



Foto: Pedro Moraes

ESPECIAL

A BUSCA PELA QUALIDADE DE VIDA

Joseenses procuram parques do município para se exercitar. Atividades ao ar livre são boas opções para manter a forma física e cuidar da saúde

Empresa joseense vence prêmio de tecnologia na China

Autaza, situada no Parque de Inovação Tecnológica, conquista o New Green Lotus. Empresa é pioneira na inspeção e monitoramento por Inteligência Artificial. **página 10**

São José Basketball Masculino tem patrocínio da Farma Conde

Primeira competição da temporada 2024/2025 será o Campeonato Paulista, que começa em agosto. A equipe deverá mandar seus jogos na Farma Conde Arena. **página 20**

Porto de São Sebastião tem recorde de movimentação de cargas

Foram 760 mil toneladas no primeiro semestre de 2024, número 57% maior que no mesmo período de 2023. Açúcar a granel foi o grande destaque. **página 26**

Aparecida inaugura novo espaço de atração turística

Parque Três Pescadores é o novo local de fé, história e conservação ambiental, ocupando 30 mil m² às margens do Rio Paraíba, próximo ao Porto do Itaguaçu. **página 8**

3



VIAGEM

AZUL E GOL COMPARTILHAM VOOS

6



MOBILIDADE

RECURSOS PARA VIA DUTRA E RIO-SANTOS

6



SAÚDE

RISCOS E SINTOMAS DA HINI

11



ESG 2024

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO COMPLETA

14

EDITORIAL.

Esta edição do Meon Jornal destaca os efeitos positivos das atividades físicas ao ar livre. Em São José dos Campos, que completou 257 anos no dia 27 de julho, os parques são as grandes referências quando se trata da busca pelo bem estar e qualidade de vida.

Listamos os benefícios das atividades, inclusive por faixa etária, para que cada cidadão possa se exercitar sem comprometer sua saúde.

Também você pode conferir a programação completa do evento Diálogos e Estratégias ESG 2024 promovido pelo Meon, no dia 27 de agosto, em São José dos Campos. Serão palestras e painéis com a presença de grandes autoridades ligadas ao tema.

No esporte, o destaque fica para a equipe do São José Basketball Masculino que passa a ter patrocínio máster da Farma Conde. O time terá como primeiro compromisso neste segundo semestre, o Campeonato Paulista, e passará a mandar seus jogos na Farma Conde Arena.

Ainda você confere as principais notícias da RMVale, as informações do Litoral Norte e de nossos colunistas.

Boa Leitura

Reinaldo Moreira
Editor-Chefe

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



Diretora-Executiva

Regina Aparecida Laranjeira Baumann

Editor-Chefe: Reinaldo Moreira

Jornalismo: Igor Claret, Pedro Henrique Moraes,

Rubens Baracho e Solange Carvalho

Diagramação: Adriano Augusto

Departamento Comercial: Arielle Alves,
e Sabine Laranjeira Baumann

PARA ANUNCIAR: 12 3204-3333

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



Diário da Metrópole LTDA

CNPJ 18.859.803/0001-61

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

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

Email: redacao@meon.com.br

O Meon Jornal é um produto do Grupo Meon de Comunicação

RMVALE //

EMBRAER ANUNCIA VENDA DE SEIS A-29 SUPER TUCANO EM FARNBOROUGH



Foto: Divulgação

Da Redação

A Embraer anunciou a venda de seis aeronaves A-29 Super Tucano para a Força Aérea Paraguaia durante o Farnborough International Airshow. As entregas começam em 2025 e incluem um pacote logístico integrado. O A-29 é uma aeronave multimissão que oferece versatilidade para diversas operações, como reconhecimento armado, apoio aéreo e treinamento avançado. Fabio Caparica, Vice-Presidente Comercial da Embraer, destacou a satisfação com a venda e a capacidade do A-29 de atender às necessidades da Força Aérea Paraguaia. Com mais de 260 aeronaves encomendadas e 550.000 horas de voo, o A-29 é líder mundial em sua categoria. O A-29 oferece alta flexibilidade operacional, sendo adequado para missões variadas, como suporte aéreo, patrulha e treinamento. Equipado com tecnologia avançada, ele opera eficientemente em ambientes austeros e possui manutenção simples e econômica.

A CCR RIO SP INAUGURA PRIMEIRO PONTO DE PARADA PARA DESCANSO NA VIA DUTRA, EM PINDA

Da Redação

A CCR RioSP inaugurou o primeiro Ponto de Parada e Descanso (PPD) na Via Dutra, localizado em Pindamonhangaba no km 95, sentido Rio de Janeiro. Com um investimento de mais de R\$ 30 milhões, o PPD ocupa uma área de quase 67 mil m² e é o maior em operação em uma rodovia federal concedida. O espaço oferece diversas facilidades para caminhoneiros, incluindo um refeitório para 90 pessoas, lavanderia, sala de descanso, banheiros (masculino, feminino, e PCD), fraldário, e 120 vagas de estacionamento para veículos pesados. O PPD conta com vagas exclusivas para veículos frigoríficos, vagas para veículos de passeio, segurança, wi-fi, e espaços para locação de serviços terceirizados como minimercado, lavanderia e farmácia. Todas as lâmpadas utilizam tecnologia LED, promovendo economia e durabilidade.



Foto: Divulgação

PINDA RECEBE PROGRAMA “SAÚDE PARA TODOS” EM AGOSTO

Da Redação



Foto: Divulgação

Promovendo saúde e qualidade de vida, o programa “Saúde Para Todos” em parceria com Novellis, chega em a Pindamonhangaba, no dia 24 de agosto, das 08h às 14h. O local é a Praça João Guilherme de Souza, no Residencial Ouro Verde. O circuito, realizado via Lei de Incentivo ao Esporte, por meio do Governo Federal.

O “Saúde Para Todos” leva informações de saúde, realiza exames rápidos e palestras educativas para a população. Com ativações em parques e pontos estratégicos, as ações estarão focadas em três principais áreas:

Espaço 1: dedicado à realização de exames clínicos que auxiliam no diagnóstico de doenças cardiovasculares;

Espaço 2: exames clínicos para diabetes, hipertensão e doenças causadas pela obesidade e sedentarismo;

Espaço 3: orientações sobre a importância do autoexame, planejamento familiar, menstruação, menopausa, aulas sobre atividade física e alimentação saudável.

Além disso, palestras relacionadas à saúde, orientação sobre saúde feminina, aulas de ginástica, alongamento e atividades correlatas serão oferecidas. O processo de participação é simples: o participante fará um cadastramento no local e poderá acessar todas as ativações da arena.

O “Saúde Para Todos” tem como objetivo principal informar comunidades em vulnerabilidade social sobre os riscos de doenças como diabetes, hipertensão e outras que afetam milhares de brasileiros todos os anos. Além de promover a prática da caminhada e corrida, o evento contará com estandes especiais de atendimento ao público em diversas cidades, onde serão realizados exames rápidos e palestras focadas em cuidados com o coração, diabetes e saúde feminina.

Etapas de 2024

Com quatro etapas previstas para 2024, o “Saúde Para Todos” oferece acesso gratuito aos exames, aulas e palestras. A iniciativa visa impactar milhares de pessoas e promover a conscientização sobre a importância da prática esportiva na prevenção de doenças e na melhoria da qualidade de vida.

Dá um **NIP** aí!

- ✓ *Internet Fibra Óptica*
- ✓ *TV por Assinatura*
- ✓ *Planos de Telefonia Fixa*

CONTRATE
HOJE MESMO:

 **12 2012-0000**



ESPECIAL //

ATIVIDADES AO AR LIVRE

ENCANTAM JOSEENSES



■ Reinaldo Moreira

São José dos Campos chega aos seus 257 anos proporcionando opções variadas de locais para a prática de atividades a céu aberto. São muitos parques procurados pelos joseenses que querem manter uma boa qualidade de vida.

O exercício é uma boa maneira de tirar a mente de tarefas diárias e faz bem para o organismo. A atividade física consiste em qualquer movimento corporal produzido por músculos esqueléticos e que gere consumo de energia, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS).

Entre as atividades mais populares, estão: andar de bicicleta, praticar esportes e participar de atividades recreativas e jogos. A OMS também salienta que qualquer atividade física é melhor do que a inatividade. Mas como isso beneficia a saúde das pessoas?

BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA PARA CRIANÇAS E ADOLESCENTES

De acordo com a OMS, o exercício entre crianças e adolescentes contribui para a melhoria da:

- Aptidão física (cardiorespiratória e muscular);
- Saúde cardiometabólica (pressão arterial, níveis alterados de lipídios no sangue,

hiperglicemia e resistência à insulina);

- Saúde óssea;
- Resultados cognitivos (desempenho acadêmico e função executiva);
- Saúde mental (redução dos sintomas depressivos e ansiedade);
- Redução e controle da gordura corporal.
- A natação exercita vários músculos do corpo e trabalha a respiração.

EXERCÍCIO MELHORA A SAÚDE DOS ADULTOS

A atividade física para adultos e idosos beneficiam em:

- Redução da taxa de mortalidade por todas as causas;
- Redução da taxa de mortalidade por doenças cardiovasculares;
- Prevenção de incidentes de hipertensão;
- Prevenção de cânceres em órgãos como bexiga, mama, cólon, endométrio, adenocarcinoma de esôfago, câncer gástrico e renal;
- Prevenção de diabetes tipo 2;
- Prevenção de quedas;
- Assistência à saúde mental (redução dos sintomas de ansiedade e depressão);
- Melhora da saúde cognitiva;
- Melhora do sono;
- Controle e redução da gordura corporal.

ATIVIDADE FÍSICA PARA GESTANTES

Durante a gravidez e o puerpério, risco reduzido de:

- Pré-eclâmpsia (uma desordem hipertensiva);
- Hipertensão gestacional;
- Diabetes gestacional;
- Excessivo ganho de peso durante a gravidez;
- Complicações do parto;
- Depressão pós-parto;
- Complicações do recém-nascido.

A combinação de dieta balanceada e rotina de exercícios físicos resultam em um organismo saudável e na prevenção de doenças. Uma rotina de exercícios deve ser adotada por pessoas de todas as idades. Pessoas que não praticam nenhum tipo de atividade física são consideradas sedentárias e podem ter a sua saúde comprometida. O sedentarismo possui alta incidência na população, sendo considerado um problema de saúde pública. Estima-se que no Brasil 46% da população seja sedentária.

A falta de atividade física também contribui para a obesidade, que é o acúmulo de gordura corporal em excesso. A obesidade aumenta o risco de doenças cardiovasculares

res como hipertensão e aterosclerose, diabetes, apneia do sono e risco de morte por doenças cardiovasculares.

COMO COMEÇAR A PRATICAR ATIVIDADES FÍSICAS

Com a rotina repleta de atividades, o tempo para as atividades físicas fica comprometido. O ideal é praticar algum tipo de atividade física que movimente grandes grupos musculares como a natação, a caminhada e o ciclismo.

Procure adotar 30 minutos de atividades físicas nos seus dias. Algumas tarefas simples e rápidas podem ajudar a no início. CONFIRA DICAS:

- Optar por caminhadas em trajetos curtos;
- Fazer uso de escadas, ao invés de elevadores e escadas rolantes;
- Levar o cachorro para passear na rua;
- Lavar o carro;
- Andar de bicicleta;
- Procurar companhia de outras pessoas para realizar exercícios, isso deixará a atividade mais prazerosa e diminuirá o risco de desistência;
- Atividade física em grupo pode ser divertida e estimulante;
- Antes de iniciar uma atividade física é recomendável consultar um médico;
- É fundamental beber bastante água e ter uma alimentação saudável;

Lembre-se que a dieta balanceada também é indispensável para a manutenção da saúde.

O Ministério da Saúde do Brasil indica que poderiam ser evitadas 260 mil mortes ao ano devido ao câncer e doenças cardíacas, caso a população brasileira adotasse o hábito de praticar 30 minutos de atividades físicas por cinco dias na semana e através da alimentação saudável.



MERCADO MUNICIPAL DE SÃO LUIZ DO PARAITINGA É REVITALIZADO

■ Da Redação

O Mercado Municipal de São Luiz do Paraitinga foi revitalizado, com um investimento de R\$ 1,7 milhão do Governo de São Paulo. As obras incluíram a restauração das paredes de taipa, reforma de boxes e sanitários, melhorias na iluminação, prevenção contra incêndios e acessibilidade. Conhecida como a terra do médico Oswaldo Cruz, a cidade destaca-se pelo desenvolvimento turístico com atrações como cachoeiras, trilhas, e um vasto casario histórico, reconhecido como Patrimônio Cultural Nacional pelo IPHAN. O Centro Histórico possui 450 edificações do século XVIII. São Luiz do Paraitinga atrai muitos visitantes com eventos como a Festa do Divino Espírito Santo, que dura dez dias e recebe mais de 40 mil turistas, e o Carnaval das Marchinhas, que atrai cerca de 150 mil foliões em cinco dias de festa.



Foto: Divulgação

CAÇAPAVA INAUGURA ESCOLA DE GASTRONOMIA COM DESTAQUE PARA CURSOS DE PANIFICAÇÃO E CONFEITARIA



Foto: Divulgação

■ Da Redação

Foi inaugurada em Caçapava a escola de gastronomia Chef Gourmet que oferece cursos profissionalizantes em gastronomia, incluindo chef de cuisine, panificação e confeitaria, chef júnior (para crianças a partir de 7 anos) e cozinha por hobby. Os cursos têm duração de 6 a 11 meses, com aulas semanais disponíveis nos três períodos de segunda a sexta e aos sábados de manhã. O sócio-proprietário Luís Fernando Galdino destaca que a escola visa proporcionar qualificação para quem deseja trabalhar na área gastronômica ou aprender a cozinhar como hobby. Além dos cursos, a Chef Gourmet promove ações sociais mensais, quando os alunos prepararão alimentos para venda, com a arrecadação destinada a instituições assistenciais de Caçapava.

CAMPOS DO JORDÃO AUMENTA MONITORAMENTO NA CIDADE COM NOVO COI

■ Da Redação

O novo Centro de Operações Integradas (COI) de Campos do Jordão foi inaugurado em julho, no prédio da antiga Telefônica, na Abernêssia. O local é equipado com mais de 50 câmeras de monitoramento em pontos estratégicos e cobre escolas, unidades de saúde e principais áreas de circulação da cidade. As câmeras fornecem informações em tempo real sobre o fluxo e a quantidade de veículos. O prédio do COI, com 700 metros quadrados, recebeu melhorias na iluminação, paisagismo e novos bancos para receber a operação.



Foto: Divulgação

AZUL E GOL FAZEM ACORDO PARA COMPARTILHAR VOOS EM SÃO JOSÉ

■ Da Redação

As companhias aéreas Azul e Gol iniciaram um acordo de cooperação comercial, permitindo o compartilhamento de voos entre suas malhas. Desde 11 de julho, 40 rotas estão disponíveis para venda nos canais das duas empresas, com mais rotas a serem adicionadas em breve. Atualmente, 20 rotas operadas pela Gol estão dis-

poníveis nos canais de vendas da Azul incluindo Belém – Rio Branco; Confins – São José dos Campos e Recife – São José dos Campos. Juntas, Azul e Gol realizam cerca de 1.500 decolagens diárias, e o codeshare permitirá mais de 2.700 novas oportunidades de viagens com apenas uma conexão dentro do Brasil.



Foto: Divulgação

BOM PRATO MÓVEL DE TAUBATÉ TEM NOVO ENDEREÇO E FICARÁ 3 MESES NA CHÁCARA SÃO SILVESTRE

■ Da Redação

O Bom Prato Móvel de Taubaté foi realocado do bairro Jardim Gurilândia para a rua Isidoro Nogueira Tinoco, número 964, no bairro Chácara São Silvestre. A mudança, válida por três meses, tem o objetivo de ampliar o acesso ao serviço para moradores de áreas vulneráveis. O Bom Prato Móvel de Taubaté, uma iniciativa do Governo de São Paulo, serve 300 almoços diários a preços simbólicos para pessoas de baixa renda. Além da unidade móvel, Taubaté possui uma unidade fixa no Centro, que serve diariamente 2.200 refeições, incluindo café da manhã, almoço e jantar. O programa Bom Prato, criado em 2000, oferece refeições saudáveis e acessíveis à população de baixa renda e em situação de vulnerabilidade social. A rede inclui 73 unidades fixas e 44 móveis, servindo 138 mil refeições diárias. O serviço começa às 7h para o café da manhã, com o almoço servido a partir das 10h30 para idosos e 11h para o público geral, e o jantar às 17h.



Foto: Divulgação

LULA ANUNCIA INVESTIMENTOS NA VIA DUTRA, RIO-SANTOS E EMBRAER

■ Da Redação

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva esteve em São José dos Campos no dia 19 de julho para anunciar financiamentos do Banco Nacional de Desenvolvimento Econômico e Social (BNDES) para obras nas rodovias Presidente Dutra e Rio-Santos. A comitiva incluiu o vice-presidente Geraldo Alckmin, o ministro da Fazenda Fernando Haddad, e outros ministros e autoridades. O financiamento será utilizado para modernização das rodovias, incluindo a construção de faixas adicionais, passarelas, viadutos, e duplicação de trechos. O projeto, estruturado pela CCR RioSP e o BNDES, prevê um investimento total de R\$ 10,75 bilhões. Desse total, 60% serão financiados pelo BNDES e 40% pela concessionária e bancos privados. Os investimentos devem gerar R\$ 46 milhões em impostos e cerca de 5

mil empregos. Além disso, o BNDES financiará R\$ 4,5 bilhões para a exportação de 32 jatos comerciais da Embraer para a American Airlines.



Foto: Divulgação

CRESCER COM TOTVS É SINÔNIMO DE SUCESSO

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



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



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



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

Fala com a gente.

TOTVS Sudeste Meridional -

Unidade Vale do Paraíba:

(12) 3600-8080

sudestemeridional.totvs.com

A
TOTVS
ACREDITA NO
BRASIL
QUE



APARECIDA INAUGURA NOVO ESPAÇO TURÍSTICO ÀS MARGENS DO RIO PARAÍBA

Da Redação

Aparecida inaugurou o Parque Três Pescadores, um novo espaço de visitação que integra fé, história e conservação ambiental, ocupando 30 mil m² às margens do Rio Paraíba do Sul, próximo ao Porto do Itaguaçu, onde foi encontrada a imagem de Nossa Senhora Aparecida em 1717. O parque oferece diversas atrações, como uma réplica da Vila dos Pescadores, uma trilha ecológica com painéis artísticos sobre os milagres atribuídos à imagem e um refúgio de aves para espécies ameaçadas. Os visitantes podem fazer um passeio de balsa pelo local histórico e explorar o Percurso Ecológico com guias especializados. O Refúgio das Aves abriga animais silvestres em reabilitação, preparando-os para o retorno ao habitat natural. O parque também promove programas educativos e áreas para pesquisa acadêmica. Após 14 meses de obras, o Porto do Itaguaçu foi revitalizado, incluindo a reconstrução da Capela da Pesca Milagrosa e a instalação de um monumento em homenagem aos pescadores. O local agora é ponto de partida para o Caminho do Rosário e o Parque Três Pescadores.



Foto: Divulgação

PIPAS AFETARAM MAIS DE 14 MIL PESSOAS NA RMVALE NO PRIMEIRO SEMESTRE

Da Redação

Aparecida inaugurou o Parque Três Pescadores, um novo espaço de visitação que integra fé, história e conservação ambiental, ocupando 30 mil m² às margens do Rio Paraíba do Sul, próximo ao Porto do Itaguaçu, onde foi encontrada a imagem de Nossa Senhora Aparecida em 1717. O parque oferece diversas atrações, como uma réplica da Vila dos Pescadores, uma trilha ecológica com painéis artísticos sobre os milagres atribuídos à imagem e um refúgio de aves para espécies ameaçadas. Os visitantes podem fazer um passeio de balsa pelo local histórico e explorar o Percurso Ecológico com guias especializados. O Refúgio das Aves abriga animais silvestres em reabilitação, preparando-os para o retorno ao habitat natural. O parque também promove programas educativos e áreas para pesquisa acadêmica. Após 14 meses de obras, o Porto do Itaguaçu foi revitalizado, incluindo a reconstrução da Capela da Pesca Milagrosa e a instalação de um monumento em homenagem aos pescadores. O local agora é ponto de partida para o Caminho do Rosário e o Parque Três Pescadores.

Existe uma
real solução
para seu negócio

Auditoria | Consultoria | Tributos | BPO

▶ contato@bdo.com.br

BDO

GOVERNO DE SP INCENTIVA A TROCA GRATUITA DE ANTENAS PARABÓLICAS TRADICIONAIS POR APARELHOS DIGITAIS

Com a chegada da internet 5G, sinal dos equipamentos antigos será desativado

■ Da redação

O Governo de SP quer acelerar a troca gratuita das antenas parabólicas tradicionais, ainda bastante comuns no interior e em áreas rurais, por exemplo, por equipamentos digitais. O procedimento é necessário porque o sinal dos aparelhos antigos pode sofrer interferências, com a chegada da internet 5G, e deve ser desativado no fim do ano. A troca gratuita das antenas está liberada, em todo o país, para milhares de beneficiários de programas sociais.

A InvestSP, agência de promoção de investimentos vinculada à Secretaria de Desenvolvimento Econômico (SDE), tem levado o tema a gestores municipais de todas as regiões do Estado, dentro do programa TecnoCidades, que visa incentivar a inovação tecnológica e acelerar a chegada do 5G. A agência quer

mobilizar prefeituras e câmaras municipais para que elas também incentivem a troca das antenas, já que estão mais próximas dos cidadãos, principalmente dos que vivem em áreas mais remotas.

“A conectividade de alta performance é fundamental para que possamos alavancar o setor produtivo e deixar os municípios mais competitivos, gerando mais renda, emprego e desenvolvimento regional”, aponta o secretário de Desenvolvimento Econômico, Jorge Lima.

O fornecimento e a instalação dos novos kits gratuitos, com antena, receptor e controle remoto, são feitos pela Siga Antenado, organização sem fins lucrativos criada – por determinação da Anatel – pelas operadoras que ganharam a concessão do 5G, para acelerar o processo de troca das

parabólicas em todo o país. Só no Estado de São Paulo, mais de 100 mil antenas tradicionais já foram substituídas pelas digitais. Mas projeções da Siga Antenado indicam que o total de aparelhos a serem trocados pode chegar a quase 220 mil.

“Queremos São Paulo cada vez mais preparado para o 5G, que trará inovações na gestão pública e será decisivo na atração de investimentos privados. Por isso a atuação junto aos gestores locais, que estão mais perto da população e serão parceiros estratégicos do Estado”, diz o diretor de Projetos e Investimentos da InvestSP, Thiago Camargo.

Para ter acesso à antena digital sem custos, a pessoa ou família precisa: ser beneficiária de algum programa social do Governo Federal e registrada no Ca-



dastró Único; e possuir uma parabólica convencional com sinal ativo. Pelo site do Siga Antenado, o cidadão pode fazer a consulta sobre se tem ou não direito ao kit gratuito e, se for o caso, agendar a instalação dos equipamentos.

Black Belt
CORRETORA DE SEGUROS



www.blackbeltseguros.com.br
12 99121-9698

EMPRESA JOSEENSE

DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

VENCE PRÊMIO NA CHINA

■ Da Redação

A Autaza, uma empresa 100% Joseense, venceu o prêmio New Green Lotus Award, na competição The Third International Scientific and Technological Innovation and Entrepreneurship Competition, organizada pelo governo chinês e que contou com a participação de mais de 500 empresas de vários países do mundo.

A Empresa surgiu a partir de um projeto de pesquisa de 3 anos entre o ITA e a Indústria Automotiva. Ao reconhecer o potencial de inovação dos protótipos desenvolvidos neste projeto, seus fundadores constituíram a Autaza em março de 2016, tendo a GM como seu primeiro cliente e buscando no Parque Tecnológico São José dos Campos o local para o desenvolvimento e crescimento, onde está situado até hoje.

Autaza tem sido pioneira na revolução da Inspeção e Monitoramento por IA combinando talentos excepcionais e paixão pela inovação. Tem como missão principal oferecer soluções de alta qualidade, impulsionando eficiência e padronização na Inspeção e monitoramento com tecno-

logias de inteligência artificial e visão computacional.

As soluções inovadoras que são adotadas por líderes em diversos setores por empresas multinacionais de diversos países, tornam a Autaza autoridade e referência em tecnologias para inspeção de qualidade e monitoramento de processos.

O Prêmio New Green Lotus Award, um reconhecimento de renome internacional no campo da sustentabilidade empresarial, foi concedido à Autaza devido ao seu compromisso contínuo com práticas de inovação e a excelência no controle de qualidade industrial.

A Empresa também participou da Beyond Expo 2024, apresentando as soluções inovadoras para stakeholders, investidores e empreendedores em Macau, Hengqin e Guangzhou.

No cenário atual de busca por soluções inovadoras, tendo como base a utilização da Inteligência Artificial, a empresa se destaca como um exemplo inspirador de compromisso com a tecnologia no controle de qualidade industrial.



“Participar de um evento mundial de tecnologia e ser agraciado com uma premiação tão relevante foi uma conquista excepcional para nós. Foi uma oportunidade única para mostrar ao mundo nossas inovações e soluções criadas em São José dos Campos, que hoje é um dos maiores polos de tecnologia do País, e se mostra reconhecido globalmente. Além disso, nos permite conectar com líderes de mercado, potenciais parceiros e investidores. Estamos aqui para inspirar e impactar o futuro da indústria tecnológica global.”, relata Renan Padovani CEO Autaza.

ENTENDA OS RISCOS E SINTOMAS DA GRIPE SUÍNA H1N1

Especialista alerta sobre a gravidade da infecção que afetou o apresentador Silvio Santos

■ Da Redação

A H1N1, conhecida popularmente como gripe suína, é uma enfermidade causada pelo vírus Influenza A, que contém genes de diversos micro-organismo da gripe suína, aviária e humana. A transmissão ocorre por meio de gotículas respiratórias expelidas por uma pessoa infectada ao tossir, espirrar ou falar. Tocar superfícies contaminadas também pode propagar o agente infeccioso se, posteriormente, houver contato com o rosto, especialmente com nariz, boca ou olhos.

“Qualquer pessoa pode ser infectada pelo H1N1, mas indivíduos imunodeprimidos, idosos, gestantes ou com

condições crônicas têm maior chance de desenvolver casos mais graves.

O tratamento envolve o uso de medicamentos para aliviar os sintomas, repouso e hidratação. Não existe uma cura definitiva para o vírus, porém é fundamental fortalecer o sistema imunológico”, explica o coordenador do curso de Enfermagem do UNINASSAU - Centro Universitário Maurício de Nassau, campus Graças, Darley Rodrigues.

Similares aos da gripe comum, os sintomas da H1N1 são febre alta, tosse, dor de garganta, coriza ou entupimento do nariz, calafrios, fadiga e dores de cabeça, nos músculos e articulações.

Em alguns casos, podem ocorrer vômitos e diarreia. É crucial buscar ajuda médica se os sintomas piorarem ou se surgirem dificuldades respiratórias, dor no peito, tontura, confusão ou vômitos persistentes.

“Em situações graves, a H1N1 pode resultar em complicações como pneumonia e insuficiência respiratória, podendo levar à morte. É necessário estar vigilante com os grupos de risco e manter um acompanhamento rigoroso. Um exemplo é o apresentador de TV, Silvio Santos, que precisou ser internado esta semana após ser diagnosticado com Influenza A”, ressalta Rodrigues.



Foto: Divulgação

Demonstrativo de resultados – 1º Semestre 2024

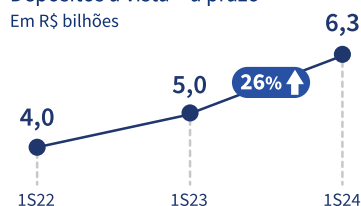
A Sisprime do Brasil é a maior e mais completa cooperativa de crédito independente do país e a maior com foco na área da saúde.

No primeiro semestre de 2024, apresentou um crescimento expressivo e abriu suas primeiras unidades nos estados de Santa Catarina e Minas Gerais, somando 48 agências.

Venha cooperar conosco! sisprimedobrasil.com.br

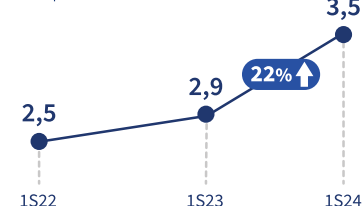
Aplicações [captação]

Depósitos à vista + a prazo
Em R\$ bilhões



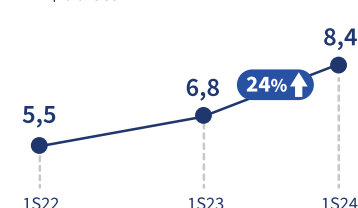
Empréstimos

Em R\$ bilhões



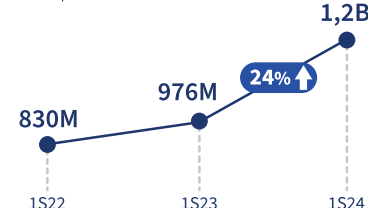
Recursos Administrados

Em R\$ bilhões



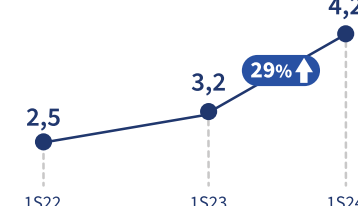
Patrimônio Líquido

Em R\$



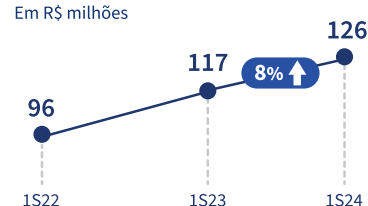
Liquidez

Em R\$ bilhões



Resultado Acumulado

Sobras
Em R\$ milhões



NPS: Estudo realizado em 2024 por Zoom Inteligência em Pesquisas.

RESTRICÇÕES ELEITORAIS

CONTRA O USO DA MÁQUINA PÚBLICA

Wilson Pedroso

Estamos em contagem regressiva. As eleições municipais de 2024 ocorrerão no dia 6 de outubro, em todas as cidades do país. Em razão da proximidade, a Justiça Eleitoral impõe diversas restrições às administrações e agentes públicos com o objetivo principal de impedir o uso da máquina com fins eleitoreiros. Na prática, a legislação busca evitar que os futuros candidatos usem os recursos e a infraestrutura de órgãos públicos para promoção pessoal.

As restrições previstas no calendário eleitoral começaram a vigorar no dia 6 de julho. Elas incluem, por exemplo, a proibição da participação de candidatos em entregas de obras públicas, assim como a contratação de shows artísticos pagos com recursos públicos para animação de inaugurações ou divulgação de serviços públicos.

Também estão proibidas novas transferências de recursos do Governo Federal para estados e municípios, ou de estados para as prefeituras, sendo permitido apenas o envio de verbas para obras já em andamento, com cronograma definido, ou no caso de calamidade pública.

Outra proibição importante se refere aos funcionalismo público. Até o dia da eleição, não poderão ser realizadas nomeações, contratações ou demissões por justa causa de servidores. Há exceções para os cargos de confiança e para as contratações de caráter emergencial. No caso de concursos públicos, a nomeação dos servidores está liberada apenas se a homologação do resultado tiver acontecido antes de 6 de julho.

Por fim, há ainda as proibições para a veiculação de publicidade e ações de autopromoção. Estão proibidos os pronunciamentos, em emissoras de rádio e televisão, fora do horário eleitoral gratuito. Também não podem ser divulgadas propagandas institucionais dos órgãos públicos, a não ser que haja caso de urgente necessidade.

Os sites das prefeituras e demais órgãos públicos também devem sofrer alterações, de forma que não se caracterize qualquer tipo de propaganda. Eles não podem conter nomes, slogans, símbolos, expressões, imagens ou qualquer outro elemento que possa

induzir o eleitor a identificar candidatos ou programas de governo.

Importante destacar que o descumprimento das proibições caracteriza infração eleitoral, sendo que não há necessidade de comprovação de beneficiamento de um candidato para que o agente público responsável pela conduta seja punido. Caso seja comprovada obtenção de vantagem e uso eleitoreiro da máquina, poderão ser caracterizados abuso do poder político e improbidade administrativa.

Todas essas proibições são importantes porque conferem maior isonomia às eleições. E o respeito à legislação significa respeito também ao eleitor.



Foto: Divulgação



WILSON PEDROSO
é consultor eleitoral e
analista político com
MBA nas áreas de
Gestão e Marketing

FIV E FELV FELINA.

VOCÊ SABE O QUE É ?

Se você tem bichanos, certamente já ouviu falar



■ Daniella Santucci

FIV É um vírus de imunodeficiência felina, conhecido popularmente como a 'AIDS felina' por ser semelhante ao vírus da doença que acomete os humanos. Dra. Dani, como se transmite essa doença? Essa doença se transmite pela relação sexual entre os felinos e entre suas mordidas e arranhaduras, não sendo transmitida pelo compartilhamento de objetos como comedouros e bebedouros ou outros utensílios.

O que o meu felino pode apresentar se contrair essa doença? E como é o tratamento?

Quando o seu pet passar em consulta com o seu médico veterinário de confiança e ele avaliar e realizar testes em seu consultório indicará o melhor tratamento. Os sintomas que seu animal-

zinho podem apresentar são: vômitos, diarreias, úlceras na boca, gengivites e problemas respiratórios. Além de anemia, febre, falta de apetite e mudança de comportamento.

O que os tutores devem saber é que esta doença não tem cura. Mas que o animal pode viver muito bem com a doença por anos, desde que esteja sob controle e sua imunidade esteja estabilizada. E a Felv Dra. Dani o que é? Felv é a Leucemia Viral Felina. Este vírus é altamente contagioso e pode ser transmitido pelo contato entre os bichanos diretamente! Pode passar de fêmeas gestantes que já contenham o vírus a seus filhotes, e podem ser transmitidos pelo simples fato de dividir o pote de ração, o de água ou mesmo a caixa de areia.

Dra. Dani, quais são os sintomas e tratamento para Felv?

Os gatos começam a apresentar febre, perda de peso, falta de apetite, anemia, problemas respiratórios, espirros, quedas de imunidade e alterações comportamentais. Assim como a Fiv, o diagnóstico é feito após a ida ao veterinário que fará os testes laboratoriais e consulta clínica.

Mas Dra. Dani, o que acontece se meu gato for positivo por uma ou até mesmo pelas duas doenças?

O médico veterinário de sua confiança indicará o tratamento adequado. Hoje contamos com especialistas em felinos que realizam os melhores e mais atuais tratamentos, além de tratamentos integrativos que vieram para agregar

aos tratamentos convencionais. E vale lembrar que o melhor método para que seus animais não se contaminem com os vírus da Felv é a vacinação!

Hoje há vacinas para prevenção da doença! Converse com o médico veterinário sobre o protocolo vacinal. Para a Fiv, infelizmente, não há vacinas ainda no mercado para imunizar o seu animalzinho. Mas a prevenção é não deixar eles livres. Evitar que fiquem soltos na rua, por exemplo. Lembrando que nenhuma das duas doenças são transmitidas para os humanos. Portanto, não há com o que se preocupar! Se voce gostou dessa dica, curta e compartilha! Me siga para mais dicas pet no meu mundo pet!



DANIELLA SANTUCCI

CRMV 53399/SP

Bacharel em Direito, Médica Veterinária graduada pela Universidade Paulista (Unip) e apaixonada por pets. Trabalha com clínica geral de pequenos animais e medicina veterinária integrativa.



DIÁLOGOS
& ESTRATÉGIAS
ESG | 2024

27 de agosto

8h às 19h45

LOCAL: TEATRO COLINAS

Av. São João, 2200 - Jardim das Colinas, São José dos Campos/SP

Mais informações: www.meon.com.br

- 12.98280.1444

<https://leaderx.digital/meon-esg-2024>

AGENDA



PROGRAMAÇÃO

8H - CREDENCIAMENTO E RECEPCÃO COM
COFFEE

8H30 - SESSÃO SOLENE DE ABERTURA

Prefeito / Secretário Urbanismo e Sustentabilidade de São José dos Campos



Regina Baumann

CEO do Grupo Meon de Comunicação



Anderson Farias (convidado)

Prefeito de São José dos Campos



Marcelo Manara (confirmado)

Secretário Municipal de Urbanismo e Meio Ambiente de São José dos Campos



Natália Resende (*convidada*)

Secretária do Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística do Estado de São Paulo

10H - PALESTRA

“ESG em tempos de crise: Como o ESG pode afetar positivamente o desempenho financeiro de uma empresa”.

11H - PALESTRA

“Sustentabilidade: o Presente e o Futuro do Agronegócio”



Cláudia Leite (*confirmada*)

Chief Purpose Officer na HILO
Conselheira Consultiva Certificada I
Palestrante

12h - ALMOÇO

13h30 - PALESTRA

30ª Conferência da ONU sobre Mudanças Climáticas (COP30) - Pará - Brasil - 2025



Arthur Covatti (confirmado)
CEO e Cofundador da DEEP ESG

14h30 - SEMINÁRIO

"Aprendizagem Contínua: A Chave para a Sustentabilidade e Impacto ESG Duradouros"



Hélio Contador (confirmado)
Conselheiro Consultivo Einstein Alphaville e sócio da HCont Neuroexpert

15h30 - PALESTRA

"Inteligência Artificial como Aliada na Transformação ESG: Inovações e Impactos"



Carlos Moraes (confirmado)
Diretor Geral da Globant no Brasil

16h30 - PAINEL:

“ESG 360°: Integrando Considerações Ambientais, Sociais e de Governança em Todas as Áreas de Negócio”

18h30 - PALESTRA MAGNA:

"Desafios e Oportunidades ESG na Aviação: A Perspectiva da Embraer"



Francisco Gomes Neto (confirmado)
CEO da Embraer

19h45 - COQUETEL DE ENCERRAMENTO

REALIZAÇÃO:



APOIO



EXPECTATIVA PARA A PREMIACÃO DA 8ª TEMPORADA DO MEON JOVEM

■ Da Redação

As pautas da 8ª temporada do Projeto Meon Jovem passaram pelo processo de avaliação para a definição dos vencedores. Ao longo da edição foram postadas centenas de pautas de alunos de escolas municipais, estaduais e particulares de várias cidades da RMVale.

São 27 pautas vencedoras, sendo elas divididas nas categorias criatividade, relevância e audiência. Cada faixa de ensino (fundamental I, II e médio) tem 3 pautas premiadas (1º, 2º e 3º) em cada categoria.

Nesta etapa, os materiais foram enviados para a comissão julgadora que avaliou a criatividade e a relevância. A Comissão é formada por profissionais e professores da área de jornalismo. O critério audiência é analisado por meio dos números apresentados no site meon.com.br, pela equipe de redação do Meon. Os selecionados para a final foram anunciados em uma live no Canal do Meon no Youtube e convidados para o evento de encerramento da temporada, com a premiação dos alunos vencedores.

O evento de premiação será no dia 31 de agosto às 10 horas, no Auditório da Fundhas, em São José dos Campos.

Sobre o projeto

O “Meon Jovem” é um projeto de comunicação do Grupo Meon de Comunicação, que permite que crianças e adolescentes matriculados em escolas da Região do Metropolitana do Vale do Paraíba e Litoral Norte produzam conteúdos para serem veiculados no portal de notícias. O projeto é destinado a estudantes do ensino fundamental 1 e 2, assim como do ensino médio, tanto de escolas públicas como particulares. Depois de inscritos pelos coordenadores das escolas, os alunos são acompanhados por professores e jornalistas do Meon e podem produzir conteúdo em texto, áudio, vídeo ou desenho, sobre qualquer tema, exceto política.

Ao final da temporada, os vencedores recebem um brinde e um troféu, enquanto todos os alunos que obtiverem suas pautas publicadas recebem um certificado de participação.



Foto: Divulgação

Apoio e patrocinadores



farmaconde.com.br
[@farmaconde](https://www.instagram.com/farmaconde)

MÊS DOS Pais
FARMA CONDE

CUIDANDO DE QUEM SEMPRE CUIDOU DE VOCÊ

O USO DO MEDICAMENTO DEVE SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO FARMACÊUTICO. LER E ENTENDER O USO DE CADA MEDICAMENTO É O MEU DEVER. O USO DE MEDICAMENTOS SEMPRE DEVE SER EM CONFORMIDADE COM O MÉDICO E O USO DEVE SER EM CONFORMIDADE COM O MÉDICO.

SEJA
#ALPHA

O IAL ABRE O PROCESSO SELETIVO PARA A SUA ESCOLA DE APLICAÇÃO.

O Instituto Alpha Lumen - IAL é uma entidade sem fins lucrativos, que busca soluções de impacto social com pesquisas, projetos de inovação em metodologias de aprendizagem voltados a ações educativas e apoio ao talento.



Gostou?
Acompanhe
pelo site.

ACESSE:



A Escola de Aplicação Alpha Lumen é especializada em jovens e crianças com altas habilidades e tem uma metodologia que atende às múltiplas inteligências e oferece, além das atividades acadêmicas, mais de 50 cursos e atividades optativas em **artes, ciências puras, ciências naturais, humanas, sociais, tecnologia, atividades internacionais e empreendedorismo.**

• Infantil • Fundamental I e II • Ensino Médio

Conheça todos os projetos da ONG



www.alphalumen.org.br

**30 BOLSAS
DE ESTUDO**

Programa de Bolsas
Clube dos Sonhos para
estudantes de Escolas Públicas
Fund. II e 1ª série do E.M.



**ALPHA
LUMEN**
SUPPORT TO TALENT



FARMA CONDE SÃO JOSÉ BASKETBALL

ESTREIA NO CAMPEONATO PAULISTA

Divulgada a tabela completa de jogos do Farma Conde São José Basketball na fase inicial do Campeonato Paulista 2024, o primeiro desafio do time na temporada.

■ Reinaldo Moreira

A estreia da equipe será fora de casa contra o atual campeão, o Paulistano, dia 1º de agosto, às 19h30. A primeira partida em casa, será no sábado seguinte, dia 3 de agosto, às 18h, na Farma Conde Arena.

A apresentação da equipe com novo patrocínio aconteceu no início de julho, em evento realizado na Farma Conde Arena.

O acordo também posicionou a empresa como nova detentora do naming rights da equipe, que será chamada de Farma Conde São José Basketball. A parceria foi celebrada pelo Presidente do Conselho Administrativo do São José Desportivo e Presidente do Conselho do São José Basketball, Rafael Silva.

“A Farma Conde é uma das maiores empresas do ramo farmacêutico no Brasil e para nós é um orgulho muito grande tê-la como parceira máster, uma vez que nosso intuito é recolocar o São José Basketball entre os principais times do país. Já temos uma história muito grande no basquete brasileiro e estamos no caminho para reerguer o clube a uma posição de destaque, por isso acreditamos que essa parceria com a Farma Conde é motivo de enorme satisfação para o clube e também para a cidade”, afirmou o dirigente.

Foi definido ainda que o clube poderá mandar jogos na Farma Conde Arena, espaço multiuso com capacidade para

cinco mil torcedores. A equipe do São José Basketball foi uma das maiores motivações para a construção do local, no início da década passada, devido especialmente a quando a equipe precisou mandar o jogo final do NBB 2011/12 em Mogi das Cruzes em razão da falta de um ginásio com maior capacidade de público em São José dos Campos.

Manoel Conde Neto, fundador da Farma Conde e presidente executivo da empresa, também expressou sua satisfação ao firmar acordo com o time. “Nosso objetivo é o de contribuir significativamente para o crescimento do esporte e da comunidade, pois acreditamos no poder

transformador do esporte e estamos entusiasmados em apoiar uma equipe com tanta tradição”, afirmou.

Com 77 anos de história, o São José Basketball é considerado uma das mais tradicionais instituições da modalidade no país, com diversos atletas sendo convocados para as Seleções Brasileiras de Basquete, em várias categorias.

O clube tem em seu currículo as seguintes conquistas: cinco títulos do Campeonato Paulista (1980, 1981, 2009, 2012 e 2015), uma Taça Brasil (1981), um Brasileiro da CBB (2022) e uma Copa São Paulo (2022), além de um vice-campeonato Sul-Americano (1981) e do NBB (2011/12).

ATLETA DE ILHABELA

CONQUISTA A COPA DO BRASIL DE CANOAGEM OCEÂNICA

Reinaldo Moreira

O atleta de Ilhabela, Ariel Alves, conquistou no mês de julho, o primeiro lugar Geral da Copa do Brasil de Canoagem Oceânica, que teve sua segunda etapa disputada no entorno da Ilha do Mel, em Paranaguá/PR. Com a conquista, ele sagrou-se Campeão Sênior, a categoria mais forte de toda a competição.

A disputa contou com cerca de 50 competidores em um percurso de 16km e o canoísta foi o vencedor em um embate acirrado com o segundo lugar, conquistando o pódio com apenas dois segundos de diferença.

A etapa de Paranaguá é válida para o Ranking Nacional 2024, que classifica os cinco primeiros de cada categoria para o

Mundial de 2025, na África do Sul. O próximo desafio agora de Ariel é o Campeonato Brasileiro, que vai ser disputado na cidade de Fortaleza no início de setembro, ocasião em que serão definidos os Campeões Nacionais de Canoagem de 2024.

A conquista é um importante incentivo para o atleta que está de volta a modalidade depois de um longo tempo parado e em busca de boas colocações. Além de Ariel, outros atletas do arquipélago e que fazem parte da equipe Ilhabela Proa Canoagem também conquistaram excelentes posições em suas respectivas categorias: Eduardo Salinas, segundo colocado na Master C, André Venco, campeão Master C e Marcelo Moraes, campeão na Master D.



ATLETAS DO SÃO JOSÉ RUGBY

ESTÃO NAS OLIMPIADAS DE PARIS

Reinaldo Moreira

Mariana Nicolau e Milena Mariano estarão presentes juntamente com a Seleção Brasileira Feminina de Rugby.

O Rugby Sevens nas Olimpíadas conta com 12 seleções, divididas em três grupos com quatro equipes cada. As duas primeiras colocadas de cada grupo e as duas melhores terceiras colocadas do geral avançarão às quartas de final. Ao todo, são três dias de jogos femininos no Stade de France, o principal estádio parisiense.

Com 27 anos, Mariana Nicolau vai para sua segunda participação em Olimpíadas, pois esteve presente nos Jogos Olímpicos de Tóquio, em que o Brasil ficou na 11ª colocação. Mari Nicolau ingressou na modalidade por meio do 'Projeto Rugby Social' da equipe do São José. A partir daí, a jogadora foi ascendendo nas categorias

do time até chegar à Equipe Adulta do São José Rugby e da Seleção Brasileira.

Já Milena Mariano fará o seu debut em Jogos Olímpicos na França, aos 24 anos. A atleta conheceu o Rugby em 2015 e no ano seguinte passou a jogar no São José Rugby até chegar a Seleção Brasileira em 2017.

A equipe brasileira está no Grupo C, junto com França, Estados Unidos e Japão. Dentro do Top 10 das melhores Seleções de Rugby Sevens do Mundo, o Brasil busca superar sua melhor participação de Jogos Olímpicos que foi o 9º lugar nas Olimpíadas Rio 2016.



Parabéns SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

**FELIZ É QUEM SABE QUE A
CADA CANTO DESSA CIDADE
TEMOS MUITOS MOTIVOS
PARA COMEMORAR!**



257

ANOS

sbt MKT INTERIOR



tvthathi



NA MODALIDADE GASTRONOMIA, A FRANÇA É MEDALHA DE OURO

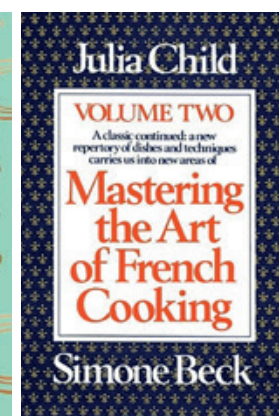
Um Legado de Sabor e Cultura

■ Chef Rodrigo Cardoso

A gastronomia francesa é muito mais do que uma simples arte culinária; é um patrimônio cultural que transcende fronteiras e se estabelece como uma referência global de excelência gastronômica. Conhecida por sua sofisticação, técnica refinada e ingredientes de alta qualidade, a culinária francesa não apenas encanta paladares, mas também conta histórias de tradição e inovação que perduram séculos. Muito difundida no planeta graças à Julia Child que foi uma renomada chef, autora e personalidade de televisão americana, conhecida por introduzir a culinária francesa ao público americano através de seus livros de receitas e programas de televisão.

Nascida em 1912, Julia começou sua jornada culinária aos 37 anos, quando se mudou para Paris com seu marido. Lá, ela estudou na famosa escola de culinária Le Cordon Bleu e se apaixonou pela cozinha francesa. Além de seu programa de televisão, a Sra. Child escreveu vários livros de receitas aclamados, incluindo "Mastering the Art of French Cooking", co-escrito com Simone Beck e Louisette Bertholle. Este livro se tornou um best-seller e continua sendo uma referência indispensável para entusiastas da culinária.

Em cada prato francês, encontramos uma combinação meticulosa de sabores, cores e texturas que refletem a diversidade regional do país. Desde a alta cozinha dos grandes chefs estrelados até as delícias rústicas dos bistrôs parisienses, a França oferece uma experiência gastronômica incomparável que celebra não apenas a comida, mas também a convivialidade e o prazer de comer bem.



A importância da gastronomia francesa vai além do prazer sensorial; ela desempenha um papel crucial na economia e no turismo do país. Os restaurantes franceses são destinos cobiçados por viajantes em busca de autenticidade e qualidade, contribuindo significativamente para a imagem internacional da França como um epicentro cultural e gourmet.

Além disso, a gastronomia francesa influenciou profundamente a culinária global, inspirando chefs ao redor do mundo a explorar novas técnicas, ingredientes e apresentações. A ênfase na tradição e na qualidade dos ingredientes tem sido uma fonte de inspiração constante para a evolução da gastronomia contemporânea. No entanto, mais do que simplesmente deliciar o paladar, a gastronomia francesa é um elo vital com a história e a identidade cultural da nação. Cada prato é um testemunho da riqueza cultural e da paixão pela boa comida que permeia o tecido social francês.

A culinária francesa tem uma rica tradição de chefs renomados que influenciaram profundamente a gastronomia mundial. Se você quer aprender mais sobre esse mundo culinário seguem aqui alguns dos (na minha singela opinião) maiores chefs franceses a serem estudados: Paul Bocuse - Conhecido como um dos fundadores da Nouvelle Cuisine e um dos chefs mais respeitados do século XX.

Auguste Escoffier: Reverenciado como o "imperador dos chefs" e um dos pioneiros da cozinha moderna, Escoffier revolucionou a organização e a gestão de cozinhas profissionais.

Alain Ducasse: Chef com várias estrelas Michelin, conhecido por sua habilidade técnica e por gerenciar uma vasta rede de restaurantes de prestígio em todo o mundo.

Joël Robuchon: Celebrado como o chef com mais estrelas Michelin do mundo, Robuchon era conhecido por sua precisão técnica e por reinventar pratos clássicos da gastronomia francesa.

Pierre Gagnaire: Renomado por sua abordagem criativa e experimental da culinária francesa, com restaurantes aclamados em Paris e internacionalmente. Guy Savoy - Chef premiado com estrelas Michelin, conhecido por sua cozinha refinada e seu restaurante de renome em Paris.

Anne-Sophie Pic: Uma das poucas chefs mulheres a conquistar três estrelas Michelin, conhecida por seu estilo elegante e por reinventar pratos clássicos com um toque contemporâneo.

Michel Guérard: Conhecido por suas contribuições para a Nouvelle Cuisine e por seu foco na culinária saudável e leve.

Daniel Boulud: Chef francês que encontrou sucesso internacional com seus restaurantes em Nova York e outras cida-

des globais, combinando influências francesas com técnicas modernas.

Éric Ripert: Chef conhecido por seu restaurante Le Bernardin em Nova York, especializado em frutos do mar e reconhecido com três estrelas Michelin.

Portanto, ao reconhecer a importância da gastronomia francesa, estamos não apenas celebrando um legado de sabor e tradição, mas também honrando uma parte fundamental da herança cultural global que continua a inspirar e encantar pessoas em todo o mundo.



Siga @docardosogastronomia

AMOR PLATÔNICO

POR SÃO JOSÉ DOS CAMPOS



Foto: Claudio Vieira/PMSJC



Foto: Claudio Vieira/PMSJC



Foto: Claudio Vieira/PMSJC

Por Felipe Cury

O verdadeiro diplomata nunca pergunta a idade de uma mulher, mas jamais esquece o dia de seu aniversário

Não me interessa saber a idade da minha querida Cidade; só sei que está permanentemente jovem, linda, evoluída, acolhedora e até divina. Só sei que no 27 de Julho a alegria invade o meu coração.

Fico alegre e feliz porque aqui é o meu lugar: o clima sempre foi perfeito, o ar é puro e as pessoas também, as vias são limpas e seguras, a iluminação é moderna e feérica, os jardins têm flores que encantam e perfumam, as pessoas estão, cada vez mais, cordiais e amigas: se cumprimentam, são agradecidas e solidárias.

Temos hospitais notáveis, laboratórios avançados, profissionais da saúde educados e competentes, empresários evoluídos, manutenção preventiva em todos os seguimentos, um plano piloto de desenvolvimento permanente e modernizado. A OMS considera plausível 100 crimes de morte para cada cem mil habitantes; nossa cidade tem menos de dez. Somos a cidade com mais profissionais de cursos superiores por metro quadrado do Brasil. Nossa rede de ensino vai desde as escolas primárias até os píncaros universitários justificando o honroso chamamento de CIDADE INTELIGENETE.

Proliferam as Igrejas e Templos aqui sustentando e fortalecendo nossa espiritualidade. As inúmeras e incontáveis praças de esporte são um precioso adendo à saúde do nosso povo.

Laser, alimentação, pontos de encontros, botecos & botequins, praças, jardins e coretos, locais turísticos, fazem nossa alegria permanente. É um roteiro gastronômico que nada falta.

O nosso trânsito tende a se humanizar. A preferência aos pedestres e o respeito aos idosos mostram-nos a metrópole civilizada que estamos nos tornando.

Em São José a acessibilidade, tanto interna para a locomoção aos nossos bairros que vão se tornando verdadeiras cidades satélites independentes, como a externa, para estreitar vínculos com as cidades vizinhas e fraternas para a verdadeira integração do Vale do Paraíba. E a aproximação. com o mundo todo pela internacionalização de nosso aeroporto, que não é só nosso, mas regional. Além de nossa ligação fácil com o nosso majestoso litoral para estimular o comércio mundial dos contêineres.

O farto mercado de trabalho é altamente diversificado desde a mão de obra para a construção civil que edificou a grandeza da cidade, como para abastecer a exigente demanda da mais refinada tecnologia. Que venha a INTELIGÊN-

CIA ARTIFICIAL: estamos preparados.

O meu amor platônico pela minha Cidade é porque sou plenamente correspondido: Num dia 27 de julho nasceu minha primeira e adorada filha Flávia e dois anos depois eu ganhava meu sobrinho Marcelo Murad – JOSEENSES AUTÊNTICOS.

São José dos Campos me contemplou com grandes AMIGOS e, o mais recentes deles, é o jovem idoso Geraldo Moreno, aqui do Aquarius, que é poeta do HAI-KAY, um dos mais delicados e difíceis poemas milenar. A meu pedido fez este:

São José criou o filho mártir: Jesus.

São José dos Campos também: Miragaia.

Esse texto não é uma homenagem a São José dos Campos, mas apenas uma declaração de amor.



Felipe Cury

é CIDADÃO JOSEENSE pelo Decreto Legislativo número 46/2003.



Foto: Claudio Vieira/PMSJC



Foto: Claudio Vieira/PMSJC

PORTO DE SÃO SEBASTIÃO TEM RECORDE DE MOVIMENTAÇÃO DE CARGAS



Foto: Divulgação

■ Reinaldo Moreira

O Porto de São Sebastião, no Litoral Norte, movimentou 760 mil toneladas de cargas no primeiro semestre de 2024, um recorde histórico. O número é 57% maior que no mesmo período de 2023.

O levantamento foi divulgado pela Companhia Docas de São Sebastião (CDSS), empresa pública vinculada à Secretaria de Meio Ambiente, Infraestrutura e Logística do Estado de São Paulo (Semil).

Entre as principais cargas transportadas estão o açúcar a granel, com 287,5 mil toneladas; seguido de barrilha a granel, matéria-prima essencial na produção de vidros e embalagens, com 190,3 mil toneladas; e o coque de petróleo a granel, com 107,5 mil toneladas.

Segundo o Governo de São Paulo, a ampliação da disponibilidade das áreas para armazenagem despertou o interesse de mais importadores e exportadores, que passaram a utilizar o porto de São Sebastião como alternativa logística.

De acordo com a administração, foi autorizada a montagem de 11 novos armazéns, que foram instalados pelos operadores portuários, perfazendo 14 estruturas.

Outra justificativa são as melhorias feitas no Porto, como a reforma do centro de controle operacional, a pavimentação de pátios de armazenagem e das vias de acesso terrestre, um novo sistema de automação da porta de acesso ao Porto e o monitoramento por circuito fechado de TV.

SABESP INICIA OBRAS DE ESGOTAMENTO SANITÁRIO EM UBATUBA

■ Reinaldo Moreira

A Sabesp iniciou em julho uma série de obras de esgotamento sanitário para beneficiar cerca de 168 mil pessoas, incluindo moradores e turistas, em Ubatuba. Parte do Programa Onda Limpa, essas intervenções visam melhorar as condições das praias e proteger a vida marinha. Os bairros contemplados são: Maranduba; Sertão da Quina; Jardim Itamambuca; Recanto Itamambuca; Perequê; Santa Rita; Enseada e Região Central de Ubatuba.

De acordo com a Companhia, as obras vão preservar corpos d'água como o rio

Itamambuca, ribeirão Perequê-Mirim e rio Maranduba, além de melhorar a balneabilidade das praias, beneficiando a vida marinha e a saúde pública. Divididas em quatro sistemas (Itamambuca, Perequê, Maranduba e Central), as intervenções incluem: 126,7 km de rede coletora; Construção de três estações de tratamento de esgoto (ETEs) e Instalação de 41 estações elevatórias. Essas obras permitirão conectar 13.412 imóveis à rede coletora, ampliando a cobertura de esgoto tratado.



CARAGUÁ ENCERRA CAMPANHA CONTRA A PÓLIO COM 53% DE COBERTURA

■ Reinaldo Moreira

Caraguatatuba encerrou a Campanha contra Poliomielite com 53% de cobertura vacinal. Durante o período de vacinação, 2.656 doses foram aplicadas em crianças com menos de cinco anos de idade. A meta do Ministério da Saúde era de 95%.

A Secretaria de Saúde destaca que seguirá com atualização da carteira de vacinação na rotina das crianças. “Quando as aulas retornarem, será feita ação nas escolas para identificar os faltosos”, explica a coordenadora da Vigilância Epidemiológica, Helienne Santos.

A poliomielite, também chamada de pólio ou paralisia infantil, é uma doença contagiosa aguda causada por um vírus que vive no intestino, chamado poliovírus, que pode infectar crianças e adultos por meio do contato direto com fezes ou com secreções eliminadas pela boca das pessoas infectadas e provocar ou não a paralisia. Nos casos graves, em que acontecem as paralisias musculares, os membros inferiores são os mais atingidos.

Os sintomas mais frequentes são febre, mal-estar, dor de cabeça, de garganta e no corpo, vômitos, diarreia, constipação (prisão de ventre), espasmos, rigidez na nuca e até mesmo meningite. Nas formas mais graves instala-se a flacidez muscular, que afeta, em regra, um dos membros inferiores.

A atualização da situação vacinal aumenta a proteção contra as doenças imunopreveníveis, evitando a ocorrência de surtos e hospitalizações, sequelas, tratamentos de reabilitação e óbitos.



Foto: Divulgação

CCR RIOSP INSTALA PAINÉIS DE MENSAGENS NA RIO-SANTOS

Reinaldo Moreira

A CCR RioSP iniciou a instalação dos Painéis de Mensagens Variáveis (PMVs) na rodovia Rio-Santos, a BR-101. Os trabalhos tiveram início em maio e deverão encerrar-se nesse fim de semana pela concessionária.

No total, foram instalados 09 equipamentos: quatro no sentido São Paulo e cinco no sentido Rio de Janeiro. Outros dois – no sentido São Paulo – deverão estar operando já na próxima semana, conforme previsto no contrato de Concessão.

Segundo a concessionária, os PMVs são uma ferramenta para a gestão de tráfego, visando deixá-lo mais dinâmico e, principalmente, para a concessionária ‘conversar’ com o motorista da rodovia por meio de mensagens compartilhadas pelo

Centro de Controle Operacional (CCO) da concessionária em tempo real.

Na Rio-Santos, além de trazer mensagens sobre o free flow informando, por exemplo, que a rodovia possui pórticos de pedágio eletrônico e o prazo de 15 dias para o pagamento da tarifa para o motorista sem TAG, o PMV também poderá ser utilizado pela concessionária nas seguintes ocasiões:

- Obras na pista com interdição de faixa;
- Dicas de segurança
- Os canais de atendimento da concessionária.
- Acidentes;
- Pontos com congestionamentos;
- Limites de velocidade;
- Condições meteorológicas adversas.



Foto: Divulgação

MUITO MAIS DO QUE ACADEMIA

O QUE HÁ DE MELHOR NO MUNDO, PARA TODAS AS IDADES, EM UM ÚNICO LUGAR

ATIVIDADES PARA TODA FAMÍLIA

- Piscina semiolímpica e piscina infantil, cobertas e aquecidas
- Sala de musculação completa com equipamentos de marcas top de linha mundial em ergonomia e tecnologia.
- Área de treinamento funcional e pista de alto rendimento.
- Mais de 20 modalidades de ginástica coletiva, dança, hidroginástica e natação.
- Pilates, tecido acrobático e pole dance
- Spinning com recursos audiovisuais HD e 3D em tela gigante.
- Child Care, sauna seca, e spa com hidromassagem.
- Programa Kids com 8 modalidades esportivas e artísticas.
- Estacionamento abundante, seguro e gratuito.

VEM PRA CÍ

Facebook @CIAATHLETICASJC Instagram CIAATHLETICAOFICIAL Website CIAATHLETICASJC.COM.BR

Endereço: Colinas Shopping | Avenida São João, 2200 Loja NT 24 | (12) 3904-6000

Companhia
Athletica





SOCIAL & MODA

by Willian Roggles

RAPIDINHAS COM WILLIAN ROGGLES

MISS E MISTER SÃO JOSÉ DOS CAMPOS CNB 2024

Aconteceu no dia 26 de julho, no Clube Santa Rita, a grande final do Concurso Miss e Mister São José dos Campos CNB 2024. O salão nobre ficou lotado, em um evento realizado pela WR Models, com patrocínios e apoiadores de peso. Para participar, o público levou 2 kg de alimento, destinados à Associação Guadalupe. Mais de 700 pessoas, incluindo imprensa, sociedade e convidados, prestigiaram a noite que também foi transmitida ao vivo pela internet. Mulheres e homens maravilhosos desfilaram looks de gala da Josephine Noivas, com maquiagem e cabelo assinados pelo Espaço Beleza Real. Também houve um desfile lindo da loja Duquesa Store. A atração musical ficou por conta do Serial Funkers, apresentado pela marca Onda dos Cachos. Um júri composto por grandes formadores de opinião escolheu os vencedores.

O coquetel foi oferecido pela Padaria Doce Deleite, Restaurante Cassiano, Mesa Di Sicília e vinhos Rio Sol.

Parabéns aos vencedores, Giovana de Cássia e Italo Garcia, que representarão a cidade no Miss São Paulo.

Confira nas fotos de Gilberto Freitas



Casal miss e mister São José dos Campos CNB 2024: Giovana de Cássia e Italo Garcia



Os Jurados que integraram a mesa para escolha do casal vencedor no Concurso Miss e Mister SJCAMPOS



Patricia e Euclides Vaz brindando o Concurso de Beleza com vinhos Rio Sol.



Marcaram presença Marcio Marcondes, Giovanna Morello e Patricia no Welcome Drink oferecido pelos vinhos Rio Sol, Cassiano Restaurante, Padaria DoceLeite e Mesa Di Sicília



Telma Santos, Luciana Colodiano em evento para eleger o casal Miss e Mister SJC



Celso Ricardo e Dennis com a Miss Brasil Jéssica Caroline e Carla Cristina, Miss Jacareí, em evento realizado pela WR models

SOCIAL WILLIAN ROGGLES //



Vasal e Valeria Verdi e Paes prestigiam Concurso Miss e Mister São José dos Campos



Anderson Senna, Deputada Letícia Aguiar e este colunista no concurso Miss e Mister São José dos Campos 2024



No coquetel do Concurso Miss e Mister São José dos Campos CNB 2024 Mariangela da Associação Guadalupe e Guilherme Lage empresário e representante da Escola Aliança Francesa.



Silvia Máximo, este colunista e Marilda Serrano Welcome Drink com brinde oferecido dos Vinhos Rio Sol no coquetel do Concurso Miss e Mister São José dos Campos CNB 2024



Walmir Marinho e Rosita em um brinde à moda, cultura e o Concurso Miss e Mister São José dos Campos no Club Santa Rita



Carla Guandaline que esteve no juri e Eduardo Pandelo prestigiando evento. Na recepção do Concurso músicas dos cantores do KWC coordenado por Pandelo.



Mulheres lindas empoderadas Jussara Medrado, Carmem Inez Machado, Ivy Lucas desfilam charme em evento de Miss e Mister no Clube Santa Rita



Cristian Mazzetti, Claudio Cardoso e Rogério Campanelli. Juntos Base Mgt e WR Models

RED CARPET: NOVIDADES GLAMOUROSAS NA JOSEPHIINE NOIVAS

Os proprietários Fábio e Carla Miranda, da renomada Josephiine Noivas, estão com grandes novidades em looks glamourosos. As novas coleções feminina e masculina, já estão disponíveis na loja, oferecendo desde deslumbrantes vestidos de noiva e longos maravilhosos até trajes masculinos que vão do tradicional ao fashion. Quem esteve no Concurso Miss e Mister São José dos Campos 2024 teve o privilégio de ver essas peças encantadoras na passarela. Foi um verdadeiro arraso! Não perca a chance de conferir de perto essas novidades incríveis na Josephiine Noivas. Vale a visita!



Foto: Divulgação

ÉRICA MATHIAS, DEPOIS DE FÉRIAS NO CHILE, VOLTA COM AS ASSESSORIAS



Foto: Divulgação

A relações públicas e assessora de eventos, Érica Mathias, está de volta com tudo neste segundo semestre. Depois de férias no Chile ela volta e já traz novidades para São José dos Campos com novos empreendimentos a serem inaugurados em agosto. Com certeza vem coisa boa por aí! Vamos acompanhar!

DR. GABRIEL PORTELA: EXCELÊNCIA E CHARME NA ODONTOLOGIA

Dr. Gabriel Portela continua impressionando o mundo odontológico com sua excelência em implantes, próteses e reabilitação oral. Referência em sua área, ele combina conhecimento técnico com um atendimento humanizado, conquistando a admiração de todos. Além de seu talento profissional, Dr. Gabriel também se destaca por sua beleza e charme, tornando-se um exemplo de que competência, elegância e simpatia fazem uma combinação perfeita.



Foto: Divulgação

ARTE &

Cinema **Conclave**

Foto: Divulgação

A Diamond Films acaba de liberar o trailer de CONCLAVE, novo longa do vencedor do Oscar Edward Berger (do filme “Nada de Novo no Front”). Estrelado por Ralph Fiennes ao lado de Stanley Tucci, John Lithgow e Isabella Rossellini, o filme chega aos cinemas brasileiros em dezembro. CONCLAVE acompanha o Cardeal Lawrence, interpretado por Ralph Fiennes, que após a inesperada morte do atual pontífice, é encarregado de conduzir um dos eventos mais secretos e antigos do mundo: a escolha de um novo Papa. O filme é uma adaptação do best-seller homônimo escrito por Robert Harris, e mostra em uma narrativa tensa os líderes mais influentes da Igreja Católica se reunindo nos corredores do Vaticano para participar da seleção do novo papa. É então que o Cardeal Lawrence (Ralph Fiennes) se vê no centro de uma conspiração, descobrindo segredos que ameaçam não apenas sua fé, mas também as fundações da Igreja.

Netflix **Senna**

Foto: Divulgação

A Netflix anunciou que Senna, minissérie de ficção sobre a história de um dos maiores ídolos do automobilismo mundial, chega às telas no dia 29 de novembro. A minissérie ganhou o pôster oficial, que revela Gabriel Leone como Ayrton Senna nas pistas de corrida segurando o icônico capacete verde e amarelo, marca registrada do piloto, e ilustra a ideia de tempo e velocidade, os fios condutores da história. Ao longo de seis episódios, Senna vai mostrar, pela primeira vez na ficção, a trajetória de superação, desencontros, alegrias e tristezas de Ayrton, desbravando sua personalidade e suas relações pessoais. A história começa com o início da carreira automobilística do tricampeão de Fórmula 1, do kart à sua mudança para a Inglaterra para competir na Fórmula Ford, e segue até o trágico acidente em Ímola, na Itália, durante o Grande Prêmio de San Marino. A minissérie conta com personagens importantes da vida do piloto, como Alain Prost (Matt Mella), Galvão Bueno (Gabriel Louchard) e Xuxa (Pâmela Tomé). Vicente Amorim é o showrunner e também assina a direção geral e direção. Julia Rezende é diretora. Senna é produzida pela Gullane e realizada com o apoio da Senna Brands e da família do piloto.

Leitura
Laura:
Uma Maternidade Especial

No livro “Laura: Uma Maternidade Especial”, recém-lançado pela Editora Inverso, Suely Schmidt narra a transformação de sua vida ao receber a notícia de que sua filha, Laura, tinha síndrome de Down e, posteriormente, autismo severo. Suely compartilha os desafios, descobertas e alegrias dessa jornada, iniciada há 33 anos, abordando a falta de apoio, estigmas sociais e inclusão. Escrito inicialmente como um processamento emocional, o projeto tomou forma em 2022, quando Laura foi levada para uma instituição especializada. Suely detalha sua experiência desde a gravidez até dois anos atrás, oferecendo uma história de aceitação, amor e realidade, destinada a apoiar outras mães em situações semelhantes.

Serviço

- Laura, Uma Maternidade Especial - Suely Schmidt
- Editora Inverso, 144 páginas

Infantil
Bichos de A a Z

Será que dá para aprender com diversão? Em Bichos de A a Z, o poeta George Gímenes prova que sim! Este livro infantil convida os jovens leitores a uma aventura educativa e cheia de descobertas: as crianças vão se entreter com poemas rimados que as desafiarão a identificar e conhecer 26 animais de acordo com o alfabeto. Ao longo do enredo, um novo bichinho é revelado de forma lúdica entre os desenhos em cores vibrantes assinados por Rodrigo Cordeiro.

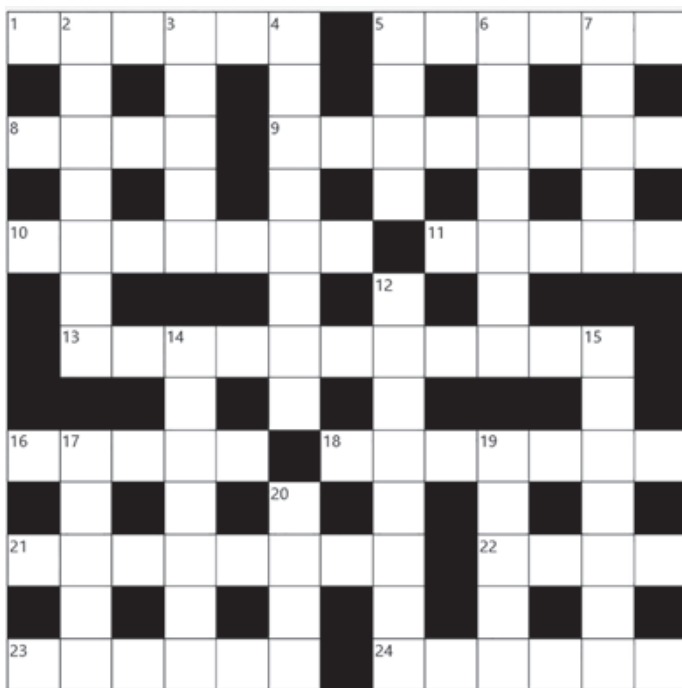
Em cada página da direita, uma parte do animal é mostrada com pistas em versos poéticos para ajudar os pequenos a adivinharem quem ele é. Ao virar a página esquerda, a identidade dele é desvendada por completo em uma ilustração alegre e cheia de detalhes sobre a aparência, habitat, alimentação e comportamentos. O mesmo processo ocorre por todas as letras alfabéticas, enquanto o autor brinca com as palavras para incentivar a aprendizagem sobre bichos diferentes, como iaques, iguanas, mirmecóbios, quatis e saguis. Inspirado por escritores como Mario Quintana e Cecília Meireles, George Gímenes propõe uma experiência interativa e que instiga a criatividade. Ao final da obra, há um espaço para os leitores refletirem sobre os bichinhos que não foram citados no enredo, com uma provocação para escreverem um pequeno poema sobre algum deles.

Serviço:

- Título do livro: Bichos de A a Z • Subtítulo: A diversão de adivinhar é com você!
- Editora: Tudo! Editora • Páginas: 64 • Preço: R\$ 40,90 (físico) | R\$ 7,90 (e-book)
- Onde encontrar: Amazon e Loja Um Livro



ARTE &



Fonte: www.rachacuca.com.br

CRUZADINHAmeon

HORIZONTAIS

1. Regressar, retornar. (6)
5. Gíria profissional. (6)
8. Instrumento musical de sopro feito de madeira. (4)
9. Ato de demitir. (8)
10. Nem um (plural). (7)
11. Nenê (plural). (5)
13. Profissional de rádio (plural). (11)
16. Lanterna de automóveis. (5)
18. Invernos (em inglês). (7)
21. Que está em conformidade com a ortodoxia (feminino). (8)
22. Atrás, detrás. (4)
23. Presente em parques, bosques e florestas. (6)
24. Amarelo (em inglês). (6)

VERTICAIS

2. Levar ao ombro. (7)
3. Dentes (em inglês). (5)
4. Rodas pequenas. (8)
5. Pular (em inglês). (4)
6. Respeito (em inglês). (7)
7. Fio usado em cercas. (5)
12. Militar (em inglês). (8)
14. ____ da Fonseca: Primeiro presidente do Brasil. (7)
15. Relativo a serras. (7)
17. Antônimo de fechar. (5)
19. Resultado da adição. (5)
20. Pugilismo. (4)

Horóscopo Semanal

POR MEU HORÓSCOPO DO DIA

facebook.com/MeuHoroscopoDoDia
Instagram: @meuhoroscopododia/



Será um período de otimismo e desenvolvimento mental. Use seu poder de comunicação para fechar novos contratos e fazer amizades. Acredite em si mesmo e receba as oportunidades que surgirem.



As finanças entrarão em ordem, com fechamento de negócios e pagamentos realizados. Expresse seus sentimentos naturalmente, o que facilitará a solução dos problemas diários, deixando você mais confiante e tranquilo.



Um período de mudanças favoráveis e realizações. O ritmo acelerado permitirá uma limpeza em várias áreas da sua vida. Mantenha-se relaxado e adote uma postura leve para poupar energia.



Você estará provocante e ousado, com interações fluindo e novas oportunidades surgindo em todas as áreas. Reuniões familiares trarão imensa alegria. Confie em seus instintos e viva o presente plenamente.



A vida profissional organizada permitirá mais tempo para si e sua família. O espírito de liderança estará presente no lar. Diálogos amigáveis fortalecerão os laços familiares.



Haverá necessidade de rever e reavaliar detalhes para evitar erros passados. Aprenda com as adversidades a manter a calma e a sabedoria, trazendo soluções definitivas.



A vida amorosa estará divertida e ativa, com oportunidades de romance em festas e locais animados. As amizades serão mais importantes que o amor, expandindo seu círculo social e ajudando na carreira.



Seu poder pessoal e magnetismo estarão fortalecidos. As finanças serão importantes, com apoio de pessoas mais velhas para alcançar suas metas financeiras.



Sua energia estará em alta, assim como sua aparência e magnetismo. Os investimentos e lucros estarão em alta, facilitando a conquista de objetivos financeiros.



Seu charme e estilo pessoal estarão em alta, trazendo mais diversão e prazer à vida. Use esse período para focar nas metas profissionais com uma imagem mental positiva, alcançando seus objetivos.



Você abrirá caminhos com determinação, fazendo as coisas à sua maneira e obtendo bons resultados. As finanças estarão bem, e obras de caridade ganharão importância.



Será uma semana tumultuada com muitas mudanças favoráveis. Reduza o ritmo, descanse e relaxe. A produtividade pessoal será essencial para o avanço na carreira, e você poderá ser cogitado para posições importantes.



*Criando
memórias
juntos.*

