atuação na política?

A educação me ensinou a ouvir, a entender a realidade das pessoas e a buscar soluções. Vi crianças enfrentando dificuldades de aprendizado por falta de um diagnóstico adequado, mães batalhando por atendimento médico para seus filhos e muitas famílias sem apoio do poder público. Esses desafios me levaram a lutar, como deputada, por políticas que garantam acesso à saúde, inclusão e oportunidades para todos.

Desde 2019, a senhora tem se destacado na defesa das pessoas com deficiência e doenças raras. Quais foram as principais iniciativas nesse período?

Como coordenadora da Frente Parlamentar de Defesa dos Direitos da Pessoa com Deficiência e Doenças Raras, trabalhei para ampliar a inclusão e fortalecer o atendimento especializado. Destinei recursos para a construção e manutenção de centros de autismo na região, proporcionando suporte essencial para crianças e adultos com Transtorno do Espectro Autista. Além disso, organizei eventos que reuniram representantes de mais de 400 municípios, visando promover a igualdade e os direitos de todos. Nosso objetivo é continuar ampliando esses investimentos e garantir que mais municípios tenham estruturas adequadas para atender essa população.

## Agora, à frente da Secretaria de Políticas para a Mulher, quais são suas principais prioridades?

Meu compromisso é fortalecer e ampliar as políticas públicas voltadas às mulheres, com foco em saúde, segurança e empreendedorismo. Implementamos iniciativas como as Carretas da Mamografia e do Empreendedorismo, que levam exames preventivos e oportunidades de renda para diversas regiões do estado. Também lançamos o protocolo "Não Se Cale", uma ação contra a importunação sexual em estabelecimentos comerciais, e o aplicativo SP Mulher



## VALÉRIA BOLSONARO

*"Aprendi que política é trabalho duro, é enfrentar obstáculos diários, mas também é a ferramenta mais poderosa para mudar vidas"*

Segura, que oferece um canal direto para mulheres em situação de risco. Estamos expandindo as Casas da Mulher Paulista, espaços de acolhimento para vítimas de violência, com várias unidades já entregues e outras em fase de implementação. Além disso, muitos projetos que serão entregues neste ano. A senhora enfrentou muitos desafios na sua trajetória. Qual foi o maior deles? Sair da minha zona de conforto. Depois de 30 anos como professora, entrar para a política foi um grande desafio. Aprendi que política é trabalho duro, é enfrentar obstáculos diários, mas também é a ferramenta mais poderosa para mudar vidas.

## E em 2026, a senhora será candidata novamente?

Sim! Vou disputar a reeleição como deputada estadual porque ainda há muito a ser feito. Quero continuar lutando por mais investimentos na saúde, na educação e na segurança das mulheres, das pessoas com deficiência e das famílias que mais precisam.

## A senhora tem um carinho especial por Rio Claro. Como começou essa relação?

Desde o primeiro mandato, Rio Claro se tornou uma cidade prioritária no meu trabalho. Destinei mais de R\$ 2 milhões em recursos para saúde, educação e as-

sistência social. Investimos na aquisição de ambulâncias, aparelhos auditivos, vans adaptadas e na criação do Espaço Família, proporcionando mais lazer e bem-estar para a população. Também fui madrinha do projeto "Mulheres pela Fé", que atua na cidade promovendo apoio e acolhimento para mulheres em situação de vulnerabilidade. Além disso, tive a honra de receber o título de Cidadã Rio-Clarense e, em breve, serei nomeada Embaixadora da Serra do Itaqueri, que reúne 15 municípios da região.

## Qual foi a maior lição que aprendeu até agora?

Que a política precisa de pessoas comprometidas e que têm coragem de fazer acontecer. Ter boas ideias é importante, mas o que realmente muda vidas é o trabalho, a dedicação e a vontade de transformar promessas em realidade.

## Para finalizar, uma mensagem para as mulheres.

Mulherada, não desista dos seus sonhos! Nosso estado tem políticas públicas que acolhem, protegem e fortalecem. Estou aqui para garantir que vocês tenham mais segurança, oportunidades e voz. Juntas, podemos construir um futuro mais justo para todas.

## QUEM É?

**INTELIGENTE:** Katherine Johnson (matemática que trabalhou na NASA, calculando as trajetórias da missão da Apólo 11).

**ELEGANTE:** Michele Bolsonaro (nossa eterna Primeira Dama)

**O CARA:** Jair Messias Bolsonaro (nosso eterno Presidente)

**GRANDE MULHER:** Heley de Abreu Silva Batista (professora que salvou várias crianças em um incêndio na creche em Janaúba - MG)

**MINHA INSPIRAÇÃO:** Minhas Filhas

**UM AMIGO:** Deus

**CORAJOSO:** todo cidadão que sai pra trabalhar e sustentar sua família, principalmente nos dias atuais.

**HONESTO:** meu avô paterno



**VIAGENS**  
& destinos  
POR E. CORTEZ

# Refúgio à beira-mar em Massachusetts

Pronto para passear pelas ruas de uma cidadezinha que parecem típicas de um romance? Visite Cape Cod, Massachusetts. As praias pitorescas, as ruas de paralelepípedos e os frutos do mar frescos ajudam os visitantes a acalmar a mente e esquecer do tempo.

Cheio de maravilhosas praias com amplas dunas de areia, aldeias e uma combinação de altos penhascos, portos e enseadas, Cape Cod, mais conhecido como “the Cape” (“O Cabo”), é uma ilha que oferece aos visitantes várias atividades ao ar livre, atrações para toda a família e deliciosas especialidades à base de frutos do mar.

JFK costumava ir ao local com seu iate e, ainda hoje, a área recebe visitantes ricos e famosos. No entanto, você não precisa ter seu próprio iate para se divertir e desfrutar do local.

Há uma vasta gama de embarcações disponíveis para aluguel. Se preferir, poderá simplesmente alugar um caiaque ou uma prancha para se divertir na água.

Caminhe pela areia, tome um pouco de sol ou explore as várias lagoas de água doce para observar sapos e tartarugas.

Os amantes da natureza não podem perder uma das excursões para observação de baleias, entre os

meses de maio e outubro.

Em Provincetown, no extremo norte de Cape Cod, além da faixa litorânea, há uma infinidade de restaurantes e bares.

O local recebe o maior fluxo de visitantes durante o período de alta temporada, entre os meses de julho e setembro, quando a área se torna palco de vários festivais, em uma incrível atmosfera que contribui para que Cape Cod seja tão popular.



**RTA**

**Rubini Assessoria Empresarial Ltda.**

Assessoria empresarial Cobranças

Rua 7, 556 - Centro

Fone (19) 3024.0953 - Celular (19) 99785.4126

e-mail: advtadeu@hotmail.com



# Camila Folkas e Nara Rubia Toledo

A natureza e a tecnologia a  
serviço da saúde e da beleza

**Atividade física  
na terceira idade**

Páginas 6 e 7

**Saúde e  
estética íntima:  
muito além da  
aparência**

Páginas 10 e 11

**Saúde  
intestinal  
exige boa  
alimentação**

Página 12

**Prevenção à  
saúde é a  
melhor cura**

Páginas 4

# SAÚDE & BEM-ESTAR

Domingo, 23 de fevereiro de 2025

**DIÁRIO**  
DO RIO CLARO

# Saúde em foco: *um olhar integral para o bem-estar*

Cuidar da saúde vai além de tratar sintomas ou buscar soluções rápidas. É um compromisso diário com o equilíbrio físico, mental e emocional. Nesta edição especial, o Jornal Diário do Rio Claro mergulha fundo em temas essenciais que refletem a importância desse cuidado contínuo – não apenas para viver mais, mas para viver melhor.

Começamos com um olhar atento para a oncologia da Santa Casa de Rio Claro, onde a ciência se en-

contra com a esperança. A cada novo tratamento, cada avanço médico, renasce a força daqueles que enfrentam o câncer com coragem e determinação.

Seguimos pelo caminho do equilíbrio interno, destacando o papel vital do intestino na saúde geral do organismo. Muito além da digestão, ele influencia o sistema imunológico, o humor e até a energia do dia a dia.

O sono, muitas vezes negligenciado, também ganha

seu espaço neste especial. Dormir bem é mais do que um luxo – é uma necessidade básica para o corpo e a mente se recuperarem e funcionarem de forma plena.

Falaremos ainda sobre a prevenção, a verdadeira chave para uma vida mais saudável. Identificar sinais precoces de doenças pode ser o divisor de águas entre um tratamento simples e um desafio complexo. A informação, aqui, é um aliado poderoso.

Por fim, a atividade física na terceira idade mostra como o movimento é capaz de trazer qualidade de vida, longevidade e um senso renovado de autonomia. Cada passo, cada exercício, é um lembrete de que nunca é tarde para cuidar de si mesmo.

Nesta edição, reunimos conhecimento, inspiração e, acima de tudo, a certeza de que a saúde merece ser prioridade em cada fase da vida. Afinal, mais do que curar, é preciso viver com plenitude.

Boa leitura.

## NOSSA CAPA

**Camila Folkas** é terapeuta natural. **Nara Rubia Toledo** é esteticista facial, corporal e íntima. Juntas, cuidam do corpo e da alma, da saúde e da beleza. É a natureza, a tecnologia e a competência a serviço do bem-estar físico e mental.



# Oncologia da Santa Casa de Rio Claro atende pacientes do SUS e busca

O setor de Oncologia da Santa Casa de Rio Claro desempenha um papel fundamental no atendimento a pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS), oferecendo tratamento para diversas patologias oncológicas. O serviço é pautado na humanização e acolhimento ao paciente com câncer, contando com uma equipe especializada composta por oncologistas clínicos e cirúrgicos, além de profissionais multidisciplinares como enfermeiros, farmacêuticos, psicólogos, fonoaudiólogos, nutricionistas e assistentes sociais.

A unidade disponibiliza tratamento cirúrgico, quimioterápico e hormo-

nioterápico para a grande maioria dos tumores malignos sólidos em adultos. Além disso, a Oncologia da Santa Casa de Rio Claro é referência para o tratamento de neoplasias malignas de cabeça e pescoço, atendendo pacientes de 26 municípios pertencentes à Diretoria Regional de Saúde (DRS X), que abrange uma população de aproximadamente 1,5 milhão de habitantes.

Nos últimos meses, a unidade registrou cerca de 70 novos casos de câncer por mês, refletindo o aumento na demanda por atendimento oncológico. No entanto, apesar do crescimento no número de



pacientes atendidos, a estrutura física do setor permanece a mesma desde sua inauguração em 2008, passando apenas por pequenas reformas ao longo dos anos.

Diante desse cenário, há uma necessidade urgente de ampliação do serviço. A construção de uma nova unidade permitiria aprimorar a qualidade do atendimento, garantindo mais conforto e eficiência no tratamento dos pacientes. A ampliação também possibilitaria a incorporação de novas tecnologias e a otimização dos espaços, tornando a assistência mais ágil e acessível para todos os que dependem desse suporte especializado.

A Santa Casa de Rio Claro segue buscando alternativas para viabilizar essa expansão, seja por meio de parcerias, investimentos ou apoio governamental. A iniciativa visa assegurar que os pacientes oncológicos da região continuem recebendo um tratamento digno e de excelência, reforçando o compromisso da instituição com a saúde e o bem-estar da população. A obra já teve início em junho de 2024 e, para concretizá-la, a Santa Casa também busca ajuda da sociedade. Interessados em contribuir, podem procurar pelo setor de Relações Institucionais através do número (19) 3535-7378 ou email [relacoesinstitucionais@santacasaderioclaro.com.br](mailto:relacoesinstitucionais@santacasaderioclaro.com.br).



# Prevenção é a melhor cura: como identificar sinais precoces de doenças

*Observar o próprio corpo e realizar exames periódicos pode ser fundamental para evitar complicações de saúde e garantir tratamentos mais eficazes.*

Muitas doenças graves se desenvolvem silenciosamente e só apresentam sintomas quando já estão em estágios avançados. No entanto, o corpo costuma dar sinais precoces que, quando identificados a tempo, permitem um diagnóstico precoce e aumentam consideravelmente as chances de tratamento eficaz.

A prevenção começa com a atenção aos pequenos detalhes da rotina e com hábitos simples, como a realização de exames periódicos, a adoção de uma alimentação equilibrada e a prática regular de atividades físicas. Estar atento ao próprio corpo pode ser a diferença entre um tratamento mais simples e complicações sérias.

## Os principais sinais de alerta

Embora cada doença apresente características específicas, alguns sintomas merecem atenção redobrada, pois podem indicar problemas de saúde antes que evoluam para quadros mais graves.

### Mudanças no peso sem explicação

Perder ou ganhar peso rapidamente, sem alterações na dieta ou no nível de atividade física, pode ser um sinal de problemas hormonais, diabetes ou até doenças mais graves, como câncer.

### Fadiga e cansaço constante

Sentir-se cansado o tempo todo, mesmo após uma boa noite de sono, pode indicar problemas como anemia, distúrbios da tireoide ou até doenças cardíacas.

### Dores frequentes e sem motivo aparente

Dores persistentes, principalmente nas articulações, cabeça e região abdominal, podem ser sinais de inflamações, problemas digestivos ou até doenças crônicas como artrite e enxaqueca.

### Alterações na pele

Manchas, pintas que mudam de cor ou formato e feridas que não cicatrizam devem ser avaliadas por um especialista, pois podem ser indicativos de câncer de pele ou outros distúrbios dermatológicos.

### Tosse ou rouquidão prolongada

Se uma tosse persistir por mais de três semanas ou se houver rouquidão sem causa aparente, pode ser necessário investigar infecções respiratórias, alergias ou até doenças pulmonares mais sérias.

### Mudanças no funcionamento do intestino ou bexiga

Alterações persistentes, como diarreia, constipação, sangue na urina ou fezes, podem ser sinais de infecções, problemas renais ou doenças intestinais.



## PREVENÇÃO

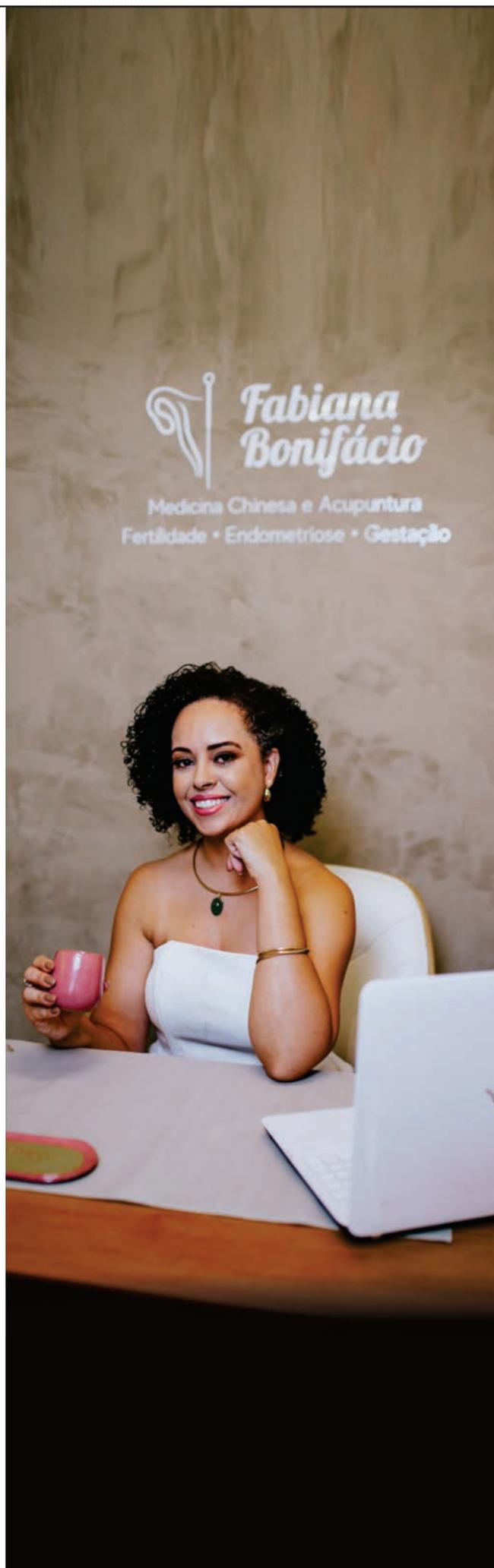
Além de prestar atenção ao corpo, a realização de exames regulares é essencial para a detecção precoce de diversas doenças. Exames de sangue, mamografia, papanicolau, colonoscopia e eletrocardiogramas são alguns dos principais aliados na prevenção.

Manter um estilo de vida saudável, evitar o tabagismo, controlar o estresse e adotar uma rotina equilibrada também são formas de fortalecer o organismo e reduzir o risco de doenças. Afinal, a prevenção é sempre o melhor caminho para garantir saúde e bem-estar a longo prazo.

## Há outras formas de cuidado! Conheça este método de acompanhamento que potencializa sua fertilidade!

Para muitos casais, a maternidade é um sonho que precisa esperar. Primeiro, vêm os estudos, a carreira, a casa, a estabilidade financeira. E quando finalmente chega o momento de gerar uma vida, podem surgir desafios que parecem injustos e solitários. Quando decidimos ter filhos, a idade se torna um fator que pode dificultar esse caminho. Muitos casais e mulheres que desejam a maternidade solo se veem diante de dificuldades inesperadas – ciclos que não resultam em uma gestação, diagnósticos desafiadores ou a incerteza sobre os próximos passos. A dor da espera pode ser avassaladora, e o emocional, tão importante quanto o físico, precisam de acolhimento. Com um olhar cuidadoso e respeitoso para cada história, a terapia integrativa oferece um caminho de equilíbrio, promovendo saúde, bem-estar e melhores condições para a concepção – seja de forma natural ou em tratamentos de reprodução assistida. Fabiana Bonifácio, fertileuta e terapeuta integrativa em saúde da mulher, se dedica ao cuidado integral da fertilidade por meio da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Através de um programa exclusivo, oferece suporte a mulheres e casais que desejam conceber, aliando técnicas milenares como acupuntura, fitoterapia, florais e aromaterapia clínica ao conhecimento moderno sobre fertilidade e saúde reprodutiva. Saiba que existem formas de cuidado que podem tornar a chegada do seu filho mais leve. No método de acompanhamento que Fabiana desenvolve, há a consideração de todos os aspectos da vida do casal que influenciam diretamente na fertilidade e longevidade, trazendo um olhar completo e integrativo para sua jornada.

📍 /drafabibonifacio



## Apoio em Todas as Fases

Meu trabalho atende diferentes momentos da vida feminina:

### Casais que tentam engravidar

**naturalmente:** preparo o corpo e a mente para uma concepção saudável, incluindo manejo de técnicas naturais de acompanhamento da fertilidade.

### Casais em fertilização in vitro (FIV):

aumento as chances de sucesso, com melhora da resposta a estimulação ovariana, melhora da qualidade espermática, fortalecendo a receptividade endometrial e aplicação do Protocolo de Paulus.

### Mulheres que desejam a maternidade solo:

acolhimento emocional, aumento as chances de sucesso, com melhora da resposta a estimulação ovariana, fortalecendo a receptividade endometrial e aplicação do Protocolo de Paulus.

**Mulheres com endometriose:** alívio da dor, redução da inflamação e melhora da qualidade de vida.

**Gestantes:** equilíbrio emocional e físico para uma gravidez tranquila e um parto mais harmonioso.

### Como Funciona?

O programa de acompanhamento é trimestral e inclui sessões semanais de acupuntura, fitoterapia, florais e aromaterapia clínica. Também oriento sobre alimentação e mudanças no estilo de vida, promovendo harmonia e saúde.

Minha Formação Com mais de uma década de experiência, me especializei em saúde da mulher e fertilidade:

Acupuntura - Uniararas (2019)

Acupuntura Avançada em Saúde da Mulher - Shentao (2021)

Fertilidade - Fertilmente - Aline Squassoni (2022)

Fertilidade e Saúde Reprodutiva na MTC - Método Erika Nery (2023)

Endometriose e Adenomiose - Erika Nery (2023)

MTC e Fertilidade - Erika Nery (2024)

Se você deseja engravidar, aliviar os sintomas da endometriose ou simplesmente equilibrar sua saúde feminina, entre em contato e descubra como a terapia integrativa pode transformar sua vida.

**CONTATE ATRAVÉS DO WHATSAPP**

📞 (19) 99861-3632

**Studio Sant**

# Atividade física na terceira idade: longevidade com qualidade de vida

*Exercícios regulares ajudam idosos a manterem a mobilidade, prevenir doenças e viverem com mais independência e bem-estar.*

O segredo para um envelhecimento saudável vai muito além da alimentação e do acompanhamento médico. A prática regular de atividades físicas tem se mostrado essencial para garantir mais qualidade de vida na terceira idade, promovendo benefícios que vão desde a melhora da disposição até a prevenção de doenças crônicas.

Com o avanço da idade, o corpo passa por mudanças naturais, como a perda de massa muscular, a redução da flexibilidade e a diminuição da densidade óssea. Essas transformações podem aumentar o risco de quedas, fraturas e dificuldades na realização de atividades diárias. No entanto, a prática de exercícios pode desacelerar esse processo e garantir mais independência para os idosos.



Roberto e Ana Cristina na academia

## **Benefícios do movimento**

A atividade física regular contribui para diversos aspectos da saúde na terceira idade, como:

**Fortalecimento muscular:** Exercícios de força ajudam a preservar e aumentar a musculatura, prevenindo a sarcopenia, que é a perda de massa muscular com o envelhecimento.

**Saúde das articulações: Movimentos controlados e atividades de baixo impacto,** como alongamento e hidroginástica, auxiliam na mobilidade e reduzem dores articulares.

**Prevenção de doenças crônicas:** Caminhadas, dança e atividades aeróbicas contribuem para o controle da pressão arterial, reduzem o colesterol e diminuem o risco de doenças cardíacas.

**Equilíbrio e coordenação:** Práticas como pilates e tai chi chuan melhoram a coordenação motora e ajudam a evitar quedas, que são uma das principais causas de hospitalização entre idosos.

**Bem-estar mental:** O exercício libera endorfina, hormônio responsável pela sensação de bem-estar, reduzindo sintomas de ansiedade e depressão e melhorando a qualidade do sono.

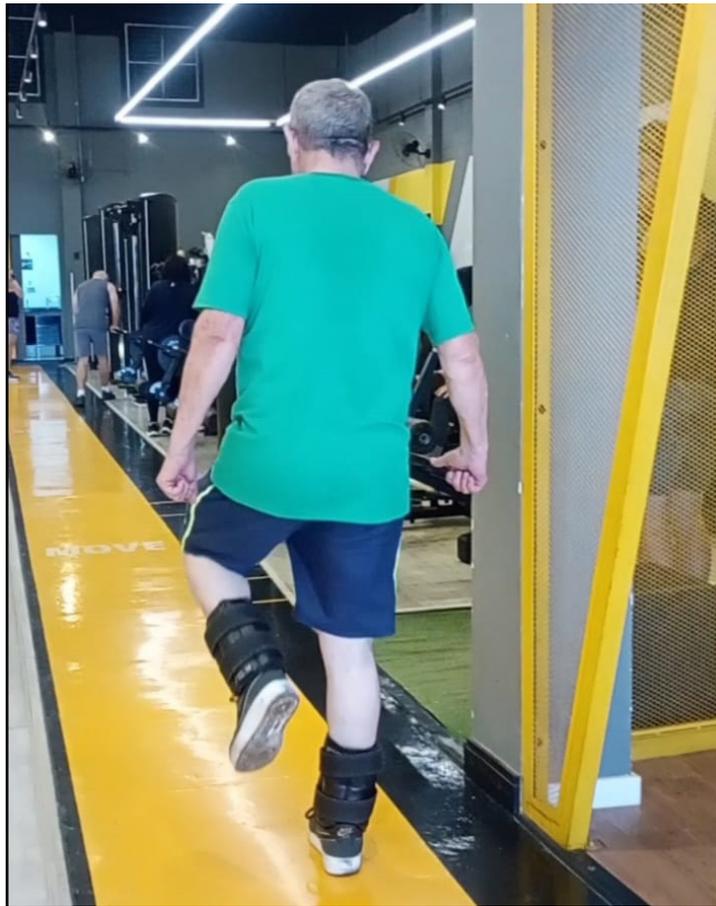
## **Envelhecer com autonomia**

A longevidade não significa apenas viver mais, mas viver com qualidade. A prática de exercícios na terceira idade não exige treinos pesados ou rotinas exaustivas; atividades simples, como caminhadas ao ar livre, pedalar ou até mesmo cuidar de um jardim já trazem impactos positivos para o corpo e a mente.

## Envelhecer com autonomia

A longevidade não significa apenas viver mais, mas viver com qualidade. A prática de exercícios na terceira idade não exige treinos pesados ou rotinas exaustivas; atividades simples, como caminhadas ao ar livre, pedalar ou até mesmo cuidar de um jardim já trazem impactos positivos para o corpo e a mente.

Para a estagiária de Educação Física Ana Cristina Sanches, “importante é manter a regularidade e escolher atividades adequadas à condição física de cada pessoa. O acompanhamento profissional pode ajudar a definir um plano seguro e eficiente, respeitando os limites e necessidades individuais”. Para ela, manter-se ativo como o senhor Roberto Aparecido Julião, aluno da academia onde ela atua, “é um dos caminhos mais eficazes para um envelhecimento saudável e independente. Afinal, a melhor fase da vida é aquela em que se pode aproveitá-la com disposição e alegria”, finaliza.



Roberto Aparecido Julião tem autonomia, força e flexibilidade

Aqui tem **E**  
Ambiente

Aqui tem **S**  
Social

Aqui tem **G**  
Governança

# CUIDAMOS DAS PRÓXIMAS GERAÇÕES

#somosesg #venhaparaofuturo

A **Unimed Rio Claro** é uma cooperativa que orienta o seu futuro pelas boas práticas **ESG** da **sustentabilidade ambiental** (Environmental), **social** (Social) e de **gestão** (Governance) para prover o bem-estar dos **cooperados**, dos **clientes**, dos **fornecedores** e da **sociedade**.




CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

**Unimed**  
Rio Claro

ANS - Nº 30612-6

somoscoop



# Sono e saúde: por que dormir bem é essencial para o corpo e a mente

*Especialistas apontam que adultos devem dormir entre sete e nove horas por noite para garantir um descanso reparador*

Uma boa noite de sono não é apenas um momento de descanso, mas uma necessidade vital para o funcionamento do organismo. No entanto, com a rotina acelerada, a exposição excessiva às telas e o estresse do dia a dia, muitas pessoas enfrentam dificuldades para dormir bem. A privação de sono pode trazer consequências graves para a saúde física e mental, aumentando o risco de doenças cardiovasculares, obesidade, diabetes e problemas de memória.

## O SONO

Durante o sono, o corpo realiza funções essenciais, como a regeneração celular, a consolidação da memória e o equilíbrio hormonal. Pessoas que dormem menos do que o necessário podem apresentar maior propensão a desenvolver ansiedade e depressão, além de terem o sistema imunológico enfraquecido. Especialistas apontam que adultos devem dormir entre sete e nove horas por noite para garantir um descanso reparador.

## RELAXAMENTO

Criar uma rotina regular de sono é uma das formas mais eficazes de melhorar a qualidade do descanso. Evitar o uso de celulares e computadores antes de dormir, reduzir o consumo de cafeína no período da noite e manter um ambiente tranquilo e escuro no quarto podem ajudar o organismo a entrar no ritmo adequado. Além disso, o excesso de preocupações pode dificultar o relaxamento, tornando a meditação e a prática de atividades físicas aliados importantes para uma boa noite de sono.

Segundo a profissional Camila Folkas, as terapias naturais são complementares e aliadas para melhorar a qualidade do sono, auxiliando no relaxamento, alívio de tensões e criando um ambiente mais propício para o descanso.

“Através da avaliação com o paciente, consigo compreender quais terapias e técnicas posso utilizar, como por exemplo, o uso da aromaterapia com óleos essenciais, massagens relaxantes, florais, escalda-pés e a utilização de chás e infusões.”

O chá é um recurso natural que, além de delicioso, possui propriedade calmante que ajuda no relaxamento e prepara o corpo para um descanso reparador. É importante ressaltar que as ervas também são remédios e é preciso utilizar de forma racional, adequada e com orientação.



Camila Folkas, terapeuta: “as terapias naturais são complementares e aliadas para melhorar a qualidade do sono”

## DORMIR É NECESSIDADE

A relação entre o sono e a saúde é clara: dormir bem não é um luxo, mas uma necessidade. Quando o descanso é deixado de lado, o corpo

responde com fadiga, irritabilidade e uma menor capacidade de concentração. O sono de qualidade é uma das formas mais simples e eficazes de cuidar da saúde e garantir bem-estar a longo prazo.

## CHÁ PARA RELAXAR ANTES DE DORMIR

Essa é uma receita para aqueles dias que precisamos de um aconchego, de um abraço, essa combinação tem efeito calmante.

1 colher de camomila (*Matricaria chamomilla*)

5 folhas de melissa (*Melissa officinalis*)

1 folha de capim limão (*Cymbopogon citratus*)

Aqueça 200 ml de água até início de fervura, cubra o recipiente e deixe em infusão por 5-10 minutos. Coe e aproveite!



## Psicóloga | Quênia Segal

Especialista em Terapia Cognitivo Comportamental  
Tratamento para ansiedade  
Desenvolvimento pessoal

### Transformando vidas todos os dias

Ajudo pessoas a superarem a ansiedade, a baixa autoestima, promovendo uma vida mais tranquila e confiante.

***Precisa de apoio para alcançar seus objetivos?***

Entre em contato:



(19)98904-5078



@queniasegal.psi



# Saúde e estética íntima: muito além da aparência

A especialista em estética íntima Nara Rubia Toledo, desmistifica conceitos ultrapassados e explica os inúmeros benefícios

## Nara, o que é estética íntima?

A estética íntima é uma especialidade que visa melhorar a qualidade de vida das mulheres, tratando desconfortos e promovendo bem-estar. Não se trata de moda ou de uma tendência passageira, nem impõe um padrão de beleza para a região genital feminina. Na verdade, é um conjunto de procedimentos e cuidados que possibilitam que as mulheres vivam melhor e mais seguras.

**Esta especialidade vai muito além da aparência? Quais problemas funcionais que os tratamentos de estética íntima podem auxiliar ou solucionar?**

nar?

A estética íntima pode atuar no tratamento de incontinência urinária, flatos vaginas, ressecamento vaginal, falta de tônus nos grandes lábios, que acabam causando desconfortos como as calcinhas machucarem e ou os grandes lábios saírem para fora do biquini por conta da flacidez, dificuldade de higienizar, entre vários outros problemas.

## Quais são as maiores queixas das mulheres?

As maiores queixas na procura da avaliação, são a incontinência urinária e os flatos vaginais. Mas quando passam por avaliação, identificamos o envelhecimento da região.

## Quais são as tecnologias e tratamentos disponíveis?

As tecnologias para tratamentos são vários. Os médicos usam aparelhos de laser, que são muito



Nara Nubia Toledo: “Não se trata de moda ou de uma tendência passageira, nem impõe um padrão de beleza para a região genital feminina. Na verdade, a estética íntima é um conjunto de procedimentos e cuidados que possibilitam que as mulheres vivam melhor e mais seguras”

Com experiência prática em atendimentos individuais para adolescentes, adultos e idosos com embasamento teórico para intervenções voltadas à promoção da saúde mental e bem estar.

**PSICÓLOGO CLÍNICO**

(19) 99633-7915  
@PSICO.RAFAELRETUCI

**RAFAEL RETUCI**

**Camila Partezani Folkas**

- ◆ Terapia multidimensional
- ◆ Terapia floral (Bach, St Germain e Phlor om)
- ◆ Terapia natural
- ◆ Reflexologia
- ◆ Escalda-pés
- ◆ Massagem relaxante terapêutica
- ◆ Cone hindu
- ◆ Reiki
- ◆ Aromaterapia
- ◆ Limpeza energética e filtros
- ◆ Produção de produtos naturais

19 99999.6778  
Rua 17, 3263, entre av. 42 e 44  
Parque Universitário - Rio Claro/SP

Camila Partezani Folkas

caros, tornando-os mais inacessíveis. Na estética, temos aparelhos tão bons quanto, mas com um custo benefício bem mais interessante. Por exemplo, radiofrequência própria para estética íntima, aparelho de eletroestimulação para musculatura junto com aparelhos de tarefa de casa, led íntimo, entre outros.

**O custo de um tratamento estético íntimo é acessível à maioria da população ou são procedimentos ainda restritos às pessoas com maior poder aquisitivo?**

O custo do tratamento sai em torno de 120 a 150 reais dependendo a necessidade de cada um. Ou seja, é muito acessível.

**Existem produtos específicos para a parte íntima feminina. Você lançou uma linha re-**



**centemente em parceria com um renomado farmacêutico. Quais são e quais seus benefícios?**

Lancei uma linha de produtos íntimos em parceria com o Igor Branquinho da Farmácia Ativos. Minhas clientes pediam sugestões de produtos para continuarem o tratamento em casa, mas não tem disponível no mercado. Então, desenvolvemos produtos com ativos especiais para tratamento específico da área íntima, que passa por hidratação, clareamento e lubrificação. Já é sucesso!

*Os produtos íntimos, desenvolvidos em parceria com o Igor Branquinho da Farmácia Ativos, possuem ativos especiais para tratamento específico da área íntima*

franquia natura

**BELLA FLOR**  
FRANQUIA NATURA

**EM BREVE,  
MAIS UMA LOJA  
BELLA FLOR  
NATURA NO  
SHOPPING  
RIO CLARO**

19 3523-6810  
@franquianatura\_bellaflor

**PSICOPEDAGOGAS**

*Luciana Rossi Moita*  
*Camila Piovezan*

Avaliação e intervenção Psicopedagógica;  
TDAH, dislexia, disgrafia e discalculia,  
Deficiência Intelectual; TEA, altas  
habilidades e superdotação;  
Auxílio nas dificuldades de aprendizagem;  
Apoio parental;  
Reforço escolar.

**Crianças , jovens e adultos.**  
**Rua 8, 1114, entre avs 1 e 2,  
centro, Rio Claro**

**(19) 99775-2920**  
**(19) 99739-5549**

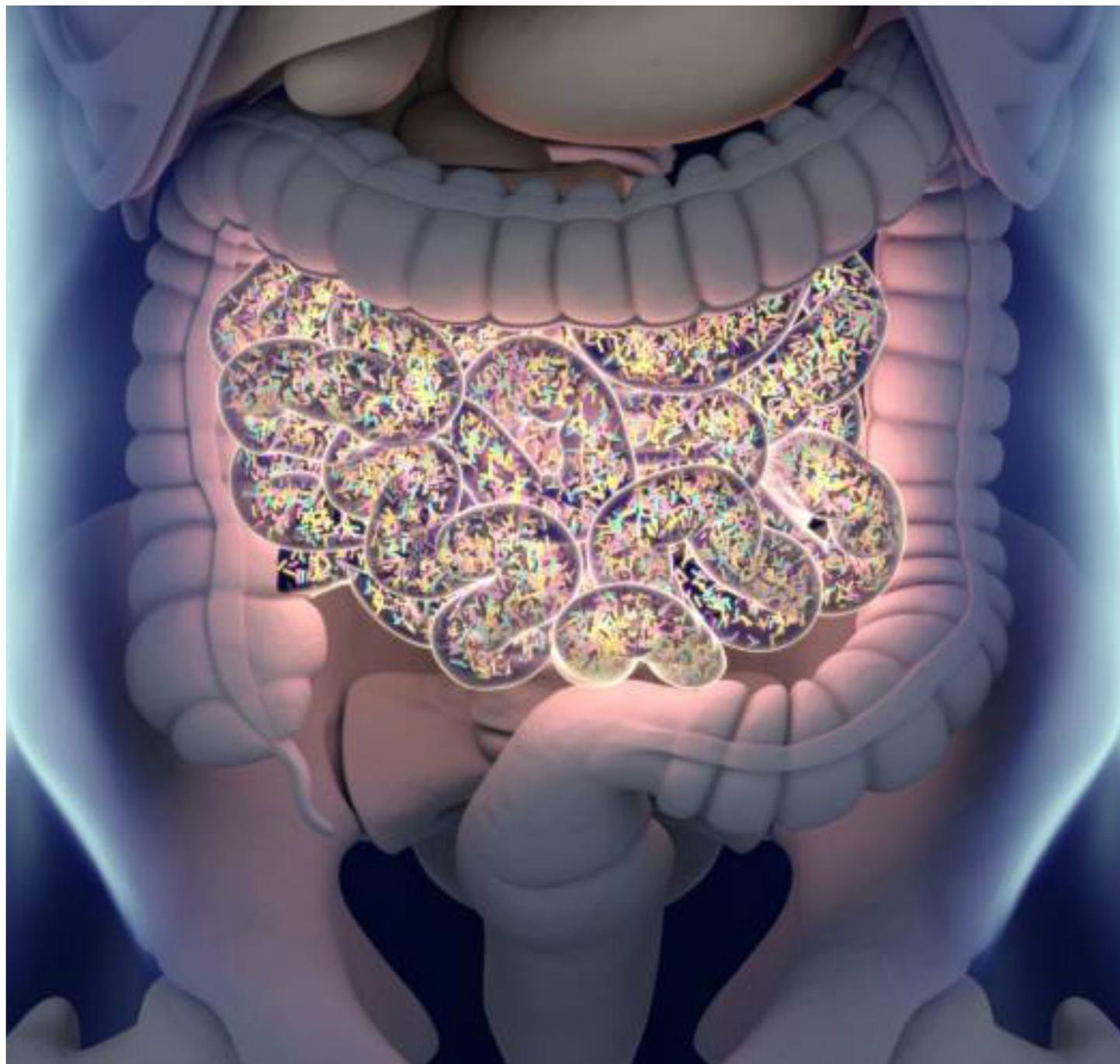
# Saúde intestinal: o papel do intestino no equilíbrio do organismo

*Para manter o intestino saudável, uma alimentação rica em fibras, frutas, vegetais e probióticos é essencial*

O intestino tem sido chamado de “segundo cérebro” do corpo humano, e não é por acaso. Além de ser responsável pela digestão e absorção de nutrientes, ele desempenha um papel fundamental no sistema imunológico e na produção de hormônios que influenciam o humor e o bem-estar. Quando o intestino não funciona bem, o impacto pode ser sentido em todo o organismo, desde problemas digestivos até alterações no sistema nervoso.

A microbiota intestinal, formada por trilhões de bactérias que habitam o trato digestivo, tem uma influência direta na saúde. O equilíbrio entre bactérias boas e ruins é essencial para evitar inflamações, fortalecer o sistema imunológico e garantir uma digestão eficiente. Alimentação desregulada, consumo excessivo de ultraprocessados e o uso frequente de antibióticos podem prejudicar essa flora intestinal, levando a sintomas como inchaço, constipação, diarreia e até dificuldades de concentração.

Para manter o intestino saudável, uma alimentação rica em fibras, frutas, vegetais e probióticos é essencial. Esses alimentos ajudam a alimentar as bactérias



benéficas e garantem um trânsito intestinal adequado. Além disso, a ingestão de água e a prática regular de atividades físicas também contribuem para o bom funcionamento do sistema digestivo.

A conexão entre o intestino

e a saúde mental também tem sido alvo de estudos recentes. A produção de neurotransmissores como a serotonina, associada ao bem-estar, ocorre em grande parte no intestino. Isso significa que um intestino desequilibrado

pode estar ligado a sintomas de ansiedade e depressão. Cuidar da saúde intestinal, portanto, vai muito além do processo digestivo: é um passo essencial para o equilíbrio do corpo e da mente.

# Quem somos? Quem somos?

## Nery Black Fashion

ESPECIALIZADO EM CABELOS AFROS (ONDULADOS, CACHEADOS E CRESPOS)

Primeiro salão  
especializado em  
cabelo afro em Rio  
Claro

Estamos no  
mercado há mais  
de 20  
anos



Terapia  
Capilar é  
essencial para  
a saúde dos  
fios, para  
crescimento  
dos fios e anti-  
queda

O único salão a  
ter o cartão de  
credito próprio  
e podendo  
parcelar em até  
12x sem juros



# Especialistas destacam os direitos dos usuários em serviços de saúde

*Muita gente não sabe que existe uma área do direito específica para prestar esse tipo de atendimento: o direito médico e da saúde*

**Edinéia Silva**

O direito médico e da saúde protege os direitos dos pacientes em relação a serviços e produtos de saúde. Esse foi um dos temas abordados no programa Diário de Manhã desta segunda-feira (17) com as advogadas Erika Cristina Filier e Viviane Oehlmeyer Alves Reginatto, especialistas no assunto.

Muita gente não sabe que existe uma área do direito específica para prestar esse tipo de atendimento. “Quando você tem um problema de trabalho procura um advogado trabalhista, penal um penalista, e problemas de saúde quando você não encontra órtese, prótese, tratamento, remédios, tudo aquilo que o SUS e os planos de saúde têm que te oferecer?”, indaga Érika.

Problemas afins são abarcados pelo direito médico e da saúde. “Há pessoas treinadas e especialistas nessa área, que

sabem exatamente o rumo, pra onde tem que andar, quais pedras têm que que atravessar, essa é a nossa área de especialização”, explica Érika.

Um dos problemas atendidos é o erro médico. No entanto, Viviane observa que é necessário ter cuidado para não cometer injustiças. “A gente tem que tomar certo cuidado porque nem sempre há erro médico. Temos o apoio de uma perita para analisar a documentação e verificar se houve ou não erro médico. O perito tem responsabilidade judicial, civil e penal”, esclarece Viviane ressaltando que existe uma série de ferramentas jurídicas que podem ser usados junto com as provas. “Muitas vezes a documentação comprova que não houve erro e a gente acaba acalmando a família com explicações detalhadas sobre o ocorrido”, acrescenta Érika.

Com relação aos planos de saúde, as advogadas informaram que a Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) estabelece regras para o atendimento, por meio de resoluções normativas. De acordo com Érika, no caso de consultas, por exemplo, o prazo de agendamento é de sete dias e de 15 dias para algumas especialidades.

Nesse caso, a orientação é que o paciente, em caso de demora no agendamento, deve procurar primeiro a operadora, se não resolver a ouvidoria,



*Erika Cristina Filier e Viviane Oehlmeyer Alves Reginatto, especialistas em direito médico e da saúde*

caso o problema persista abrir uma reclamação na ANS que pode aplicar multa se necessário. Os mesmos procedimentos devem ser adotados com serviços do SUS. Nesse caso, os passos são: Secretaria de Saúde, ouvidoria, e advogado, defensoria pública ou Ministério Público, se for o caso. “Para mover ação judicial é preciso esgotar todos os recursos disponíveis”, explica Érika.

A entrevista das advoga-

das Erika Cristina Filier (@erika\_filier) e Viviane Oehlmeyer Alves Reginatto (@vivireginatto), na íntegra, pode ser conferida pelo link <https://www.youtube.com/watch?v=52u0YS6FNPI>. O programa Diário de Manhã vai ao ar de segunda a sexta-feira, a partir das 8 horas, com transmissão ao vivo pelo Facebook e YouTube do Diário do Rio Claro.



JORNAL DIGITAL  
**DIÁRIO  
DE MANHÃ**  
— Jornal Digital, Todos os Dias

DIÁRIO DE MANHÃ

**ENTREVISTA COM ERIKA E VIVIANE (DIREITO MÉDICO DA SAÚDE)**

**IRIKURÁ**  
oticairikura

A entrevista das advogadas Erika Cristina Filier (@erika\_filier) e Viviane Oehlmeyer Alves Reginatto (@vivireginatto), na íntegra, pode ser conferida pelo link <https://www.youtube.com/watch?v=52u0YS6FNPI>. O programa Diário de Manhã vai ao ar de segunda a sexta-feira, a partir das 8 horas, com transmissão ao vivo pelo Facebook e YouTube do Diário do Rio Claro.

A esteticista Nara Rubia, especialista em Estética Íntima, Corporal e Facial, tem o prazer de apresentar sua exclusiva linha de produtos para Estética Íntima. Desenvolvidos com fórmulas especiais e pensados para cuidar da sua pele com todo carinho, você

encontrará em nossa linha:

Sabonete Íntimo, Loção Hidratante,  
Gel Íntimo e Sérum Clareador.

Experimente a qualidade e o  
cuidado que você merece!

Saiba mais (19) 99741-8164

*Nara Rubia*  
ESTÉTICA FACIAL, CORPORAL & ÍNTIMA



*Qualidade de vida  
para você e  
sua família*

## Plano Santa Casa Saúde

Tenha acesso a um atendimento de alta qualidade, hotelaria com estrutura completa e equipamentos modernos, desenvolvidos para proporcionar o melhor a você. Garanta tranquilidade, segurança e um futuro sem preocupações!

Planos individuais e empresariais



Coparticipação com a maior gama de sindicatos de Rio Claro



Abordagem humanizada do início ao fim do atendimento



Equipe altamente capacitada para atuar com excelência



Precisão e confiabilidade dos resultados



@santacasasauderc

ESCRITÓRIO: Av. 15, 385 - Saúde (19) 3535-7060

VENDAS: Av. 15, 564 - Saúde (19) 3557-9567 (19) 99719-1904

(Somente Whatsapp)



PLANO  
**Santa Casa**  
Saúde

Diretor Técnico  
Dr. Marco Aurélio Mastrolari  
CRB 64139



**São Rafael**  
Hospital e Maternidade  
Santa Casa Rio Claro

Chefe Técnico  
Dr. Carlos Roberto Ferraz  
CRB 64139