

metrópole magazine



ELEIÇÕES 2026

O BRASIL QUE SAI DAS URNAS

AS ESCOLHAS DE HOJE
E A RESPONSABILIDADE
DE CONSTRUIR OS
PRÓXIMOS ANOS

**OSCAR E BRUNO
CONSTANTINO**
O SÃO JOSÉ, A CIDADE E
OS PLANOS PARA A ÁGUIA

EDUCASHOW
O FUTURO DA
EDUCAÇÃO COMEÇA
NAS ESCOLHAS

FARMA CONDE

PRO[®]
ELETRONIC

ENERGIA, CONEXÃO, ENTRETENIMENTO.

TUDO ISSO AGORA TAMBÉM NA **FARMA CONDE.**

Pilhas, baterias, cabos USB e antenas para TV digital.



Compre também pelo app >



UM TEMPO DE ESCOLHAS

Estamos vivendo um momento ímpar. Há períodos em que as transformações parecem acontecer lentamente, quase sem que percebamos. E há outros em que elas se apresentam diante de nós com tal velocidade que se torna impossível ignorá-las.

A política volta a ocupar o centro das atenções. As eleições se aproximam e, com elas, discussões que vão muito além de nomes, partidos e disputas eleitorais. Escolher quem nos representa significa também decidir quais ideias, prioridades e caminhos queremos para o país.

Nesta edição da *Metrópole Magazine*, olhamos para esse cenário sem perder de vista algo que sempre orientou nosso trabalho: **informação é instrumento de liberdade**. Quanto mais conhecemos, questionamos e compreendemos, melhores são as condições para fazermos nossas próprias escolhas.

Mas as mudanças do nosso tempo não acontecem apenas na política.

A inteligência artificial já está dentro das empresas, dos escritórios e da nossa rotina, realizando em segundos tarefas que até pouco tempo exigiam horas de trabalho. A educação procura preparar jovens para profissões e desafios que se transformam rapidamente. A Justiça enfrenta questões que refletem as mudanças da própria sociedade. E nossas cidades continuam diante da necessidade permanente de crescer, inovar e preservar qualidade de vida.

E, falando de São José dos Campos, nossa entrevista do mês volta os olhos para uma paixão que atravessa gerações: a Águia do Vale. Conversamos com Oscar Constantino sobre o presente e, principalmente, os novos caminhos do São José Esporte Clube. Uma história que também começa a ganhar contornos de continuidade familiar, com a participação de seu filho nos projetos e no futuro do clube. Mais do que futebol, a entrevista revela bastidores, planos e a responsabilidade de conduzir um dos símbolos afetivos da cidade para uma nova fase.

São assuntos aparentemente distintos, mas unidos por uma mesma questão: que sociedade estamos construindo a partir das decisões que tomamos hoje?

Também há espaço para aquilo que torna a vida mais interessante: cultura, cinema, ideias, personagens e diferentes olhares de nossos colunistas. Porque compreender uma época não é apenas acompanhar seus grandes acontecimentos. É observar também como vivemos, trabalhamos, nos relacionamos e pensamos.

A *Metrópole* chega a mais uma edição com esse propósito: olhar para perto sem perder de vista o mundo; trazer informação, provocar reflexão e abrir espaço para diferentes perspectivas.

Boa leitura.

Regina Laranjeira Baumann

Diretora Executiva

Acesse o
QR Code e veja
todas as edições
da *Metrópole*
Magazine



metrópole
magazine

Regina Laranjeira Baumann

Diretora Executiva

Reinaldo Moreira

Editor chefe

Rubens Baracho

Jornalista

Colunistas

Liliane Oliveira, Rodrigo Cardoso,
Luiz Eduardo dos Santos, Alice Goes,
Priscila Alves, Daniella Santucci, Fabi Vieira
Barbara Nogueira Gomes

Sabine Baumann

Departamento Comercial

EDIÇÕES ANTERIORES: www.meon.com.br

Diário da Metrópole LTDA

CNPJ 18.859.803/0001-61

Conlife Center - Av. Salmão, 325

Salas 33 e 34 - Jardim Aquarius

São José dos Campos, SP CEP 12246-260

Pabx (12) 3204-3333

Email: redacao@meon.com.br



A revista *Metrópole Magazine* é um produto
do **Grupo Meon de Comunicação**

Cobertura e distribuição

RMVale
39 cidades





Gilmar Mendes - Ministro do Supremo Tribunal Federal



Sabine L. Baumann - empresária e idealizadora do EducaShow.



“Eu quero ganhar as eleições nas urnas, no voto.”
Flávio Bolsonaro
Senador e candidato à presidência do Brasil



“O que que é importante é que essa canetinha vai ser utilizada para cuidar de graça das pessoas que tenham obesidade, tá?”

Luiz Inácio Lula da Silva
Presidente do Brasil e candidato à presidência do Brasil



Rebeca Andrade - Ginasta



“A beleza é como você se sente por dentro, e isso se reflete nos seus olhos.”
Sophia Loren - Atriz e cantora italiana.

3 ENCONTROS 3 PÚBLICOS 3 PERSPECTIVAS

Um espaço de diálogo, informação e troca de experiências para compreender as Altas Habilidades ou Superdotação (AHSD) e construir caminhos de acolhimento, desenvolvimento e garantia de direitos para crianças, adolescentes e jovens com AHSD.

O POTENCIAL QUE PRECISA DE UM OLHAR ATENTO

CIRCUITO DE PALESTRAS ALTAS HABILIDADES & SUPERDOTAÇÃO

19, 20 E 21 DE OUTUBRO DE 2026

São José dos Campos/SP

19/10 • 19h | MEU FILHO TEM AHSD. E AGORA?

CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Um encontro especialmente dedicado às famílias de crianças, adolescentes e jovens com AHSD, com diálogo sobre acolhimento, desenvolvimento, desafios cotidianos e formas de apoiar o potencial de seus filhos.

Público: famílias de crianças, adolescentes e jovens com AHSD.

20/10 • 19h | CAMINHOS PROCESSUAIS PARA A EFETIVAÇÃO DOS DIREITOS DE ESTUDANTES COM AHSD E O IMPACTO NAS ESCOLAS

REALIZADO PELA COMISSÃO DE DIREITO PROCESSUAL DA 36ª SUBSEÇÃO DA OAB EM SÃO JOSÉ DOS CAMPOS/SP.

Uma conversa sobre os aspectos jurídicos e educacionais relacionados à Política Nacional para Estudantes com Altas Habilidades ou Superdotação, instituída pela Lei nº 15.436/2026, e a discussão de uma política municipal para estudantes com AHSD em São José dos Campos.

Público: gestores públicos, juristas, educadores e especialistas na área.

21/10 • 19h | ENTENDER ESTUDANTES COM AHSD PARA

TRANSFORMAR A ESCOLA - CENTRO DE FORMAÇÃO DO EDUCADOR - CEFE

Um encontro para ampliar a compreensão sobre as Altas Habilidades ou Superdotação (AHSD) e discutir estratégias de acolhimento e práticas adequadas no ambiente escolar, aproximando conhecimentos das áreas de educação e saúde.

Público: professores, educadores e profissionais da área da saúde.

INSCRIÇÕES
GRATUITAS



REALIZAÇÃO:



**Instituto
Alpha
Lumen**
APOIO AO TALENTO



APOIO INSTITUCIONAL:

INV02
INTEGRANDO VOZES PARA O FUTURO



O ESTÁDIO VOLTA A SER DA CIDADE

Oscar Constantino, proprietário da SAF do Esporte Clube São José, e **Bruno Constantino**, CEO do Grupo Oscar e investidor do projeto, falam sobre a reconstrução da Águia, a volta das famílias ao Martins Pereira e a aproximação do clube com empresas e parceiros da região.

POR REDAÇÃO

O São José Esporte Clube ocupa um lugar que vai além da tabela de classificação. A Águia do Vale atravessa gerações, carrega o nome da cidade e transforma o Martins Pereira em ponto de encontro de torcedores, famílias, empresas e instituições. Depois de anos marcados por dificuldades financeiras, mudanças de gestão e distanciamento do público, o clube entrou em uma nova fase com a criação da Sociedade Anônima do Futebol.

À frente desse projeto estão Oscar Constantino e Bruno Constantino. Oscar assumiu a propriedade da SAF e a responsabilidade pelas decisões estratégicas e pelos investimentos. Bruno, CEO do Grupo Oscar, Diretor e investidor do São José Esporte Clube - SAF, atua na conexão entre o clube, o empresariado e a comunidade. Os dois representam frentes complementares de um mesmo trabalho: reorganizar o futebol, ampliar receitas, recuperar a confiança da torcida e tornar o estádio ativo durante todo o ano.

Nesta entrevista à **Metrópole Magazine**, pai e filho explicam o que encontraram no São José, como a SAF funciona, o papel do Águia Connect, as melhorias no Martins Pereira e o que ainda precisa ser construído para que o clube cresça com continuidade.



Foto: Divulgação

BRUNO CONSTANTINO
CEO do Grupo Oscar e Diretor
do São José Esporte Clube - SAF



Foto: Divulgação

OSCAR CONSTANTINO
Presidente do Conselho do
São José Esporte Clube - SAF

Um clube que representa a cidade

Antes de falar de gestão e futebol, o que o São José representa para o senhor?

Oscar Constantino: O São José representa a própria cidade. É um clube presente na memória de muitas famílias e capaz de reunir pessoas de idades e histórias diferentes em torno de um sentimento comum. Quando a equipe entra em campo, leva o nome de São José dos Campos. Isso cria uma responsabilidade que vai muito além do resultado de uma partida. Foi também o que me levou a aceitar esse desafio. Eu enxerguei a oportunidade de participar da recuperação de um patrimônio da cidade, devolver força ao clube e criar bases para um futuro mais organizado e sustentável.

Bruno, o que o levou a participar do projeto como investidor da SAF?

Bruno Constantino: O ponto central foi perceber que o São José pode conectar muita gente. O futebol é a porta de entrada, mas o clube se relaciona com a cidade, com as marcas, com o empresariado e com a comunidade. Minha participação está ligada a essa construção. Quero ajudar a aproximar essas partes, mostrar o projeto com transparência e criar relações que fortaleçam o São José no longo prazo. Quando uma empresa se aproxima, ela não encontra somente uma placa de publicidade. Ela passa a fazer parte de uma rede vinculada a uma paixão da cidade.

A reconstrução da Águia

Que realidade o senhor encontrou ao assumir o projeto?

Oscar Constantino: Encontramos um clube tradicional, com uma torcida afetivamente ligada à sua história, mas marcado por altos e baixos de gestão e por dificuldades financeiras. Durante esse período, muita gente se afastou, e uma geração mais jovem cresceu sem a mesma ligação com o time. O desafio não era apenas esportivo. Precisávamos reorganizar o futebol, enfrentar problemas acumulados, cumprir compromissos e reconstruir a confiança da cidade. Esse trabalho exige tempo, investimento e continuidade.

Onde o senhor vê sua principal contribuição nessa nova fase?

Bruno Constantino: Minha contribuição está principalmente na integração do projeto com quem está ao redor do clube. O São José precisa conversar com seus patrocinadores, apoiadores, empresários, torcedores e instituições de maneira permanente. Essa relação não pode acontecer apenas quando precisamos de um patrocínio ou quando há um jogo decisivo. Ela precisa ser cultivada, com prestação de informações, apresentação dos projetos e espaço para que os parceiros também se conheçam e façam negócios.

Para quem não acompanha a administração do futebol, o que mudou com a SAF?

Oscar Constantino: SAF é a sigla para Sociedade Anônima do Futebol. Na prática, é uma empresa criada especificamente para administrar a atividade futebolística. No caso do São José, ela separa a gestão profissional do futebol da antiga estrutura associativa. A SAF cuida do elenco, da comissão técnica, do planejamento esportivo e da geração de receitas do futebol. Ela também assume responsabilidades, precisa cumprir regras e participa do pagamento do passivo. As dívidas não desaparecem com a mudança de modelo.

Resultados e continuidade

Quando o projeto começou e o que os primeiros resultados representaram?

Oscar Constantino: O ano de 2022 foi dedicado a estudos e negociações. A formalização ocorreu no fim daquele ano, e 2023 marcou a primeira temporada completa da SAF. Logo na estreia, o São José foi vice-campeão da Série A3 do Campeonato Paulista, conquistou o acesso à Série A2 e também chegou ao vice-campeonato da Copa Paulista, garantindo vaga na Série D de 2024. Esses resultados deram confiança e mostraram capacidade de competir, mas um clube não pode ser medido por uma temporada. Precisamos manter organização, honrar compromissos, formar uma base sólida e gerar receitas que permitam competir com continuidade.

Por que o resultado dentro de campo não pode ser a única medida do projeto?

Bruno Constantino: O jogo e o resultado são muito importantes. Todos trabalham para que o São José vença e avance. Mas existe muito além dos noventa minutos. Há a formação de atletas, a categoria de base, a experiência do torcedor, a relação com patrocinadores e o uso do estádio. Um projeto sustentável precisa cuidar de todas essas frentes. O desempenho esportivo dá visibilidade e mobiliza a torcida; a organização fora de campo cria condições para que esse desempenho não seja apenas ocasional.

Como a torcida e as famílias entram nessa reconstrução?

Oscar Constantino: Queremos recuperar o vínculo entre o clube e a cidade. Existe uma geração que viveu intensamente o São José, especialmente na década de 1980, e que começa a voltar ao estádio com filhos e netos. Ao mesmo tempo, precisamos conquistar quem tem 20 ou 30 anos e cresceu mais distante do time. Nos jogos à tarde, vemos muitas crianças, mulheres e famílias nas arquibancadas. Mantemos a escolinha oficial, abrimos espaço para festas infantis e criamos experiências no campo. A criança forma uma lembrança; os pais reencontram o clube; a cidade se aproxima. Na final de 2023, tivemos perto de 11 mil torcedores no Martins Pereira, mesmo com restrições de segurança para a venda total de ingressos. A resposta da cidade existe.



Foto: Divulgação

Empresas conectadas ao clube

Qual é o objetivo do Águia Connect?

Bruno Constantino: O Águia Connect foi criado para reunir patrocinadores, apoiadores, parceiros, empresários e outros setores importantes para o projeto. É um encontro de relacionamento e conexão entre as pessoas que estão no entorno do clube. Atualizamos o que está sendo feito, apresentamos os projetos em andamento e aproximamos empresas de diferentes áreas. Além do vínculo com o São José, essa rede pode gerar negócios entre os próprios participantes.

Na prática, como essa rede fortalece o São José?

Oscar Constantino: Ela amplia o envolvimento do empresariado com o projeto. Quando os parceiros entendem o que está sendo construído e conhecem as necessidades do clube, surgem possibilidades de colaboração que vão além do patrocínio convencional. Uma empresa pode apoiar uma melhoria, contribuir com a base, usar os espaços do estádio ou criar uma ação para a torcida. Ao mesmo tempo, encontra outras marcas da região e passa a fazer parte de um ambiente de relacionamento. O clube fica mais forte quando essa rede cresce e permanece ativa.

O que uma marca encontra ao se aproximar da Águia?

Bruno Constantino: Encontra um clube com identidade local muito forte e acesso a públicos diferentes: torcedores, famílias, jovens, empresários e a comunidade. A exposição durante os jogos é relevante, mas não é a única entrega. O parceiro pode participar de eventos, criar experiências, desenvolver ações no estádio e se conectar com outras empresas. O valor está na continuidade dessa relação. A marca deixa de aparecer somente na partida e passa a participar da vida do clube e da cidade.

O Martins Pereira além dos jogos

Qual é a relação entre a SAF e a administração do estádio?

Oscar Constantino São estruturas distintas. A SAF cuida do futebol. O estádio é administrado pela Gros Participações Ltda., que venceu o processo de concessão e recebeu as chaves em 1º de novembro de 2023. A concessão foi estabelecida por 25 anos, com possibilidade de prorrogação por mais dez. Essa empresa responde pela operação e pela exploração dos espaços do Martins Pereira. As duas frentes se encontram porque um estádio bem administrado melhora a experiência do torcedor, oferece estrutura ao futebol e cria novas fontes de receita.

Por que transformar o Martins Pereira em um espaço multiuso?

Bruno Constantino Um estádio não pode gerar vida e receita somente em dia de jogo. O Martins Pereira tem localização conhecida, estacionamento, camarotes, áreas para eventos e uma vista privilegiada. Já recebeu festas, feiras, encontros empresariais e outras atividades. Queremos ampliar esse uso com restaurante, coworking, serviços de fisioterapia e uma agenda permanente de eventos. Quando o portão fica aberto para atividades diferentes, o estádio volta a fazer parte da rotina da cidade.

O Água Connect também ajuda a mostrar esse novo papel do estádio?

Bruno Constantino Sim. Realizar um encontro empresarial dentro do Martins Pereira permite que os convidados conheçam o espaço, vejam as melhorias e percebam possibilidades que não aparecem em um dia comum de partida. O estádio continua tendo o futebol como atividade principal, mas pode receber encontros, ações de marcas e eventos ao longo do ano. Isso aproxima o projeto do setor produtivo local e mostra que o Martins Pereira pode ser também um ambiente de relacionamento e geração de oportunidades.

Estrutura memória e futuro

Que melhorias já foram realizadas e quais oportunidades estão no horizonte?

Oscar Constantino Há um cuidado diário com o gramado natural. Fizemos a pintura das arquibancadas, com apoio da Gigavale e da Nova Tintas, e melhorias nos vestiários. Também foram instalados 48 refletores de LED específicos para jogos e eventos, 32 câmeras de segurança e um placar eletrônico. O Martins Pereira está aprovado para ser um dos centros de treinamento da Copa do Mundo Feminina de 2027. Representantes da FIFA têm realizado visitas periódicas, com avaliação positiva do gramado, dos vestiários, da infraestrutura e da localização. São José tem acesso facilitado à capital, rede hoteleira e aeroporto, vantagens importantes para receber uma seleção.

Sustentabilidade e memória também fazem parte do projeto?

Oscar Constantino Fazem. O estádio já possui placas fotovoltaicas e avança no conceito Lixo Zero, com ações internas e participação dos torcedores. A ambição é buscar a certificação de primeiro Estádio Lixo Zero do Estado de São Paulo, com a consultoria e o apoio do Instituto Lixo Zero de São José dos Campos. A memória também precisa voltar a ocupar seu espaço. Muitas pessoas perguntam pelo Museu do Futebol e guardam histórias do antigo estádio, dos grandes jogos e dos domingos cheios. Recuperar esse acervo seria valioso para os torcedores e para visitas escolares. É um projeto que depende de articulação, mas merece ser levado adiante.

Que São José vocês querem entregar à cidade nos próximos anos?

Bruno Constantino Queremos um clube organizado, competitivo e cada vez mais conectado à cidade. Isso também significa ter uma torcida rejuvenescida, categorias de base valorizadas, parceiros participando do projeto e um estádio vivo durante o ano inteiro. O crescimento precisa acontecer com responsabilidade e relações duradouras. O São José tem uma história muito maior do que qualquer gestão. Nosso papel é fortalecer essa história, criar condições para o futuro e fazer com que mais pessoas se reconheçam na Água.

ENTREVISTA

/// capa&

A eleição mais importante dos últimos 50 anos

O Brasil chega às urnas diante de uma questão que atravessa a disputa por cargos: como renovar a confiança nas instituições e assegurar que o poder público responda à sociedade.

POR REDAÇÃO

Em poucos segundos, o eleitor registra sua escolha. As consequências desse voto atravessam governos e alcançam gerações. Ao escolher seus representantes, o brasileiro participa da distribuição de poder: quem decide, quem fiscaliza e quais prioridades receberão recursos.

Em 2026, essas escolhas merecem ser examinadas à luz de uma pergunta exigente: estamos diante da eleição mais importante dos últimos 50 anos?

A Metrópole propõe essa leitura como uma tese editorial. Ela reúne três preocupações: **a responsabilidade dos eleitos, a confiança nas instituições e a qualidade da informação que orienta o voto.** A comparação com o passado ajuda a dimensionar o desafio, mas não estabelece uma classificação objetiva entre eleições.

O recorte começa em 1976, ainda sob a ditadura militar. Desde então, o Brasil atravessou a redemocratização, recuperou o voto direto para presidente e viveu eleições que modificaram sua trajetória. Avaliar a importância de 2026 exige reconhecer o significado dessas conquistas.

O peso de uma eleição pode ser examinado pelas transformações que permite e pelo tempo durante o qual seus efeitos permanecem. Quais problemas os próximos governantes terão condições de enfrentar? Que compromissos assumem com os limites de seus poderes? Como poderão ser cobrados depois da posse?



Foto: Divulgação

O poder que o eleitor distribui

A campanha presidencial concentra atenções, mas o poder que sairá das urnas será compartilhado. A capacidade de um governo realizar suas propostas depende das relações com o Legislativo, das condições econômicas, da administração pública e do cumprimento da Constituição.

Por isso, compreender uma eleição exige acompanhar também quem fará as leis, discutirá o orçamento e

fiscalizará o Executivo. A escolha de representantes precisa levar em conta tanto as propostas anunciadas quanto a disposição de prestar contas sobre decisões, alianças e prioridades.

O mesmo cuidado vale para a promessa de resolver problemas complexos com gestos individuais. Segurança, educação, saúde e desenvolvimento exigem continuidade, coordenação e capacidade de execução. O discurso pode caber em um vídeo curto; sua realização será submetida a restrições, negociações e escolhas que precisam ser explicitadas ao eleitor.

A confiança também está em disputa

Instituições dependem de regras, mas sua autoridade pública também se constrói na experiência cotidiana. Ela é fortalecida quando o cidadão encontra coerência entre o que se exige dele e o comportamento de quem exerce poder. É enfraquecida quando explicações não esclarecem, suspeitas permanecem sem resposta ou responsabilidades parecem mudar conforme o nome envolvido.

A preservação dessa confiança exige fiscalização, transparência e procedimentos capazes de apurar irregularidades sem privilégios e sem condenações antecipadas. O eleitor tem o direito de perguntar como cada candidato pretende contribuir para esse funcionamento.

Cinco décadas de escolhas

Em 1976, o brasileiro não podia escolher diretamente o presidente da República. A ampliação da participação política passou por mobilizações populares, reorganização partidária e mudanças nas instituições. Em 1982, foram retomadas as eleições diretas para governador. Quatro anos depois, o eleitorado escolheu deputados e senadores que, ao lado de senadores eleitos em 1982, integrariam a Assembleia Nacional Constituinte instalada em 1987. Desse processo nasceu a Constituição promulgada em 5 de outubro de 1988.

Em 1989, depois de 29 anos sem eleição presidencial direta, o eleitor voltou a escolher o presidente. A recuperação desse direito constitui um marco próprio na história da democracia brasileira.

Em 1994, o real entrou em circulação em 1º de julho, meses antes da eleição presidencial, e o combate à inflação marcou o debate daquele período. Em 2002, a vitória de Luiz Inácio Lula da Silva levou o PT pela primeira vez à Presidência. São momentos distintos, que ajudam a compreender como uma escolha eleitoral se relaciona com as mudanças vividas pelo país.

Esses episódios impõem um cuidado à análise de 2026: a urgência do presente não diminui a importância das escolhas anteriores. O retorno do voto direto e a elaboração de uma nova Constituição tiveram consequências que permanecem. A tese desta edição é uma avaliação sobre as responsabilidades do momento atual, aberta à discussão.



A campanha presidencial concentra atenções, mas o poder que sairá das urnas será compartilhado. A capacidade de um governo realizar suas propostas depende das relações com o Legislativo, das condições econômicas, da administração pública e do cumprimento da Constituição.

A Presidência e os limites da promessa

A escolha presidencial reúne expectativas que nenhum governante consegue atender sozinho. Ao candidato se pede crescimento econômico, segurança, serviços públicos melhores e respostas rápidas a problemas acumulados durante décadas.

O presidente dispõe de instrumentos relevantes para estabelecer prioridades e conduzir a administração federal. Sua atuação, porém, depende de orçamento, capacidade de gestão, apoio parlamentar e articulação com estados e municípios. Examinar uma candidatura exige compreender como ela pretende trabalhar dentro dessas condições.

Uma proposta para a educação, por exemplo, precisa explicar responsabilidades, financiamento e execução. Uma promessa de segurança deve esclarecer a participação dos diferentes níveis de governo. Um compromisso de reduzir despesas precisa indicar quais gastos serão revistos e quais efeitos se esperam dessa escolha.

É nesse ponto que a campanha deve ser cobrada por precisão. Qual é a medida? Quanto custa? Como será financiada? Depende de aprovação do Congresso? Em quanto tempo poderá produzir resultados? Quem acompanhará sua execução?

Essas perguntas ajudam a distinguir um projeto de governo de uma declaração de intenções. Também oferecem critérios para avaliar candidatos sem transformar afinidade política em confiança irrestrita.



Foto: Tom Miron/Agência Senado

Oito anos de consequências

Em 2026, estarão em disputa 54 das 81 cadeiras do Senado: duas em cada estado e no Distrito Federal. Os eleitos terão mandato de oito anos, de 2027 a 2035, atravessando dois mandatos presidenciais. O outro terço das cadeiras será disputado em 2030, de modo que a composição da Casa poderá mudar durante esse período.

O alcance dessas escolhas vai além da elaboração de leis. Cabe ao Senado aprovar ou rejeitar as indicações do presidente da República para o Supremo Tribunal Federal. A Constituição também atribui à Casa o processamento e o julgamento de ministros do STF por crimes de responsabilidade. São competências distintas, sujeitas às regras constitucionais e aos procedimentos aplicáveis.

Essas atribuições exigem independência e responsabilidade. Fiscalizar pressupõe examinar fatos e respeitar garantias. O critério precisa permane-

cer consistente quando mudam os nomes ou os grupos políticos envolvidos.

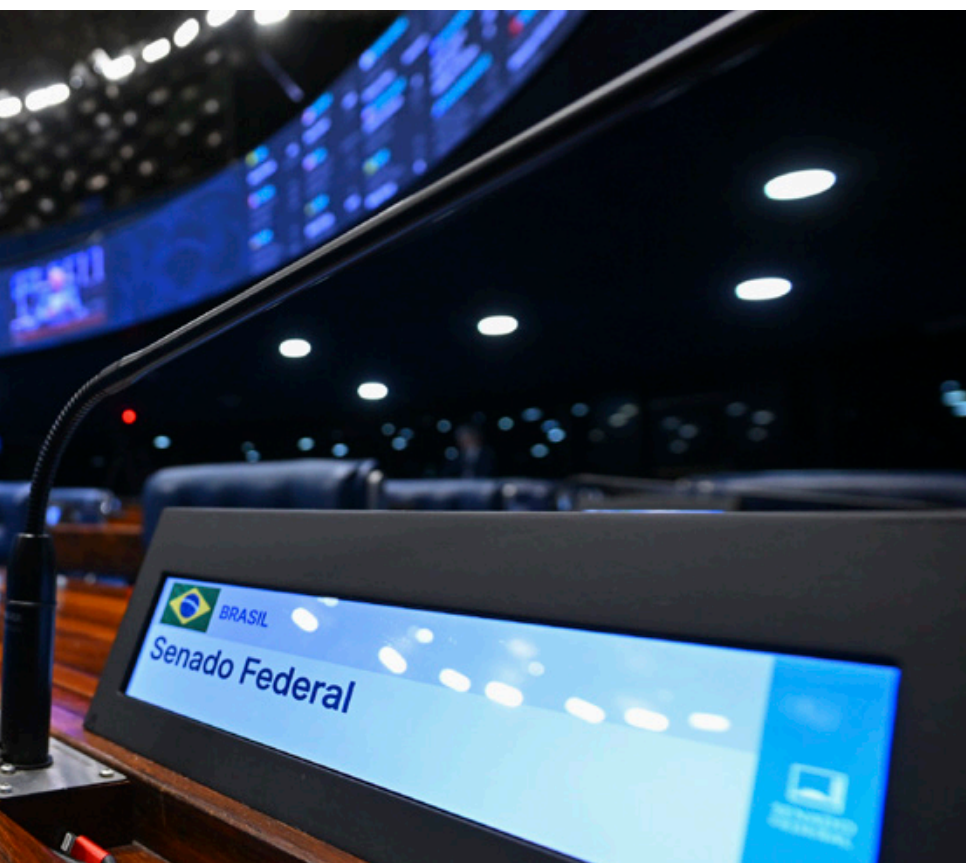
Por isso, a avaliação de um candidato ao Senado deve ir além de sua proximidade com um presidencial. É necessário conhecer sua trajetória, seus compromissos e a maneira como compreende o exercício dessas atribuições. A disposição de fiscalizar precisa vir acompanhada de respeito aos procedimentos e de fundamentação para as decisões.

Na Câmara, serão escolhidos os 513 deputados federais. Eles participarão da produção das leis, da discussão e votação do orçamento e da fiscalização do Executivo. A composição partidária e as alianças influenciarão o caminho das propostas apresentadas durante a campanha.

O resultado presidencial, portanto, contará apenas parte da história. A capacidade de governar e a qualidade da fiscalização dependerão também dos votos destinados ao Legislativo.



Foto: Dida Sampaio



O eleitor diante de uma realidade fabricada

A qualidade da escolha depende das informações que chegam ao eleitor. Uma declaração fora de contexto, uma imagem antiga apresentada como recente ou uma montagem podem alterar a percepção sobre um candidato antes que haja oportunidade de conferir sua origem.

Ferramentas de inteligência artificial permitem criar ou alterar imagens, vozes e vídeos, inclusive para simular situações que não aconteceram. A possibilidade de manipulação exige cuidado também com a reação inversa: atribuir à IA todo registro inconveniente, sem apresentar evidências. Reconhecer o que merece confiança demanda mais do que observar se uma imagem parece verdadeira. É necessário procurar a publicação original, verificar a data, identificar quem divulgou o material e buscar confirmação independente. Em assuntos de grande repercussão, a pressa para compartilhar pode anteceder justamente a informação que permitiria compreender o episódio.

Candidatos, equipes de campanha, plataformas e veículos de comunicação têm responsabilidades nesse ambiente. Quem utiliza uma informação para pedir votos deve estar disposto a explicar sua origem e corrigir erros. Para o cidadão, conferir antes de compartilhar é uma forma de participar com responsabilidade.

Vale redobrar esse cuidado diante da mensagem que confirma perfeitamente uma convicção pessoal. A satisfação de encontrar um argumento contra o adversário não dispensa a verificação de sua autenticidade e de seu contexto.

O cuidado vale igualmente para pesquisas eleitorais. Período de coleta, instituto responsável, população pesquisada, tamanho e desenho da amostra, margem de erro e nível de confiança ajudam a interpretar os resultados. O registro e a metodologia podem ser consultados no sistema PesqEle, da Justiça Eleitoral. Uma estimativa de intenção de voto descreve o período pesquisado; não garante o resultado das urnas.

A confiança e o exercício do poder

A relação entre os Poderes ganha uma dimensão concreta quando chega à vida de quem depende de uma decisão pública. Para o cidadão que espera atendimento, busca uma vaga na escola ou acompanha um processo judicial, a qualidade das instituições se revela no cumprimento de suas responsabilidades.

Uma candidatura que promete recuperar a credibilidade do Estado precisa apresentar medidas que possam ser examinadas: transparência nos gastos, critérios para nomeações e condições para uma fiscalização independente. Também deve explicar a quais controles aceitará se submeter.

A indignação tem força para mobilizar. Transformá-la em melhoria institucional exige trabalho menos vistoso: elaborar propostas, negociar publicamente, acompanhar resultados e corrigir decisões. O eleitor precisa conhecer a capacidade dos candidatos para essa tarefa.

Também importa observar como cada

um reage quando a cobrança alcança seu próprio grupo. Defender investigação para adversários e silêncio para aliados enfraquece qualquer discurso de integridade. A coerência aparece quando o padrão de exigência permanece, mesmo diante de um custo político.

No debate sobre o Judiciário, essa responsabilidade é especialmente importante. Críticas a decisões, condutas e mecanismos de controle fazem parte da vida democrática. Precisam ser sustentadas por fatos e distinguir suspeita, investigação e responsabilização. A gravidade de uma acusação aumenta a necessidade de apurá-la com rigor.

A relação entre os Poderes ganha uma dimensão concreta quando chega à vida de quem depende de uma decisão pública.

A política que chega ao orçamento da família

Os grandes conflitos de Brasília dividem espaço com preocupações imediatas. O eleitor precisa pagar contas, organizar o trabalho e encontrar serviços que funcionem. É nessa experiência que promessas de desenvolvimento, eficiência e justiça social serão testadas.

Uma discussão sobre economia ganha precisão quando explica seus efeitos sobre renda, emprego, preços e capacidade de investimento. Uma proposta para a saúde precisa mostrar como pretende melhorar o atendimento e quais responsabilidades cabem a cada esfera de governo. Na educação, é necessário discutir aprendizagem, condições de trabalho dos professores e continuidade das políticas.

A cobrança começa pela correspondência entre a promessa e o cargo. O candidato deve esclarecer o que poderá executar diretamente, o que depende de outras instituições e o que exigirá mudança na legislação. Essa distinção oferece ao eleitor uma medida mais realista do compromisso assumido.

Também é preciso olhar para o financiamento. Novas despesas, reduções de tributos e investimentos exigem escolhas. Uma proposta responsável apresenta prioridades e reconhece os efeitos de suas decisões. A ausência dessa explicação transfere para depois da eleição uma parte essencial do debate.

O mesmo raciocínio se aplica às metas. Compromissos vagos dificultam a cobrança; objetivos definidos permitem acompanhar o trabalho. O cidadão precisa saber qual problema será enfrentado, por quais meios e como poderá verificar os resultados.



Imagem criada por IA

A responsabilidade de quem recebe o poder

A trajetória de um candidato oferece elementos para avaliar sua conduta, embora não elimine a necessidade de examinar suas propostas atuais. Importam as decisões tomadas, as explicações oferecidas e a maneira como respondeu a erros e questionamentos.

Para quem já exerceu mandato, a prestação de contas deve permitir confrontar compromissos e resultados. Para quem busca o primeiro cargo, vale investigar experiência, equipe, conhecimento das atribuições e capacidade de formular propostas viáveis.

As alianças também precisam ser compreendidas. Governar exige articulação, e o eleitor tem o direito de conhecer os compromissos políticos que sustentam uma candidatura. Apoios podem influenciar prioridades, nomeações e negociações futuras.

O voto concede autoridade por um período determinado. Não elimina a obrigação de explicar decisões, responder à fiscalização e respeitar direitos. A vitória eleitoral legitima o exercício de um mandato dentro das regras que o tornam possível.

O que fará de 2026 uma eleição histórica

A relevância de 2026 está nas escolhas que seus resultados permitirão: a condução do governo, a formação das maiorias parlamentares e o exercício dos controles sobre o poder. A renovação de dois terços do Senado dá a parte dessas decisões um horizonte de oito anos. Esse alcance merece atenção, embora também esteja presente em outros ciclos eleitorais com a mesma renovação.

O resultado dependerá das pessoas escolhidas, dos compromissos que assumirem e da capacidade da sociedade de acompanhá-las. A renovação dos cargos precisa ser seguida de cobrança por resultados, transparência e coerência.

Por isso, a participação não termina com a confirmação do voto. Ela prossegue no acompanhamento das decisões, na cobrança por transparência, na atenção ao orçamento e na disposição de rever o apoio quando a conduta do representante contrariar o compromisso assumido.

O eleitor não precisa conceder confiança incondicional a quem escolheu. Pode

reconhecer acertos, questionar decisões e exigir explicações. Essa autonomia dá sentido à representação.

É nesse sentido que a Metrópole chama atenção para a importância desta eleição: como uma convocação à responsabilidade diante do poder que será distribuído. A comparação dos cinquenta anos expressa uma posição editorial. Os fatos apresentados permitem ao leitor examiná-la e formar seu próprio julgamento.

A geração que precisa participar das decisões

Os jovens têm uma longa trajetória pela frente sob os efeitos das decisões tomadas agora. Educação, trabalho, moradia e meio ambiente fazem parte desse horizonte. Sua presença nas decisões políticas precisa ser ampliada e valorizada.

Em 1992, os caras-pintadas tornaram-se um símbolo da mobilização pelo afastamento de Fernando Collor de Mello. Estudantes foram às ruas e integraram a pressão social que acompanhou as investigações e o processo de impeachment. A atuação dos jovens fez parte de

um movimento mais amplo, com participação de entidades da sociedade e das instituições responsáveis pelo processo.

Essa lembrança oferece uma referência, sem exigir que a geração atual repita os gestos da anterior. A participação pode ocorrer nos movimentos estudantis, nas organizações comunitárias, nos partidos, nas iniciativas digitais e na fiscalização cotidiana do poder. Comparar o engajamento de diferentes épocas exige considerar essas formas de atuação.

A projeção de jovens lideranças importa. É necessário abrir espaço também para quem enfrenta jornadas de trabalho, dificuldades de acesso à educação e poucas oportunidades de ser ouvido. Partidos, escolas, universidades e organizações da sociedade têm responsabilidade nessa abertura. Convidar o jovem a participar exige disposição para escutar suas demandas e compartilhar decisões.

Para quem está começando a acompanhar a política, o primeiro passo pode ser conhecer as atribuições dos cargos, comparar propostas e examinar a trajetória dos candidatos. Depois do voto, vêm a cobrança, o acompanhamento e a liberdade de questionar inclusive aqueles que receberam seu apoio.

A indignação pode iniciar esse percurso. Para produzir resultados, precisa encontrar informação confiável, organização e continuidade. Democracia também se aprende no debate, na convivência com a divergência e na construção de soluções coletivas.

Em 2026, o chamado aos jovens é para que ocupem esse espaço com autonomia e responsabilidade. A experiência das gerações anteriores mostra que a participação pode alterar os rumos do país. Cabe à geração atual escolher suas causas, construir suas formas de atuação e fazer sua voz chegar às decisões.

O futuro sobre o qual tanto se fala já está sendo discutido, financiado e votado. Os jovens precisam participar de sua construção desde agora. ■



/// eleições&

Eleições 2026: o que está nas mãos de cada representante

Conhecer as atribuições dos cargos em disputa permite avaliar propostas, reconhecer os limites de cada mandato e cobrar resultados.

POR REDAÇÃO

Em 4 de outubro, os brasileiros escolherão o presidente da República, os governadores, os senadores e os deputados federais, estaduais e distritais. Dessa decisão sairá a composição dos Poderes Executivo e Legislativo nas esferas federal e estadual e no Distrito Federal.

Cada cargo reúne competências próprias. Compreendê-las é fundamental para distinguir promessas viáveis de compromissos que escapam à autoridade de quem os anuncia — e para exercer, depois das urnas, a vigilância que a democracia exige.

Presidente da República

O presidente exerce a chefia do Estado brasileiro e do governo federal. Nessa dupla condição, representa o país nas relações internacionais e dirige a administração da União, estabelecendo prioridades e conduzindo políticas públicas.

Cabe a ele nomear ministros, exercer o comando supremo das Forças Armadas, apresentar projetos de lei e sancionar ou vetar propostas aprovadas pelo Congresso Nacional. Sua atuação abrange áreas como economia, saúde, educação e infraestrutura, respeitadas as competências dos demais entes da Federação.

A Presidência, contudo, atua dentro de limites constitucionais. A aprovação de leis e do Orçamento da União depende do Congresso, ao qual também compete fiscalizar o Executivo. Governar pressupõe, portanto, capacidade administrativa, negociação política e respeito à autonomia dos demais Poderes.





Governador

O governador dirige o Poder Executivo de seu estado; no Distrito Federal, exerce a chefia do governo distrital. Sua responsabilidade é transformar as prioridades da gestão em políticas e serviços públicos, dentro das competências e dos recursos disponíveis.

Nos estados, essa atuação compreende a segurança pública, a rede estadual de ensino, serviços de saúde e a infraestrutura sob sua responsabilidade, como as rodovias estaduais. O governador também administra o orçamento, apresenta projetos de lei e sanciona ou veta propostas aprovadas pelo Legislativo.

No Distrito Federal, há uma particularidade: o governo reúne atribuições estaduais e municipais, e sua interlocução legislativa ocorre com a Câmara Legislativa.

Senador

O Senado assegura a representação dos estados e do Distrito Federal no Congresso Nacional. Cada unidade da Federação tem três senadores, independentemente do tamanho de sua população.

Em 2026, estarão em disputa 54 das 81 cadeiras da Casa: serão eleitos dois senadores por estado e pelo Distrito Federal, para mandatos de oito anos. Cada candidatura inclui dois suplentes. A eleição segue o sistema majoritário: vencem os dois candidatos mais votados em cada unidade da Federação.

Além de deliberar sobre leis, participar das decisões orçamentárias e fiscalizar o Executivo federal, o Senado exerce competências exclusivas. Entre elas estão a aprovação de determinadas autoridades indicadas pelo presidente e o julgamento de autoridades por crimes de responsabilidade, nas hipóteses previstas na Constituição.

Deputado federal

Os deputados federais representam a população na Câmara dos Deputados. Participam da elaboração das leis, fiscalizam o governo federal e deliberam sobre a arrecadação e a aplicação dos recursos da União.

Sua atuação inclui discutir o Orçamento e apresentar emendas que destinem verbas a políticas, serviços e projetos, observadas as regras legais. O mandato exige tanto atenção às demandas dos eleitores quanto responsabilidade pelas decisões de alcance nacional.

Serão preenchidas 513 cadeiras, pelo sistema proporcional. Nesse modelo, a distribuição das vagas considera os votos recebidos pelos partidos e pelas federações, além da votação individual dos candidatos, conforme os critérios da legislação eleitoral.

Deputado estadual ou distrital

O deputado estadual atua na Assembleia Legislativa, onde propõe, debate e vota leis sobre matérias de competência do estado. Também fiscaliza a administração estadual, examina o orçamento e acompanha a aplicação do dinheiro público.

Essa fiscalização pode envolver pedidos de informação, debates em comissões e investigações por meio de Comissões Parlamentares de Inquérito, respeitados os requisitos legais.

Em São Paulo, os eleitores escolherão 94 deputados estaduais para a Assembleia Legislativa.

No conjunto do país, serão preenchidas 1.035 cadeiras nas Assembleias estaduais, além de 24 na Câmara Legislativa do Distrito Federal. Os deputados distritais exercem competências legislativas estaduais e municipais. A eleição para ambos os cargos é proporcional.

Na urna, seis escolhas

No primeiro turno, em 4 de outubro, a votação seguirá esta ordem:

- 1. Deputado federal;**
- 2. Deputado estadual ou distrital;**
- 3. Senador — primeira vaga;**
- 4. Senador — segunda vaga;**
- 5. Governador;**
- 6. Presidente da República.**

Os vices integram as chapas de presidente e governador e são eleitos com seus titulares, sem votação separada.

Para a Presidência e os governos estaduais e distrital, a vitória no primeiro turno exige mais da metade dos votos válidos, excluídos os brancos e os nulos. Onde essa maioria não for alcançada, os dois candidatos mais votados disputarão o segundo turno, em 25 de outubro. Não há segundo turno para senadores ou deputados.

Escolher também é saber cobrar

O Executivo administra e executa políticas públicas. O Legislativo elabora leis, fiscaliza a administração e participa das decisões sobre o orçamento. A qualidade do governo depende do exercício responsável dessas atribuições e da relação entre os Poderes.

Por isso, a atenção dedicada à escolha do presidente e do governador deve alcançar também os representantes do Parlamento. A composição do Congresso, das Assembleias e da Câmara Legislativa do Distrito Federal influencia o destino dos recursos públicos, a consistência das leis e o rigor da fiscalização.

O voto consciente começa pelo conhecimento de quem se pretende eleger — e das responsabilidades que será legítimo cobrar.

STF: a credibilidade em julgamento

O avanço da desconfiança e as controvérsias envolvendo o Judiciário impõem uma exigência republicana: demonstrar que a autoridade para julgar convive com o dever de prestar contas.

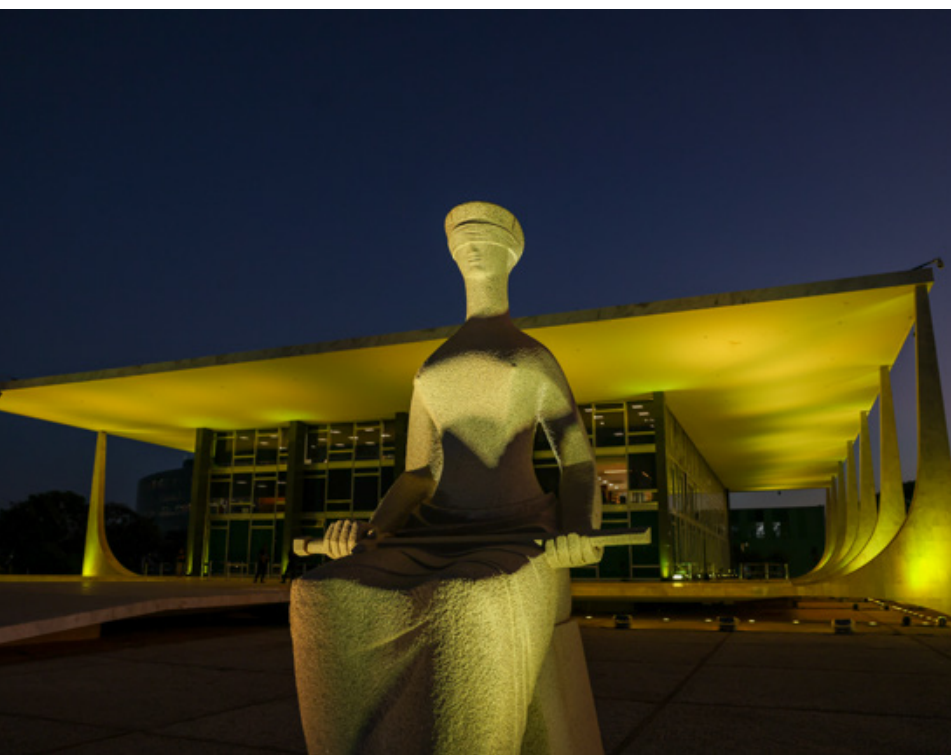


Foto: Gustavo Moreno/STF

POR REDAÇÃO

A Constituição confere autoridade a um tribunal. A confiança da sociedade, porém, exige uma construção permanente: decisões fundamentadas, procedimentos coerentes e condutas compatíveis com a responsabilidade de julgar. Quando essa confiança se enfraquece, a instituição conserva suas competências, mas encontra maior dificuldade para convencer o cidadão de que as exerce com imparcialidade.

O Supremo Tribunal Federal atravessa um momento delicado dessa relação. Pesquisa Datafolha divulgada em 18 de setembro de 2026 mostrou que 48% dos entrevistados afirmavam não confiar na Corte, o maior percentual da série iniciada em 2012. Em março, eram 43%. Outros 14% declararam confiar muito no tribunal, e 35%, um pouco.

Encomendado pela Folha de S.Paulo e pela TV Globo, o levantamento ouviu

2.001 pessoas em 125 municípios, entre 15 e 17 de setembro. A margem de erro é de dois pontos percentuais.

A pesquisa registra uma percepção pública. Não comprova irregularidades, não permite avaliar a qualidade jurídica dos julgamentos e tampouco identifica, por si só, as causas do desgaste. Seu resultado aponta, entretanto, uma distância entre a instituição e uma parcela expressiva da sociedade.

Uma corte constitucional precisa ter independência para contrariar interesses poderosos e decidir, quando necessário, contra a opinião predominante. A popularidade não pode orientar a interpretação da Constituição. Justamente por isso, a fundamentação das decisões e a clareza dos procedimentos assumem importância decisiva.

Há diferença entre discordar de um julgamento e suspeitar de que as regras variam conforme os envolvidos. A divergência pertence à vida democrática. A suspeita de favorecimento atinge uma expectativa mais profunda: a de que todos serão submetidos ao mesmo Direito.

O desgaste exige respostas que possam ser examinadas também por quem discorda do tribunal. Explicar critérios, esclarecer possíveis conflitos de interesse e demonstrar coerência são formas concretas de preservar a autoridade judicial. A credibilidade depende da correspondência entre o que a instituição exige da sociedade e o que admite para si.



Foto: Rosane Coutinho/STF

Gilmar Mendes e os limites da defesa institucional

“Até a máfia tem ética.”

A declaração do ministro Gilmar Mendes, pronunciada em 15 de setembro, marcou o debate sobre a condução das apurações relacionadas ao Banco Master. Segundo a cobertura da Agência Estado, o ministro criticava o que considerava divulgação seletiva de informações e tratamento desigual de integrantes do Judiciário. Também sustentava que uma apuração parcial comprometeria a liberdade de deliberação do tribunal.

Na mesma sessão, Gilmar atribuiu interesse eleitoral à atuação do Ministro André Mendonça. O colega rejeitou a acusação, qualificando-a como leviana. Essas posições expressam um conflito entre os ministros, não uma conclusão judicial sobre a conduta de qualquer deles.

O contexto é indispensável. A referência à máfia não autoriza concluir que o ministro tenha confessado irregularidades ou defendido expressamente a ocultação de crimes. Questionar a exposição seletiva de informações pode envolver preocupações legítimas com o sigilo, a imparcialidade e as garantias individuais.

Preservar a instituição exige aplicar critérios reconhecíveis antes de se conhecer o nome do interessado. O sigilo precisa ter fundamento; a investigação, elementos que a justifiquem; a responsabilização, respeito ao devido processo.

A escolha das palavras, contudo, merece escrutínio. Uma comparação dessa natureza, empregada no mais alto tribunal do país, pode deslocar a atenção dos fundamentos jurídicos para o confronto pessoal e dificultar a compreensão pública do que está sendo discutido.

O episódio permite examinar uma questão mais ampla: a fronteira entre a defesa legítima de uma instituição e a proteção corporativa de seus integrantes.

Ministros têm direito à defesa, à presunção de inocência e à contestação de acusações infundadas. Sua formação lhes oferece domínio dos instrumentos jurídicos para discutir provas, competências e procedimentos. Essas garantias pertencem ao Estado de Direito e devem alcançar qualquer cidadão.

O problema surge quando a defesa de direitos passa a justificar tratamento excepcional. A identidade do envolvido não pode determinar o rigor da apuração, assim como a repercussão pública não pode substituir a prova.

Preservar a instituição exige aplicar critérios reconhecíveis antes de se conhecer o nome do interessado. O sigilo precisa ter fundamento; a investigação, elementos que a justifiquem; a responsabilização, respeito ao devido processo.

A capacidade de autodefesa dos mais altos julgadores convive, portanto, com uma obrigação igualmente elevada de prestar esclarecimentos. A consistência técnica dos argumentos precisa vir acompanhada da demonstração de que as mesmas regras valeriam para alguém situado fora do tribunal.

É dessa coerência que depende a distinção entre defender a Justiça e resguardar seus integrantes de um exame legítimo.

“Até a máfia tem ética.”

Gilmar Mendes,
ministro do STF



Decisões sob suspeita

A suspeita de comercialização de decisões alcança o fundamento da atividade judicial. Quem procura a Justiça espera que seu direito seja examinado à luz dos fatos, das provas e da lei. A possibilidade de que o resultado tenha sido negociado atinge essa expectativa de maneira profunda.

Registros públicos de diferentes períodos mostram que o problema já motivou investigações, afastamentos e punições. Cada medida, entretanto, possui significado próprio. Investigar não é condenar; afastar cautelarmente não equivale a reconhecer culpa; uma

sanção administrativa não se confunde com uma condenação criminal.

Em um precedente de responsabilização administrativa, o CNJ determinou, em setembro de 2018, a aposentadoria compulsória do desembargador Carlos Rodrigues Feitosa, do Tribunal de Justiça do Ceará. Segundo a decisão divulgada pelo Conselho, o processo disciplinar comprovou seu envolvimento em um esquema de venda de decisões nos planos judiciais. A punição então aplicada pertencia à esfera administrativa.

No âmbito dos tribunais superiores, a Operação Sisamnes passou a investigar

suspeitas de venda de decisões e vazamentos em gabinetes do STJ. Em maio de 2025, o próprio Supremo divulgou a autorização de uma nova fase da operação, voltada à divulgação de informações sigilosas. Esses registros documentam apurações e medidas judiciais, sem autorizar a atribuição indistinta de responsabilidade aos ministros do STJ.

Os episódios citados são registros de momentos específicos, não um inventário da situação processual atual de todos os envolvidos. Tampouco demonstram comércio de decisões no Supremo. STF e STJ são instituições

distintas, e supervisionar uma investigação não torna um tribunal responsável pelas condutas investigadas.

Essa precisão é indispensável ao discutir segurança jurídica. Uma acusação contra um magistrado não invalida automaticamente seus julgamentos. O Código de Processo Civil admite a rescisão de uma decisão de mérito transitada em julgado quando proferida por força de corrupção do juiz, entre outras hipóteses. A medida depende dos requisitos e do procedimento previstos em lei.

A repercussão sobre a confiança, contudo, pode ultrapassar os processos diretamente envolvidos. Quando se instala a dúvida sobre a integridade dos julgamentos, enfraquece-se a expectativa de que situações semelhantes receberão tratamento coerente e de que o poder econômico não prevalecerá sobre o direito.

Combater esse dano exige apuração rigorosa, individualização das responsabilidades e esclarecimento dos resultados. A segurança jurídica depende tanto da estabilidade das decisões legítimas quanto da existência de instrumentos eficazes para enfrentar aquelas comprometidas por ilícitos.

O custo para quem cumpre o dever

A desconfiança generalizada distribui um ônus injusto: profissionais íntegros podem passar a responder, na percepção pública, por condutas que jamais praticaram.

Para o magistrado de carreira que dedicou anos ao estudo e ao ingresso por concurso, o reconhecimento profissional envolve mais do que o domínio da técnica. Pressupõe que sua decisão seja recebida como resultado de um exame independente, ainda que sujeito a críticas e recursos. Quando a suspeita antecede a leitura dos fundamentos, esse vínculo se deteriora.

Isso não significa afirmar que todos os juízes enfrentem a mesma experiência,

nem que a carreira deva ficar a salvo do escrutínio. Significa reconhecer que a integridade individual merece ser distinguida da conduta de quem transgride.

O problema alcança também servidores, advogados e jurisdicionados. O servidor representa a instituição no atendimento cotidiano. O advogado precisa explicar ao cliente os fundamentos de uma decisão e as possibilidades de contestá-la. O cidadão entrega ao Judiciário conflitos que podem envolver liberdade, sustento, patrimônio e relações familiares. Todos dependem de procedimentos nos quais seja possível confiar.

Em sua despedida da Corregedoria Nacional de Justiça, em agosto de 2026, Mauro Campbell Marques relacionou o respeito à magistratura à capacidade das instituições de reconhecer problemas e desvios e estabelecer “parâmetros que sejam válidos para todos”. A formulação situa o controle como parte da preservação da carreira.

Proteger os honestos exige individualizar responsabilidades. Acusações genéricas apagam a diferença entre quem cumpre seus deveres e quem os viola. Respostas corporativas que dificultem o esclarecimento dos fatos, por sua vez, prolongam a suspeita sobre o conjunto.

A defesa mais sólida da magistratura está na capacidade de investigar com independência, assegurar o direito de defesa e apresentar conclusões fundamentadas. Uma absolvição demonstrada com rigor e uma punição sustentada por provas servem ao mesmo compromisso institucional.

A autoridade judicial carrega uma responsabilidade singular: exigir que outros se submetam à lei. Sua credibilidade se fortalece quando fica igualmente claro que aqueles que julgam também estão sujeitos a ela. ■



Foto: Gustavo Menezes/STF

FALTA ZERO

CONSULTA
MARCADA
É CONSULTA
CUMPRIDA!



Se não puder comparecer, avise
pelo 156 ou App Saúde na Mão.

CID
OPOR

Ano passado foram
329.064 faltas

— CAUSANDO —

R\$ 41 milhões
de prejuízo para a cidade

**Não deixe de ir
à sua consulta.**

**Seja um paciente
de elite!**



**DADE DE
TUNIDADES**

www.SJC.sp.gov.br



SÃO JOSÉ
DOS CAMPOS
PREFEITURA

/// treinamento&

Treinar é preciso

Transformar é o desafio. Porque o treinamento, sozinho, não basta



POR REDAÇÃO

Treinar é preciso. Transformar é o desafio. Porque o treinamento, sozinho, não basta

Em um ambiente de negócios marcado por mudanças rápidas, novas tecnologias e pressão constante por resultados, investir na capacitação das equipes deixou de ser apenas um benefício oferecido aos funcionários. Tornou-se parte da estratégia das empresas. Mas há uma diferença importante entre promover treinamentos e, de fato, desenvolver pessoas.

Um dos principais equívocos é recorrer a cursos para tentar solucionar problemas cuja origem está na própria organização. Baixo desempenho, dificuldade de atingir metas ou falhas na execução podem decorrer da falta de conhecimento, mas também de processos deficientes, ausência de ferramentas, liderança pouco presente ou de uma cultura que não favorece o comportamento esperado.

Para Vanessa Wedekin Montagnoli, diretora da BiUP Educação e doutora em Educação e Negócios, o primeiro

passo deve ser o diagnóstico.

“Nem todo problema de desempenho é um problema de capacitação. Antes de recomendar qualquer treinamento, investigamos se o profissional sabe o que fazer, se possui as condições necessárias para fazer, se existe uma liderança que direciona e acompanha e se a cultura da empresa sustenta o comportamento esperado”, explica.

Quando falta conhecimento técnico ou determinada competência, o treinamento encontra terreno claro para atuar. Se o profissional sabe o que deve fazer, mas esbarra em falta de autonomia, ferramentas, acompanhamento ou coerência da gestão, um curso isolado dificilmente produzirá resultados duradouros.

Ainda assim, o treinamento exerce um papel que vai além da transmissão de conteúdo. Ao interromper a rotina e ocupar novamente o lugar de aprendiz, o profissional ganha a oportunidade de observar o próprio trabalho sob

outra perspectiva. É um afastamento temporário da execução que pode revelar comportamentos e práticas incorporados quase automaticamente ao cotidiano.

Há também um componente de reconhecimento. Ao investir no desenvolvimento de um colaborador, a empresa sinaliza que acredita em seu potencial e em sua capacidade de crescimento. “Isso gera pertencimento, reconhecimento e uma percepção mais concreta de futuro”, afirma Vanessa.

O desafio pode ser ainda maior entre profissionais experientes. Anos de atuação produzem conhecimento e segurança, mas também podem consolidar métodos que já não respondem às novas exigências do mercado. Nesse caso, a estratégia não deve ser desqualificar o passado, e sim utilizá-lo como ponto de partida.

“Experiência não deve ser tratada como resistência. Ela precisa ser reconhecida como repertório”, observa Vanessa. Em vez de afirmar que determinada prática está errada ou ultrapassada, uma pergunta pode produzir mais reflexão: aquilo que sempre foi feito continua entregando o resultado necessário hoje?

Situações reais, análise de decisões, troca de experiências e aplicação prática ajudam a construir essa ponte. O profissional não precisa abandonar sua trajetória, mas reorganizar e ampliar aquilo que aprendeu ao longo dela.

Da sala de aula para a rotina

Talvez o maior desafio da educação corporativa surja depois que o treinamento termina. Uma equipe pode sair de um encontro motivada, cheia de ideias e disposta a mudar. Algumas semanas depois, porém, antigos hábitos podem ter retomado seu lugar. É nesse ponto que se distingue entusiasmo de transformação.

A satisfação imediata é importante, mas os resultados precisam ser observados na prática: o profissional compreendeu o conteúdo? Consegue aplicá-lo? Mudou seu comportamento? A nova prática permaneceu ao longo do tempo? Houve impacto sobre os resultados?

“Nem todo problema de desempenho é um problema de capacitação. Antes de recomendar qualquer treinamento, investigamos se o profissional sabe o que fazer, se possui as condições necessárias para fazer, se existe uma liderança que direciona e acompanha e se a cultura da empresa sustenta o comportamento esperado”

Vanessa Wedekin Montagnoli, diretora da BiUP Educação e doutora em Educação e Negócios

Para isso, a empresa também precisa fazer sua parte. Novos conhecimentos precisam encontrar espaço na rotina, com responsabilidades definidas, indicadores, acompanhamento da liderança e oportunidades para testar, corrigir e aperfeiçoar práticas.

“Se o profissional volta do treinamento e encontra exatamente o mesmo ambiente, as mesmas cobranças e os mesmos hábitos, a tendência é que o novo conhecimento seja engolido pela rotina”, alerta Vanessa.

Especializada em educação empresarial para a área comercial, a BiUP Educação trabalha com uma metodologia voltada a processos, liderança e vendas, desenvolvida por seu fundador e diretor, Victor Rocha, executivo com mais de 25 anos de experiência em áreas comerciais.

A lógica por trás desse trabalho traduz uma questão que vale para organizações de diferentes setores: treinamento não deve ser entendido como evento, prêmio ou resposta automática a problemas. Quando integrado à estratégia e acompanhado pela gestão, torna-se parte de um processo contínuo de desenvolvimento.

Final, aprender pode começar em uma sala de treinamento. Transformar esse aprendizado em resultado, porém, acontece todos os dias, dentro da empresa. ■

DEPUTADA FEDERAL
DRA. SANDRA TADEU
2255

DEPUTADA ESTADUAL
LETICIA AGUIAR
22522

“São José dos Campos tem uma Deputada trabalhadora que tem toda a minha confiança e que está me ajudando a governar o nosso Estado. Vote na força da mulher!”

Vote Leticia Aguiar e Dra. Sandra Tadeu!

— Tarcísio de Freitas — Governador do estado de São Paulo.

CNPJ: 08.352.922/0001-00 (PJ) DRA. SANDRA TADEU - PROPAGANDA ELEITORAL-1 MIL CÓPIAS, VALOR PAGO: 900

Paraíba por todos nós: um rio, uma responsabilidade coletiva

Lançamento de iniciativa do CAEB coloca em pauta a relação da comunidade com o Paraíba do Sul e o cuidado com o território.



Foto: Divulgação

POR REDAÇÃO

Um rio pode atravessar uma cidade e permanecer distante da experiência de seus moradores. Conhecer suas águas e observar suas margens são caminhos para compreender como a vida urbana se relaciona com o ambiente.

O lançamento de “Paraíba por Todos

Nós”, em 10 de setembro, trouxe essa reflexão para a agenda local. O convite apresenta o Centro Ambiental e Artístico-Cultural Edoardo Bonetti (CAEB) como realizador, com apoio de Acqua Eventos e Pedro Oliva, e menciona o FEHIDRO e o Comitê das Bacias Hidrográficas do Rio Pa-

raíba do Sul. O nome da iniciativa sugere um chamado à participação. Sua proposta detalhada e seu cronograma, porém, não constam do material consultado. O lançamento serve aqui como ponto de partida para conhecer experiências que já aproximam a população da natureza.

Aprender com o ambiente

Em julho, a Prefeitura de São José dos Campos registrou uma visita de crianças da unidade Alto da Ponte da Fundhas ao CAEB. Os participantes conheceram a composteira, a horta de plantas alimentícias não convencionais e o meliponário, onde são criadas abelhas nativas sem ferrão. Segundo a publicação, 130 atendidos da Fundhas haviam visitado o espaço desde o início dessa atividade.

O encontro oferece um exemplo de educação ambiental apoiada na observação. A decomposição de resíduos, o cultivo de alimentos e a presença de polinizadores ganham concretude quando podem ser acompanhados de perto. Anteriores ao lançamento de setembro, essas visitas integram a atuação educativa do CAEB.



Foto: Divulgação: facebook.com/caebsjc



Foto: Divulgação: facebook.com/caebsjc

O rio como lugar de encontro

Outra experiência local é o Passeio Ecológico no Urbanova, cuja 11ª edição foi anunciada para 26 e 27 de setembro, com percursos de barco e caiaque. Conforme o Destination SJC, a atividade é coordenada por Pedro Oliva e Rafael Davoli, responsável pelo Espaço



Foto: Divulgação: instagram.com/passeioecologicourbanova/



Foto: Divulgação: instagram.com/passeioecologicourbanova/

Acqua Eventos, e inclui uma exposição fotográfica de Ricardo Martins ao longo de uma trilha na mata ciliar.

O passeio possui programação própria e é apresentado como uma oportunidade de contato com o Paraíba do Sul. Não foi confirmada sua inclusão no projeto lançado no dia 10.

Conhecer a paisagem pode suscitar perguntas sobre o uso da água, a ocupação das margens e as condições que desejamos preservar para as próximas gerações. A experiência ganha profundidade quando a contemplação vem acompanhada de informação.

Um compromisso cotidiano

A responsabilidade coletiva envolve atribuições distintas. Moradores, empresas, escolas e poder público dispõem de instrumentos próprios para contribuir. A participação comunitária pode fortalecer a atenção ao ambiente e a cobrança por resultados; políticas públicas e ações técnicas precisam dar continuidade ao trabalho.

Nesse processo, a educação ambiental ajuda a perceber relações frequentemente encobertas pela rotina. A água utilizada, os resíduos produzidos e as decisões sobre o território pertencem a uma mesma realidade.

“Paraíba por Todos Nós” oferece uma ocasião para renovar essa conversa. O compromisso se fortalece quando o rio passa a fazer parte das escolhas da cidade e da atenção de seus moradores. ■

Para acompanhar

O CAEB divulga suas atividades no perfil [@caebsjc](#) e em linktr.ee/caebsjc.

O Passeio Ecológico no Urbanova tem saídas anunciadas às 9h, 11h e 14h, nos dias 26 e 27 de setembro. Inscrições, valores e condições de participação: [@passeioecologicourbanova](#).

Seu celular vai custar mais caro, e a culpa não é do dólar

Por trás do preço mais alto de celulares, notebooks e computadores está uma peça que ninguém vê, mas que a inteligência artificial está disputando com o mundo inteiro.

POR REDAÇÃO

Seu próximo celular, notebook ou computador provavelmente vai ficar mais caro e dessa vez a culpa não nem o dólar, nem impostos. O motivo está escondido dentro do próprio aparelho, numa peça pequena chamada memória, responsável por guardar e processar as informações enquanto o aparelho está funcionando.

Pense na memória como a mesa de trabalho de um computador. Quanto maior essa mesa, mais coisas o aparelho consegue fazer ao mesmo tempo sem travar. Todo celular, todo notebook, todo videogame dependem dela para funcionar, e é justamente essa peça que virou o item mais disputado da indústria de tecnologia.

O que está acontecendo é o seguinte. As grandes empresas de tecnologia estão construindo centros de processamento gigantes para rodar inteligência artificial. Essas máquinas precisam de uma quantidade enorme dessa mesma memória que existe dentro do seu celular, só que em versões muito mais potentes. E existem poucos fabricantes no mundo capazes de produzir esse tipo de peça, um grupo pequeno de empresas que hoje decide quem recebe primeiro.

Além de memórias, usam placas gráficas e processadores, outros elementos que também estão com a procura em alta pelos datacenters de IA.

Quando essas gigantes de tecnologia pagam qualquer preço para garantir o fornecimento, sobra menos peça, e menos prioridade, para quem fabrica



Foto: Divulgação

celular, notebook ou computador comum. É basicamente uma disputa por um recurso escasso, e o consumidor de rua entrou numa fila que não é a prioridade de ninguém. A situação lembra o que acontece com combustível ou remédio em momentos de escassez, quando quem paga mais é atendido primeiro e o resto do mercado sobra com o que consegue.

Os números já mostram o tamanho do problema. Eu ouvi um executivo de uma das principais consultorias de tecnologia do mundo que afirmou que o custo dessa memória pode chegar num pico de aumento de 300% em um ano.

O efeito já aparece nas prateleiras, e vai aparecer ainda mais nos próximos meses. Alguns lançamentos de novos celulares no país já foram anunciados com preços um degrau acima do que antigamente. As marcas maiores devem seguir um de dois caminhos, ou repassam o custo para o preço final do aparelho, ou vendem versões com menos memória, o que na prática também é um jeito de cobrar mais por menos. Nos dois casos, quem perde é quem compra. Vale o alerta para quem está planejando trocar de celular ou comprar um computador novo, comparar preços vira tarefa ainda mais importante daqui para frente.

O pior é que esse alívio não vem rápido. A produção só deve se equilibrar em 2028, porque abrir uma fábrica nova desse tipo de peça leva anos, e a indústria está operando com uma estrutura pensada para um mundo sem essa explosão de inteligência artificial.

Durante décadas, o preço da eletrônica no Brasil foi refém de dois fatores conhecidos, o câmbio e a carga tributária. Agora existe um terceiro fator, e pela primeira vez ele está completamente fora do nosso controle, decidido em salas de reunião de empresas que a maioria dos brasileiros nunca ouviu falar. A conta da inteligência artificial chegou, e quem vai pagar por ela é quem só queria trocar de celular.

Armindo Ferreira é jornalista e há mais de 15 anos cobre os principais lançamentos tecnológicos no Brasil e no mundo. É editor do Meon Tech. Instagram: @armindoferreira. ■

Rede de Ensino Municipal ganhará terceira sala sensorial

Foto: Claudio Vieira/PMSJC

Nesta quarta-feira (16), a Prefeitura de São José dos Campos irá inaugurar mais uma sala sensorial na rede de ensino municipal. A Emefi Profª Áurea Cantinho Rodrigues, localizada no Jardim Oswaldo Cruz, receberá o novo espaço, que integra as ações da Educação 5.0 e amplia o atendimento voltado à educação especial.

Com a inauguração, o município contará com a terceira sala sensorial da rede de ensino municipal, ampliando as possibilidades de atendimento aos estudantes e fortalecendo as ações de inclusão e desenvolvimento no ambiente escolar.

Desenvolvimento e inovação

A sala sensorial é um espaço preparado para oferecer estímulos visuais, auditivos e táteis de forma organizada, contribuindo para o desenvolvimento da autorregulação emocional, da atenção e da concentração dos estudantes.

O ambiente também



favorece a comunicação e a interação social, especialmente entre alunos com dificuldades na linguagem verbal, ampliando as possibilidades de expressão e convivência no espaço escolar.

As atividades realizadas

no local podem contribuir ainda para o desenvolvimento da autonomia, da cooperação e da participação dos estudantes nas atividades pedagógicas, respeitando as necessidades e o ritmo de cada um.

Com a entrega da segunda sala sensorial, a Prefeitura reforça o compromisso com uma educação inclusiva e voltada às necessidades dos estudantes, promovendo desenvolvimento, autonomia e bem-estar.

Depois da feira, o que chega à sala de aula?

Ao aproximar famílias, estudantes e instituições, o EducaShow amplia o diálogo sobre escolhas educacionais. O desafio seguinte é transformar informação e novas propostas em experiências consistentes de aprendizagem



Foto: Gilberto Freitas

POR REDAÇÃO

Escoger uma escola envolve expectativas sobre o futuro e necessidades muito presentes: como o estudante será acolhido, de que maneira aprenderá e qual apoio encontrará diante das dificuldades. Para quem procura uma formação profissional, surgem outras perguntas,

relacionadas às possibilidades de atuação e à afinidade com a carreira. Uma feira de educação oferece espaço para começar essas conversas.

Realizada entre 11 e 13 de setembro, no Colinas Shopping, em São José dos Campos, a Feira EducaShow 2026 reuniu escolas, universidades, cursos

técnicos e profissionalizantes, instituições de idiomas e agências de intercâmbio. Com entrada gratuita, o evento aproximou o público de diferentes caminhos de formação.

Cintia Fernandes, diretora do Colégio Ciclo, destacou a oportunidade desse encontro para famílias que procuram escolas,

inclusive aquelas recém-chegadas à cidade. “A feira de educação acontece num momento importante”, afirmou. A possibilidade de circular entre as instituições permite conhecer alternativas e estabelecer um primeiro diálogo com suas equipes.

Essa aproximação ganha sentido quando considera as particularidades de cada estudante. Nuricel Aguilera, diretora do Instituto Alpha Lumen, ressaltou: “Não há um perfil absoluto para todas as crianças. Um perfil que sirva para todas.” Para a educadora, conhecer a lógica de cada escola ajuda as famílias a identificar uma proposta adequada aos filhos.

A escolha exige, portanto, atenção ao que sustenta o trabalho pedagógico: os objetivos de aprendizagem, a relação entre professores e alunos, as formas de avaliação e o acompanhamento das dificuldades. O contato iniciado na feira pode prosseguir em visitas e conversas mais aprofundadas com a instituição.

Conhecer para escolher

Essas contribuições ajudam a ampliar a compreensão sobre os cursos. Conhecer uma profissão envolve examinar o que se estuda, as exigências de qualificação e a realidade do trabalho. O diálogo com professores oferece elementos para que o interesse inicial se transforme em uma escolha mais fundamentada.

O mesmo cuidado vale para as propostas apresentadas às famílias da educação básica. A divulgação do EducaShow contemplou temas como ensino híbrido, robótica e programação. Sua presença suscita uma questão que permanece depois do evento: como esses recursos se integram ao currículo e favorecem a aprendizagem?

A novidade precisa ter propósito

Antes de adotar uma ferramenta, a escola precisa definir o que pretende alcançar. Apoiar a alfabetização, apro-

fundar conceitos matemáticos ou ampliar a acessibilidade são objetivos que exigem escolhas específicas.

O Relatório de Monitoramento Global da Educação de 2023, da Unesco, recomenda que a adoção de tecnologias seja orientada por evidências e considere sua adequação, equidade e sustentabilidade. As necessidades dos estudantes devem conduzir a decisão sobre o que utilizar e em quais circunstâncias.

Em uma atividade de robótica, por exemplo, interessa observar se o aluno formula hipóteses, identifica erros e explica suas escolhas. Em uma plataforma de leitura, importa compreender como os exercícios favorecem a interpretação e de que maneira o professor acompanha as dificuldades.

O valor pedagógico aparece nessa relação entre o recurso, a atividade e o conhecimento que se pretende desenvolver. Para avaliá-lo, é necessário acompanhar o que os estudantes compreendem e conseguem realizar ao longo do tempo.



Foto: Gilberto Freitas



Foto: Gilberto Freitas



Foto: Gilberto Freitas



Foto: Gilberto Freitas



Foto: Gilberto Freitas



Foto: Gilberto Freitas

“Não há um perfil absoluto para todas as crianças. Um perfil que sirva para todas.”

Nuricel Aguilera,
diretora do Instituto
Alpha Lumen



Foto: Gilberto Freitas

O trabalho que continua na escola

Transformar uma proposta em prática consistente exige professores com condições para estudá-la, experimentá-la e adaptá-la. Palestras e encontros podem estimular a reflexão; sua continuidade depende de planejamento, apoio e oportunidades de troca entre colegas.

Uma síntese de pesquisas da Education Endowment Foundation, organização dedicada ao uso de evidências em educação, destaca a definição de objetivos, a retomada de conhecimentos e as devolutivas sobre a prática entre os mecanismos relevantes para a formação profissional.

Cabe à gestão reservar tempo para esse processo e incluir os docentes na avaliação das propostas. São eles que observam as respostas dos alunos e identificam ajustes necessários, seja no ritmo das atividades, nos materiais ou nas formas de participação.

Também é preciso considerar as con-

dições de acesso. Uma iniciativa que dependa de equipamento ou conexão fora da escola deve prever alternativas para quem não dispõe desses recursos. Acessibilidade, manutenção e suporte integram a decisão pedagógica.

Para as famílias, acompanhar esse trabalho significa perguntar como a instituição reconhece dificuldades, comunica avanços e organiza o apoio aos estudantes. Para a escola, significa demonstrar como sua proposta se realiza nas relações e nas atividades cotidianas.

Ao reunir diferentes instituições e perspectivas, o EducaShow ofereceu uma ocasião para iniciar esse diálogo. O que chega à sala de aula depende das decisões tomadas depois: da formação dos professores, do planejamento e da atenção dedicada a cada estudante. É nesse trabalho contínuo que as possibilidades apresentadas na feira podem ganhar valor educacional. ■

“Idealizei o EducaShow para aproximar as famílias e os estudantes de quem constrói a educação na nossa região. Escolher uma escola ou uma profissão exige informação, diálogo e atenção às necessidades de cada pessoa. Queremos que esse encontro ajude o público a fazer escolhas conscientes e que as conversas iniciadas na feira tenham continuidade.”

Sabine Laranjeira Baumann,
empresária e idealizadora do
EducaShow.



Foto: Divulgação

UNIVERSO TOTVS 26

O maior evento de
tecnologia e negócios
do Brasil

Aprenda com especialistas da TOTVS em uma
jornada com **conteúdos exclusivos e**
certificado de participação

13 e 14 de outubro | São Paulo - SP



Confira a programação e
garanta já o seu ingresso
pelo QR Code!

Fale com a gente.

TOTVS Sudeste Meridional

Unidade Vale do Paraíba:

(12)3600-8080 | linktr.ee/totvstsm



São José Basketball conquista título inédito da Liga de Desenvolvimento



Foto: Yuri Reuters LNB

POR REDAÇÃO

Mesmo atuando fora de casa, o São José Basketball teve atuação dominante, venceu o Corinthians por 81 a 68 na noite do dia 19 de setembro, no ginásio Wlamir Marques, em São Paulo, e conquistou o primeiro título de sua história na Liga de Desenvolvimento, o Campeonato Brasileiro Sub-22.

O pivô Isaque Borges anotou duplo-duplo expressivo de 18 pontos e 16 rebotes, e foi eleito o MVP da Final. Os armadores Jackson Jr. e Jojo também tiveram grande destaque com 15 pontos anotados cada um.

A conquista coroa a campanha de 14 vitórias em 16 jogos e marca um título inédito, mesmo com a equipe sendo composta majoritariamente por atletas Sub-20, com apenas um atleta com 21 anos.

Essa foi a quarta vez que o time de São José dos Campos disputou uma decisão do torneio, consolidando o trabalho de formação das categorias de base do clube, por meio do programa Atleta Cidadão, da Prefeitura Municipal de São José dos Campos.

O jogo

O São José Basketball foi à quadra escalado pelo técnico Pedro Morais com: Jojo, Jackson Jr, Gabriel Pessoa, Badu e Isaque Borges.

O Corinthians buscou impor sua velocidade no ataque nas primeiras ações da partida, mas não demorou para os joseenses conseguirem ajustar a defesa e assumirem a liderança no placar com bom trabalho coletivo.

As equipes encontraram dificuldades para pontuar, mas os joseenses se mantiveram à frente para terminar o primeiro quarto vencendo por 22 a 12.

O Corinthians voltou bem para a segunda parcial e conseguiu reduzir a diferença para apenas um ponto. Porém, com grande atuação do pivô Isaque Borges, o time joseense voltou a abrir vantagem (28x33) e chegou a colocar seis pontos após cesta de Jackson Jr de muito longe (34x40). O time da casa tentou descontar no final, mas o São José encerrou o quarto vencendo por 42 a 38.

A defesa joseense voltou do intervalo

pressionando muito, e deixou os donos da casa sem pontuar pelos primeiros cinco minutos da terceira parcial, de modo que a vantagem foi para 13 pontos (38x51).

A equipe do Vale do Paraíba seguiu o ritmo forte e abriu boa vantagem, terminando o período vencendo por 64 a 47.

O São José perdeu dois atletas no início do quarto final por excesso de faltas (Gabriel Pessoa e Jojo), enquanto o time corintiano perdeu Kaique pelo mesmo motivo. Os donos da casa aproveitaram o momento e conseguiram reduzir a diferença (53x66), mas os joseenses contaram com cestas de João Guimarães e Soto para subir novamente a vantagem (53x72).

O time Alvinegro não desistiu e, embalado por sua torcida, conseguiu ajustar a defesa e reduziu a diferença para nove pontos (63x72), mas os joseenses administraram bem a vantagem conquistada e garantiram a vitória pelo placar de 81 a 68.

A Equipe do São José Basketball conta com a gestão do São José Desportivo. O projeto é uma realização da Prefeitura de São José dos Campos. ■



Foto: Yuri Reuters LNB



Foto: Yuri Reuters LNB

Setembro Amarelo: a importância de escutar, a responsabilidade de cuidar

Prevenir o suicídio exige informação, acolhimento e acesso ao cuidado. Uma responsabilidade que permanece quando setembro termina.

POR REDAÇÃO

Criar espaço para que uma pessoa fale sobre o que sente, sem receio de julgamento, é uma das contribuições do Setembro Amarelo. A campanha convida a sociedade a enfrentar o estigma e a reconhecer a saúde mental como parte indispensável do cuidado com a vida.

A dimensão do problema exige atenção. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), aproximadamente 727 mil pessoas morreram por suicídio no mundo em 2021. Naquele ano, o suicídio foi a terceira principal causa de morte entre jovens de 15 a 29 anos.

No Brasil, foram registradas 15.507 mortes em 2021, conforme dados do Ministério da Saúde. São perdas que alcançam famílias, amigos e comunidades e reforçam a necessidade de políticas permanentes de prevenção.

Um sofrimento de múltiplas origens

O comportamento suicida resulta de uma combinação de fatores. Transtornos mentais, uso prejudicial de álcool e outras drogas, experiências de violência, perdas, isolamento e dificuldades econômicas podem participar desse quadro, sem que uma circunstância isolada explique toda a complexidade de uma vida.

Nem sempre há um diagnóstico conhecido, tampouco um perfil único de quem está em risco. Por isso, explicações simplistas e julgamentos morais dificultam a compreensão do sofrimento e podem afastar a pessoa do cuidado de que necessita. A prevenção requer atenção às condições de saúde e às circunstâncias sociais e afetivas de cada indivíduo.

Reconhecer mudanças, oferecer presença

Manifestações de desesperança, referências frequentes à morte e afastamento do convívio habitual merecem atenção. Esses sinais precisam ser compreendidos em seu contexto: não permitem, sozinhos, estabelecer um diagnóstico, mas justificam uma aproximação cuidadosa.

Ouvir com disponibilidade, levar o sofrimento a sério e incentivar a procura por atendimento são atitudes importantes. Convém evitar reprimendas, comparações com problemas alheios ou cobranças para que a pessoa simplesmente reaja. Quem sofre precisa encontrar respeito e condições para receber ajuda.

Cuidado que precisa ter continuidade

O acolhimento de familiares e amigos pode contribuir para a proteção, mas não transfere a eles a responsabilidade de avaliar ou conduzir uma crise. A assistência profissional permite compreender as necessidades da pessoa e organizar o acompanhamento.

No SUS, as Unidades Básicas de Saúde e os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são referências para a busca de cuidado.

Esse trabalho pode envolver diferentes profissionais e incluir apoio à família, fortalecimento dos vínculos e acompanhamento das dificuldades cotidianas.

Quando houver perigo imediato, a orientação é não deixar a pessoa sozinha, buscar atendimento de urgência e reduzir, com segurança, o acesso a objetos ou substâncias que possam ser utilizados para provocar ferimentos.

O alcance do Setembro Amarelo depende também do que permanece depois da campanha: serviços acessíveis, informação responsável e relações nas quais pedir ajuda seja possível. A disposição para escutar ganha força quando encontra uma rede preparada para cuidar.

Onde buscar ajuda

- Apoio emocional: o CVV atende gratuitamente pelo 188, 24 horas por dia, com sigilo.
- Acompanhamento em saúde mental: procure uma Unidade Básica de Saúde ou um CAPS.
- Emergência: diante de uma tentativa ou de risco imediato, acione o SAMU, pelo 192, ou procure uma UPA ou pronto-socorro. O apoio emocional do CVV não substitui esse atendimento. ■



Colinas Shopping

aproxima a música do público e valoriza talentos regionais



Foto: Divulgação Colinas Shopping

POR REDAÇÃO

Com shows gratuitos e apoio a iniciativas como o Colinas Music e a MIB, empreendimento fortalece a cultura e cria espaços de encontro em São José dos Campos

O incentivo à cultura e a valorização dos talentos regionais fazem parte da atuação do Colinas Shopping, em São José dos Campos. Uma das iniciativas que traduzem esse compromisso é o Colinas Music, criado em 2023, que oferece shows gratuitos e reúne artistas da região e nomes conhecidos nacionalmente.

Com repertórios que atravessam gerações, o projeto convida o público a fazer uma pausa na rotina para descobrir artistas, ouvir música ao vivo e cantar junto canções que marcaram época. A Praça de Alimentação se transforma em palco e espaço de convivência, aproximando diferentes pú-

blicos da produção musical.

Em 2026, as edições de abril e setembro deram continuidade ao festival, que alcançou a sétima edição. Ao longo da trajetória, passaram pelo palco Mel Lisboa, Kiko Zambianchi, Fat Family, Luana Camarah, Dom Paulinho de Lima e Blues Beatles, entre outros. Os shows exploram o rock, o pop, o soul e a MPB, com tributos e encontros entre intérpretes.

A gratuidade e o horário dos shows, habitualmente às 19h, ampliam as oportunidades de acesso. “O Colinas Music atrai pessoas que muitas vezes não podem ir a um show nosso em um horário mais tarde”, declarou Marcos Viana, vocalista do Blues Beatles.

A banda abriu a edição de abril de 2026, que também recebeu Hugo Rafael com a Banda Colinas, X-Rock, um tributo a Michael Jackson com Clemesha

e Matt Honor e Viva La Vida, com sucessos do Coldplay. Setembro reuniu na programação Fabiano Medeiros, em homenagem a Ney Matogrosso e Secos & Molhados; Autorockers; Deep Illusions, com repertório do Guns N’ Roses; e Véio’s Band.

Além dessas edições, o projeto integrou celebrações especiais. Em março, a caçapavense Maysa Ohashi interpretou clássicos de Elis Regina pelo Dia das Mulheres. “Subir aos palcos com os nossos, para os nossos, tem um sabor diferente”, afirmou. Em maio Johnny Matos homenageou Bruno Mars na comemoração dos 29 anos do shopping.

Música instrumental em destaque

O apoio à cultura ganhou outra expressão com a primeira edição da MIB — Mostra Instrumental Brasileira em São José dos Campos. De 14 a 17 de maio de 2026, o Colinas Shopping recebeu oito shows gratuitos, com artistas como Hamilton de Holanda Trio, Amaro Freitas, Waldir Gil e a Orquestra Brasileira de Música Jamaicana.

Com curadoria de Luciana Machado, a mostra celebrou diferentes gerações e linguagens da música instrumental brasileira. Realizada pela Asas Arte & Tecnologia, contou com incentivo do Colinas Shopping por meio da Lei de Incentivo Fiscal à Cultura (LIF), da Fundação Cultural Cassiano Ricardo e da Prefeitura de São José dos Campos.

Inaugurado em 1997, o Colinas Shopping reúne compras, serviços e entretenimento, com cinema e teatro entre suas opções culturais. Ao acolher artistas e oferecer apresentações gratuitas, fortalece sua presença no cotidiano da cidade e faz da música um convite ao encontro. ■

Seu próximo colega de trabalho é uma **inteligência artificial?**

Ela escreve, pesquisa, organiza dados e realiza em segundos tarefas que antes consumiam horas. A inteligência artificial já entrou no cotidiano profissional. Mas como ela consegue fazer tudo isso?

POR REDAÇÃO

Não é mais preciso imaginar como será o trabalho no futuro. Basta observar uma manhã comum em um escritório.

Um advogado usa inteligência artificial para organizar dezenas de páginas de um processo. Uma agência testa alternativas para uma campanha. Um empresário pede a primeira leitura de uma planilha. Um jornalista transforma uma hora de entrevista em texto em poucos minutos. Uma secretária reúne anotações dispersas e produz uma ata de reunião.

A inteligência artificial deixou de ser assunto restrito às empresas de tecnologia. Aos poucos, ocupa um lugar semelhante ao que o computador, a internet e os mecanismos de busca conquistaram em outras épocas: tornou-se ferramenta de trabalho.

Com uma diferença desconcertante: **desta vez, a ferramenta conversa conosco**. E então surge a pergunta inevitável: **como ela consegue fazer isso?**

A resposta começa com uma ideia relativamente simples: a inteligência artificial aprende padrões. Modelos como o ChatGPT são treinados a partir de enormes quantidades de informação e, nesse processo, aprendem relações entre palavras, ideias e conceitos. Não funcionam, porém, como uma gigantesca biblioteca onde procuram uma resposta pronta.

A dimensão dessa capacidade impressiona. Modelos avançados já conseguem trabalhar, em uma única solicitação, com um contexto da ordem de **1 milhão de tokens — algo que, em inglês, pode se aproximar de 750 mil palavras. Para efeito de comparação,**

seria o equivalente a colocar sobre a mesa, de uma só vez, o conteúdo de cerca de dez livros de 300 páginas.

A máquina pode percorrer esse enorme volume de informação, estabelecer relações, localizar trechos, comparar conteúdos e produzir uma resposta em um intervalo de tempo que seria impossível para um leitor humano.

Mas ela não “lê” como nós. O texto é transformado em pequenas unidades chamadas tokens. A partir delas, bilhões de parâmetros matemáticos entram em ação para reconhecer padrões e relações e construir, passo a passo, a resposta mais adequada ao contexto.

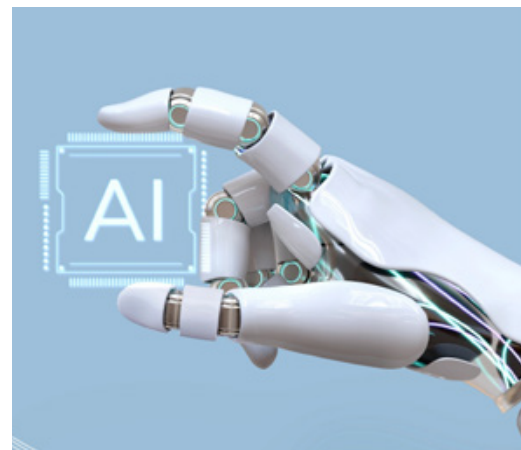
É justamente aí que está uma das coisas mais fascinantes da inteligência artificial: **por trás de uma conversa que parece tão humana existe uma extraordinária operação matemática.**

O resultado é tão surpreendente que frequentemente temos a impressão de que existe alguém do outro lado pensando.

Mas aqui está uma distinção fundamental: **a inteligência artificial não compreende o mundo como nós**. Não viveu, não sentiu, não acumulou experiências. Trabalha com linguagem, relações e probabilidades em uma escala e velocidade extraordinárias.

E, justamente por isso, também pode errar. Pode confundir dados, interpretar mal uma informação e até apresentar como verdadeira uma referência que simplesmente não existe. Seu erro mais perigoso é aquele que vem escrito com tanta segurança que parece verdade.

Por isso, esse novo “colega” não pode



trabalhar sozinho.

À inteligência artificial podem ser confiadas tarefas repetitivas, organização de grandes volumes de informação, comparações, pesquisas iniciais e primeiras versões. Ao profissional continuam pertencendo o julgamento, a experiência, a sensibilidade, a decisão e, sobretudo, a responsabilidade.

Surge, assim, uma competência que será cada vez mais necessária: **saber perguntar — e saber desconfiar da resposta.**

Se uma tarefa que antes exigia três horas pode ter sua primeira etapa realizada em vinte minutos, talvez o maior ganho não seja simplesmente produzir mais. É recuperar tempo para aquilo que permanece profundamente humano: pensar, criar, negociar, ouvir, estabelecer relações e tomar decisões.

Seu próximo colega de trabalho, portanto, talvez já seja uma inteligência artificial. Ela está na tela do computador, participando silenciosamente de uma parcela crescente da rotina.

A questão já não é se vamos trabalhar com a inteligência artificial. É como aprenderemos a trabalhar com ela sem renunciar àquilo que ainda nos distingue: o julgamento humano. ■



@ATELIELILIANEOliveira

MODA | ESTILO | ATITUDE DE SUCESSO

Se você, assim como eu, adora descobrir o que vem por aí na moda, prepare-se: Nova York mostrou que a próxima temporada chega cheia de cor, personalidade e, por que não, um pouquinho de diversão!

Nas passarelas da New York Fashion Week Primavera/Verão 2027, o azul apareceu com força, em diferentes tonalidades, dividindo espaço com vermelhos intensos, burgundy, tons terrosos e combinações luminosas. Uma cartela que nos convida a brincar com a moda sem abrir mão da elegância.

E as estampas? Ah, elas também vieram para brincar! Listras, florais, animal print e xadrez apareceram com personalidade, muitas vezes em combinações mais ousadas. A moda parece nos convidar a misturar padrões e sair um pouquinho daquela preocupação de que tudo precisa combinar perfeitamente.

Entre os estilistas que chamaram atenção, Ralph Lauren trouxe seu olhar sofisticado para o clássico estilo americano. Carolina Herrera encantou com sua feminilidade, enquanto Tory Burch apresentou uma mulher contemporânea, misturando delicadeza e referências esportivas. Coach também ganhou destaque, e Thom

Browne encerrou a temporada com muita criatividade e teatralidade.

Agora, vamos trazer tudo isso para a vida real? Minha dica de consultora é simples: não precisamos copiar a passarela para estar na moda. Escolha uma cor ou estampa que valorize você e experimente. Se quiser ousar, misture. Se preferir discrição, combine com uma peça lisa.

Afinal, moda boa inspira, mas continua tendo a nossa identidade.



Foto: Filippo Fior / Estilista Carolina Herrera



Foto: Filippo Fior / gotunway.com



Foto: Filippo Fior / gotunway.com

Liliane Oliveira

Consultora de imagem e estilo
“Vista a sua essência. A moda é apenas o caminho.”



@adonaiefe / Liliane Oliveira - lilianeoliveira3@hotmail.com

Bíblia sagrada- Salmos: 1-4 (versão Almeida Revista e Atualizada):

Deus é o nosso refúgio e fortaleza, socorro bem presente nas tribulações. Portanto, não temeremos ainda que a terra se transtorne e os montes se abalem no seio dos mares; ainda que as águas tumultuem e espumejem e na sua fúria os montes se estremeçam. Há um rio cujas correntes alegram a cidade de Deus, o santuário das moradas do Altíssimo

Mantiqueira, a “Toscana” Brasileira



CHEF CARDOSO

Rodrigo Cardoso, gastrônomo e fundador da Docardoso Gastronomia & Eventos.
@docardosogastronomia
chefrodrigo@meon.com.br

// POR CHEF RODRIGO CARDOSO

Existe um momento, na Serra da Mantiqueira, em que a paisagem deixa de ser apenas paisagem e passa a ser convite.

A estrada serpenteia entre montanhas, o frio parece desacelerar o relógio e, de repente, surgem vinhedos desenhando as encostas, oliveiras alinhadas ao sol, pequenas propriedades rurais, queijarias, adegas e cozinhas onde quase tudo parece ter uma história para contar.

É nesse cenário que a Mantiqueira começa a ser chamada de **Toscana brasileira**.

Na Mantiqueira, a experiência começa muitas vezes com o vinho. A vitivinicultura de altitude encontrou na região condições particulares e, com o desenvolvimento de técnicas de manejo, passou a produzir vinhos que ajudaram a mudar a percepção sobre o que pode nascer de um vinhedo brasileiro.

A visita a uma vinícola não termina na taça. Ela começa no caminho, passa pelas videiras, pelo relevo, pela conversa com quem produz e chega à mesa. O vinho ganha outro significado quando se sabe que aquelas uvas amadureceram sob aquele céu, naquela altitude, cercadas por aquelas montanhas.

E então aparecem as oliveiras.

Os **azeites da Mantiqueira** talvez sejam uma das expressões mais fascinantes dessa transformação. O que parecia uma cultura improvável em terras brasileiras encontrou nas montanhas um território promissor. Hoje, visitar um olival pode ser tão revelador quanto conhecer uma vinícola: caminhar entre as árvores, descobrir



Foto: Divulgação



Foto: Divulgação



Foto: Divulgação

variedades, acompanhar o processo de extração e, finalmente, provar um azeite recém-produzido.

Nas fazendas e pequenas propriedades, outra revolução silenciosa acontece — a dos **queijos artesanais**. Em uma região historicamente ligada à produção de leite, o queijo ganhou novas interpretações, maturações e estilos. É impossível provar um bom queijo de montanha sem pensar no lugar de onde ele veio.

O mesmo acontece com a **charcutaria artesanal**, que encontrou espaço crescente nas mesas da região. Salames, linguiças, copas e outros embutidos deixaram de ser meros acompanhamentos para ganhar protagonismo. Em muitos casos, são produtos feitos em pequena escala, com atenção quase obsessiva à matéria-prima, ao tempo e aos processos de cura.

Na Mantiqueira, o visitante pode começar o dia entre vinhedos, almoçar diante de um olival, descobrir um queijo maturado à sombra de uma pequena propriedade e terminar a tarde diante de uma tábua de charcutaria, com uma taça de vinho na mão e a montanha mudando de cor à sua frente.

Não é apenas uma viagem. É uma narrativa construída em vários capítulos — e todos eles podem ser comidos e bebidos.

Talvez por isso a expressão Toscana brasileira tenha encontrado terreno tão fértil. Ela traduz, ainda que imperfeitamente, uma vocação que começa a se tornar evidente.

Mas a Mantiqueira não precisa ser a Toscana de ninguém. Ela pode ser apenas — e já é muito — a Mantiqueira. ■

/// editores& gente&gestão

A IA vai tirar o seu emprego? Talvez essa seja a pergunta errada

// POR FABI VIEIRA

A inteligência artificial está transformando profissões, tarefas e competências. No novo mercado de trabalho, o desafio não será competir com a tecnologia, mas descobrir aquilo que continuaremos precisando fazer melhor como humanos. Durante algum tempo, falar sobre inteligência artificial e trabalho significava quase sempre chegar à mesma pergunta: “a IA vai substituir pessoas?”.

A Organização Internacional do Trabalho estima que um em cada quatro empregos no mundo está potencialmente exposto à IA generativa, mas aponta a transformação das funções, e não sua simples eliminação, como o cenário mais provável. O World Economic Forum projeta que as mudanças estruturais no mercado poderão criar 170 milhões de postos e des-

locar outros 92 milhões até 2030.

Segundo o Future of Jobs Report 2025, 39% das competências essenciais dos trabalhadores devem mudar até 2030. Tecnologia, IA e dados avançam rapidamente, mas, ao lado delas, aparecem pensamento analítico, criatividade, resiliência, flexibilidade, liderança e influência social.

O LinkedIn vai além e estima que até 70% das habilidades utilizadas na maioria das profissões poderão mudar até o fim da década, tendo a IA como um dos principais catalisadores.

É aqui que faço uma provocação: quanto mais tecnologia colocamos nas empresas, mais importante se torna aquilo que a tecnologia não resolve sozinha.

O risco, na minha visão, não é apenas perder espaço para uma máquina.



Foto: Divulgação

FABI VIEIRA

Especialista em Comunicação Estratégica
e fundadora do Instituto Fala Comigo.
fabivieira@institutofalacomigo.com

É continuar trabalhando como antes em um mercado que já mudou.

Acredito que devemos substituir a pergunta “a IA vai tirar o meu emprego?” por outra, mais desconfortável e muito mais útil: “Estou me preparando para o trabalho que continuará existindo depois que a IA transformar o meu?”. ■

/// editores& veterinária

Entre patas e afetos: pets e saúde mental

// POR DRA. DANIELLA SANTUCCI

No Setembro Amarelo, falar sobre saúde mental também significa reconhecer os vínculos que oferecem acolhimento, companhia e esperança. Para muitas pessoas que convivem com depressão, ansiedade ou outros transtornos, a presença de um pet pode aliviar a solidão e tornar os dias difíceis mais suportáveis.

Os animais oferecem afeto sem julgamentos e costumam perceber mudanças no comportamento dos tutores. Cuidados como alimentar, passear, brincar e manter o ambiente organizado ajudam a criar uma rotina, estimulam o movimento e fortalecem os sentimentos de responsabilidade e pertencimento. Um carinho, um miado ou um focinho encostado na mão pode trazer conforto,

reduzir o estresse e reconectar a pessoa ao momento presente.

Entretanto, os pets não substituem psicoterapia, acompanhamento médico, medicamentos ou apoio de familiares e amigos. Também não se deve considerar a adoção uma solução automática para o sofrimento emocional, pois um animal exige compromisso, recursos e cuidados durante muitos anos.

Neste mês de conscientização, é importante ir além das frases prontas. Cuidar da saúde mental requer escuta, acolhimento, acesso a tratamento e combate ao preconceito. Os pets podem integrar essa rede de apoio, oferecendo afeto e esperança, enquanto a orientação profissional permanece essencial. ■



Foto: Divulgação

DRA. DANIELLA SANTUCCI

Médica-veterinária, CRMV-SP 53399.
[@dradasantucci](https://www.instagram.com/dradasantucci)
santucci.daniella@gmail.com

SUA SAÚDE MERECE O **MELHOR**

**ATENDIMENTO PREMIUM EM UMA
ESTRUTURA IMPECÁVEL QUE REÚNE TODAS
AS TENDÊNCIAS MUNDIAIS**

- 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 CIA

  @CIAATHLETICASJC  CIAATHLETICAOFICIAL CIAATHLETICASJC.COM.BR

Endereço:

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

**Companhia
Athletica**



/// editores & direito

Casa própria: o planejamento da família começa antes da compra

// POR DIOGO MACHADO E CÉSAR BERTAZZONI

Comprar ou construir um imóvel em São José dos Campos envolve escolhas sobre localização, projeto e financiamento. Mas antes de assinar qualquer contrato, é preciso pensar em como esse bem vai se inserir no patrimônio da família — não só no orçamento.

O regime de bens do casamento ou da união estável, e a origem dos recursos usados na compra, podem influenciar diretamente os direitos sobre o imóvel. O contrato estar no nome de apenas um dos parceiros não

significa que o bem pertença exclusivamente a ele.

A ajuda financeira dos pais também exige atenção. O valor dado para a entrada é doação ou empréstimo? Beneficia só o filho ou o casal? Sem clareza documental, esse tipo de ajuda pode gerar disputas entre herdeiros, inclusive em inventário.

Quem pretende construir em terreno de parentes precisa, antes da obra, verificar a titularidade e formalizar o acordo por escrito. Investir na construção não garante, por si só, a propriedade do imóvel. ■



Foto: Divulgação

**DIOGO MACHADO
E CÉSAR BERTAZZONI,**
advogados nas áreas Trabalhista,
Civil e Imobiliária.
@mb.soc.advogados / diogo@
machadoebertazzoni.com.br

/// editores & direito

Foto: Divulgação



MARCELO GALVÃO
Advogado, OAB-SP.
contato@marcelogalvao.com.br
www.marcelogalvao.com.br

Cotas em Hotéis

// POR MARCELO GALVÃO

O modelo de cotas em participação de empreendimentos (multipropriedade) ou programas de férias (timeshare) não é, por lei, uma enganação ou golpe e trata-se de um modelo de negócio legítimo e regulamentado no Brasil pela Lei nº 13.777/2018.

Por que muitas pessoas se sentem enganadas? A insatisfação não nasce do produto em si, mas da forma como ele é oferecido e vendido. Os problemas são: venda sob pressão emocional, custos ocultos, dificuldade de uso e reserva, Ilusão de investimento financeiro.

Fique atento se oferecerem jantares, brindes, estadias, através de

vouchers gratuitos apenas para você assistir a uma “palestra rápida” que dura 2 horas e não 20 a 30 minutinhos; exigirem que você assine o contrato imediatamente, alegando que a “proposta única” vai expirar se você sair da sala; não permitirem que você leve o contrato para casa para ler com calma ou consultar um advogado.

O Código de Defesa do Consumidor (CDC) protege você com o Direito de Arrependimento: Se o contrato foi assinado fora do estabelecimento, você tem até 7 dias para cancelar e receber 100% do seu dinheiro de volta, sem pagar multa.

Procure um advogado da sua confiança e exija seus direitos ■

O lugar onde as coisas sempre vão parar

// POR BARBARA NOGUEIRA GOMES

Toda casa tem um lugar onde as coisas sempre vão parar. Pode ser uma cadeira no quarto, que deixou de ser cadeira e virou apoio para roupas. O aparador da entrada, que recebe chaves, correspondências e tudo aquilo que não sabemos imediatamente onde guardar. A bancada da cozinha, que parece ter uma atração especial por embalagens de medicamentos, garrafas e objetos que deveriam estar em outro lugar.



Curiosamente, esses pequenos pontos de desordem quase nunca são aleatórios. Eles contam uma história sobre a maneira como vivemos.

Na arquitetura, estamos acostumados a pensar em fluxos, medidas, circulação, ergonomia. Mas existe um outro tipo de leitura, menos evidente e igualmente importante: observar onde a vida insiste em acontecer, mesmo quando não foi exatamente ali que planejamos.

Talvez a cadeira não esteja “errada”. Talvez o lugar para guardar aquelas roupas esteja. Existe uma diferença importante entre uma casa desorganizada e uma casa que ainda não encontrou uma solução adequada para sua rotina atual.

Se as chaves sempre são deixadas sobre o aparador, provavelmente existe uma razão. Se os sapatos se acumulam junto à porta, talvez seja ali que deveriam ser guardados. Se a bancada permanece cheia de pequenos objetos, talvez ela esteja cumprindo uma função para a qual nunca foi pensada.

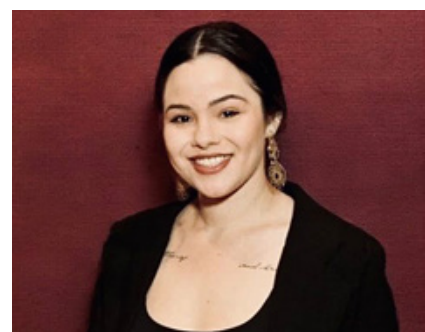
É interessante perceber que, muitas vezes, tentamos corrigir esses comportamentos sem questionar sua origem. Comprimos caixas, organizadores, cestos. Reorganizamos armários. Guardamos tudo novamente. Até que, alguns dias depois... tudo volta para o mesmo lugar!

Talvez porque o problema nunca tenha sido exatamente a organização.

Antes de tirar, observe

Uma boa maneira de descobrir isso é prestar atenção aos padrões. Durante alguns dias, observe os pontos da casa que costumam concentrar objetos. Não é preciso fazer uma grande análise. Apenas perceba: O que sempre aparece ali? Quem costuma deixar? De onde esse objeto vem? E onde seria natural guardá-lo?

Essa última pergunta é especialmen-



BARBARA NOGUEIRA GOMES
Arquiteta e Urbanista, Especialista
em Projetos Hospitalares em BIM
[@gomes.arqdesign](https://www.gomes.arqdesign.com)

te importante! Porque, quando o lugar definido para uma coisa exige esforço demais, a rotina tende a criar um caminho mais fácil.

Se o cesto de roupas está no fundo do banheiro, mas a roupa é retirada no quarto, não deveria parecer surpreendente que ela se acumule sobre uma cadeira. Se a bolsa precisa atravessar a casa para chegar ao armário, provavelmente encontrará um lugar mais conveniente pelo caminho. A casa, de certa maneira, sempre acaba revelando a rota e costumes que seus moradores escolheram.

Antes de reformar, vale testar

Mude uma coisa de lugar e observe durante alguns dias. Se a circulação melhora, se os objetos deixam de se acumular e se determinada tarefa fica mais simples, talvez você tenha encontrado uma resposta. A casa acompanha quem mora nela, e também acompanha as mudanças da família.

Uma casa que funcionava perfeitamente alguns anos atrás pode já não responder da mesma maneira à vida atual. Uma criança cresce. O trabalho passa a acontecer em casa. A família adquire novos hábitos. Um quarto ganha outra função. A rotina da manhã muda.

Por isso, talvez seja injusto esperar que uma casa permaneça exatamente igual enquanto seus moradores se transformam. Espaços também precisam de revisão. Talvez a bagunça esteja tentando dizer alguma coisa! ■

/// editores & caminhos do envelhecer

A força da longevidade: a população idosa e a agenda das eleições

// POR LUIZ EDUARDO DOS SANTOS

As próximas eleições presidenciais terão uma característica que não pode passar despercebida: o Brasil terá um eleitorado cada vez mais envelhecido. Em 2026, segundo o Tribunal Superior Eleitoral (TSE), 37,5 milhões de eleitores têm 60 anos ou mais, correspondendo a 23,6% do eleitorado brasileiro. Em 2022, eram 32,9 milhões, ou 21%. Em apenas quatro anos, esse contingente cresceu mais de 4,5 milhões de pessoas.

O dado é expressivo, mas talvez a questão mais importante seja outra: as demandas dessa população estão sendo consideradas na agenda política do

país? Quais são as prioridades?

A primeira é saúde. Não apenas o tratamento de doenças, mas a prevenção, a atenção primária, a reabilitação, a saúde mental e o acompanhamento das condições crônicas.

Outra pauta urgente é o cuidado de longa duração. Quem cuidará de uma pessoa que perdeu parte da autonomia? Como apoiar famílias que assumem sozinhas essa responsabilidade? Como ampliar centros-dia, serviços domiciliares, instituições de longa permanência qualificadas e redes de apoio?

Também não podemos ignorar a violência. Em 2024, a Ouvidoria Nacional



Foto: Divulgação

LUIZ EDUARDO DOS SANTOS

Gerontólogo, mestre pela UFSCar e coordenador do PAIDESPI.

@luedusann

luedusann@gmail.com

de Direitos Humanos registrou 179.327 denúncias de violações contra pessoas idosas, aproximadamente 490 por dia. A maioria ocorreu na própria residência.

As eleições de 2026 oferecem, portanto, uma oportunidade para que o envelhecimento deixe de aparecer apenas como uma questão de previdência.

Estamos preparando o país para esse novo Brasil?

/// editores & além do salto

O Que a luz revela



Foto: Divulgação

// POR PRÍCILA ALVES

Há uma parte de nós que preferimos não olhar. Aquela que escondemos até de nós mesmos, porque reconhecê-la exige coragem. Jung nos fala sobre a sombra: aquilo que permanece na escuridão da nossa consciência, nem sempre porque é ruim, mas porque ainda não conseguimos olhar para isso.

Na psicanálise, gosto de pensar o processo de análise como estar diante de um espelho. Não um espelho que devolve a imagem que gostaríamos de ver, mas aquele que, pouco a pouco, revela a nossa face real.

E nem sempre é confortável.

Olhar para a própria escuridão pode doer. É mais fácil permanecer no superficial, ocupar-se, seguir adiante sem perguntar o que determinado sentimento

está tentando nos dizer.

Mas iluminar a escuridão não significa eliminá-la.

Significa sentar-se diante dela. Escutar. Reconhecer. Dar nome ao que sentimos. Compreender nossas escolhas, nossos medos, nossas repetições.

Talvez amadurecer seja justamente isso: deixar de fugir de nós mesmos.

Porque aquilo que iluminamos deixa de nos atravessar no escuro.

E, quando conseguimos olhar para a nossa própria sombra sem medo, talvez descubramos que ela também guarda partes de nós que estavam esperando para ser integradas.

Às vezes, o salto mais importante não é para longe.

É para dentro. ■

PRÍCILA ALVESPsicanalista, educadora e coidealizadora do Além do Salto.
alemdosalto@yahoo.com

/// editores & direito

Fraudes Digitais contra a Pessoa Idosa e a Responsabilidade Bancária

// POR FREDIANO TEODORO

A digitalização dos serviços financeiros trouxe autonomia ao consumidor, mas também transferiu riscos operacionais aos usuários. Entre as vítimas mais recorrentes de crimes cibernéticos estão os cidadãos com 60 anos ou mais, cuja vulnerabilidade intrínseca no mercado de consumo (art. 4º, I, do CDC) é agravada pela hipervulnerabilidade etária.

Essa condição não traduz inaptidão civil, mas decorre de fatores concretos: o baixo letramento digital em face de uma inclusão tecnológica desassistida; a exposição a engenharia social sofisticada com pressão psicológica; o isolamento social, que diminui a rede de validação de contatos; e a atratividade de proventos previdenciários estáveis. Essa combinação expõe o público sênior a prejuízos que comprometem verbas alimentares indispensáveis ao custeio de moradia, saúde e nutrição.

As fraudes contemporâneas revelam expedientes lesivos diversificados. Destacam-se as contratações espúrias de mútuos consignados e cartões com reserva de margem consignável (RMC); as aberturas de contas correntes fantasmas em nome do titular para trânsito de recursos ilícitos; os esvaziamentos patrimoniais contínuos via Pix mediante transações fracionadas e atípicas; a simulação de centrais de atendimento telefônico bancárias; e a invasão remota de aparelhos celulares.

Frente a esses golpes, as instituições financeiras comumente alegam fato exclusivo da vítima (art. 14, § 3º, II, do CDC), sob o pretexto de que as ordens

foram autenticadas por senha, token ou biometria facial. Contudo, há distinção dogmática substancial entre autenticação mecânica e consentimento volitivo. A checagem algorítmica de credenciais atesta apenas a correspondência de caracteres ou traços físicos, mas não supre o consentimento livre, espontâneo e consciente exigido para a validade do negócio jurídico (art. 104 do Código Civil). Onde a vontade foi induzida por fraude ou manipulada por engenharia social, o consentimento inexistente ou resta irremediavelmente viciado.

Sob a ótica da teoria do risco do empreendimento (art. 14 do CDC e art. 927, parágrafo único, do CC), a responsabilidade civil das instituições financeiras é de ordem objetiva. A jurisprudência pacificada dos tribunais superiores, expressa pelo Superior Tribunal de Justiça na Súmula nº 479 e no Tema Repetitivo nº 466, estabelece que os desfalques praticados por terceiros no âmbito de operações bancárias configuram fortuito interno.

O STJ estabeleceu que o dever de incolumidade impõe às instituições a obrigação jurídica de manter monitoramento ativo de padrões transacionais. A inércia do aparato antifraude em bloquear movimentações anômalas, fracionadas ou fora do perfil do correntista idoso constitui defeito na prestação do serviço. Assim, compete aos bancos a restituição dos valores espoliados e a reparação pelos danos morais decorrentes da afronta à dignidade do consumidor hipervulnerável. ■



Foto: Divulgação

FREDIANO TEODORO

Advogado criminalista,
doutor e mestre em Direito
Penal pela PUC-SP.

@rgtadv

frediano@rgtadv.com.br

Seth Rogen Olivia Wilde Penélope Cruz Edward Norton



O Convite

Um jantar entre vizinhos abre espaço para uma conversa sobre desejo, intimidade e as verdades que um casamento aprende a contornar.

A ideia é simples: receber um casal de vizinhos para jantar. Uma situação absolutamente cotidiana que, em O Convite, parte do zero — quase banal, despreocupada — e chega a mil, numa sucessão de acontecimentos e emoções que alcançam o âmago de um casamento desgastado pela rotina implacável e pelas frustrações pessoais.

Da preparação cuidadosa da casa pela esposa à resistência do marido em receber os convidados; da chegada dos vizinhos aos elementos surpreendentes que se sucedem ao longo da noite, o filme se desenvolve essencialmente dentro do apartamento. E consegue fazer desse espaço limitado um universo inteiro de tensões, mantendo o tom cômico sem renunciar à profundidade necessária para envolver o espectador do começo ao fim.

Essa é a situação vivida por Joe e Angela, interpretados por Seth Rogen e Olivia Wilde. Com a relação por um fio, eles recebem os vizinhos Hawk e Piña, vividos por Edward Norton e Penélope Cruz. O que deveria ser apenas uma visita casual transforma-se, pouco a pouco, em uma noite de revelações, constrangimentos e descobertas. Olivia Wilde também assina a direção.

A premissa oferece terreno fértil para a comédia, sobretudo pela distância que pode existir entre a imagem que um casal apresenta ao mundo e a intimidade que conhece quando a porta se fecha. Diante de outras pessoas, uma observação banal adquire novo significado; uma brincadeira pode revelar um ressentimento antigo; e a desenvoltura alheia é capaz de despertar curiosidade, desconforto ou comparações que talvez jamais

surgissem em outras circunstâncias.

O encontro coloca em discussão desejos reprimidos e diferentes maneiras de experimentar a intimidade e a sexualidade. São temas que atravessam a história e fazem daquele jantar algo muito menos previsível do que seus anfitriões poderiam imaginar.

E há uma pergunta especialmente interessante por trás de tudo isso: quanto realmente sabemos sobre a pessoa com quem dividimos a vida?

Anos de convivência nos permitem reconhecer hábitos, antecipar respostas e perceber a mais sutil alteração de humor. Mas conhecer alguém não significa esgotar todas as possibilidades de descoberta. Ao contrário: a familiaridade, por vezes, nos convence de que já sabemos tudo — e é justamente quando deixamos de perguntar que algumas distâncias começam a se instalar.

O Convite fala sobre casamento, desejo e intimidade, mas também sobre aquilo que a rotina silenciosamente acomoda. Sobre as coisas que deixamos de dizer, as perguntas que deixamos de fazer e as partes de nós mesmos que, pouco a pouco, aprendemos a esconder até de quem está mais perto.

A indicação desta edição é para quem aprecia histórias em que o humor nasce das relações humanas, mas não termina com o riso. Porque, entre aquilo que desejamos, aquilo que admitimos e aquilo que somos capazes de dizer ao outro, pode existir um território inteiro ainda por descobrir.

- **Direção:** Olivia Wilde
- **Elenco principal:** Penélope Cruz, Edward Norton, Olivia Wilde e Seth Rogen.
- **Onde assistir:** nos cinemas e em plataformas digitais.

AR
TE
&
EN
TRE
TENI
MEN
TO

TRAVESSIAS

Em busca da Liberdade



*Uma história para
se emocionar,
rir e refletir.*

Quatro mulheres embarcam em um cruzeiro em busca de si mesmas. Levam consigo amores, perdas e decisões que já não podem adiar.

Em uma narrativa híbrida, que entrelaça autobiografia e ficção, Regina revisita sua trajetória com sinceridade: a infância marcada pela extrema pobreza na então periferia de São José dos Campos, a dolorosa morte da mãe, a formação em Direito e a construção de uma carreira de sucesso.

Até o encontro com seu príncipe encantado — e a tragédia que transformou aquela história de amor.

Valentina vive entre o fim e o possível recomeço de seu casamento. Bárbara atravessa um luto doloroso, acompanhado de descobertas inesperadas. Olivia precisa decidir se aceita um pedido de casamento ou preserva a vida com a qual já se sente plenamente feliz.

Elas não se conhecem. É somente perto do desfecho, no capítulo *Café para Quatro*, que seus caminhos se encontram e uma grande amizade começa.

Advogada e empresária, Regina estreia na literatura com uma obra que convida a rir, chorar e reconsiderar a própria vida. Uma história que deixa espaço para outras travessias.



aconteceu virou meon

CIA ATHLETICA, 29 ANOS



Foto: Divulgação

A Cia Athletica celebrou 29 anos em São José dos Campos com uma grande festa na Fazenda da Vovó. Alunos, amigos e convidados brindaram a trajetória da academia em uma noite de música e animação, com os DJs F3 comandando a pista

NO TOPO DA CIDADE

Com ingressos esgotados, a 5ª edição do Colinas On The Top movimentou o heliponto da Colinas Green Tower. Spinning, yoga e música, tendo como cenário uma vista privilegiada da cidade, marcaram os três dias do evento.



Fotos: Divulgação. Instagram: @colinasshopping/



Fotos: Divulgação. Instagram: @colinasshopping/

DESIGN NA MANTIQUEIRA

Campos do Jordão recebeu mais uma edição do Design Festival, reunindo arquitetura, arte, gastronomia e criatividade. Profissionais, empresários e convidados circularam pelos encontros que movimentaram a cidade e reforçaram sua vocação para receber experiências que unem cultura e sofisticação.



Fotos: www.instagram.com/campodajordao/festival

ILHABELA EM FESTA

O tradicional Festival do Camarão voltou a movimentar Ilhabela, reunindo gastronomia, música e encontros em torno de um dos principais eventos do calendário da ilha. Chefs, restaurantes, moradores e visitantes transformaram a Vila em ponto de encontro durante a programação.



Fotos: www.instagram.com/festivaldocamaraoelhabela

Fotos: www.instagram.com/festivaldocamaraoelhabela

TRADIÇÃO ÁRABE EM JACAREÍ

A comunidade sírio-libanesa de Jacareí reuniu famílias e convidados para mais uma edição da Festa Árabe. Gastronomia, cultura e memória marcaram o encontro, que celebrou também a contribuição de gerações de imigrantes e seus descendentes para a história da cidade.

PRA DEFENDER SÃO JOSÉ

ROSANA RABELO
22102
DEPUTADA ESTADUAL

DEPUTADO FEDERAL
Eduardo CURY
2212

Flávia Bolsonaro 22
- Alfredo Guspi

TARCÍSIO 10
- FELICIO RAMUTH

ANDRE DO PRADO 222
- FERNANDO FERNANDO 2007
- FERNANDO FERNANDO 2007

SENADOR DE RITE 111
- VICENTE SANTINI
- JULIO SERSON



Primavera pede estrada

A NOVA ALUGUEL CUIDA DA MOBILIDADE.
Seu próximo destino começa com liberdade para escolher o caminho.



A primavera chegou trazendo dias mais longos, temperaturas agradáveis e aquele desejo de sair da rotina. No Vale do Paraíba, na Serra da Mantiqueira e no Litoral Norte, não faltam destinos para aproveitar: viagens em família, passeios a dois, experiências gastronômicas, natureza ou simplesmente aquela escapada de fim de semana.

E se o destino está escolhido, a Nova Aluguel de Carros ajuda você a colocar o plano na estrada.

MAIS LIBERDADE PARA APROVEITAR O CAMINHO

Viajar de carro é muito mais do que chegar ao destino. É ter liberdade para escolher os horários, mudar o roteiro, fazer uma parada inesperada ou descobrir aquele lugar que não estava nos planos.

Um passeio pela Serra da Mantiqueira? Um fim de semana no Litoral Norte? Uma visita às cidades históricas da região? Com um carro à disposição, o roteiro ganha novas possibilidades.

E não é preciso ter um carro próprio para aproveitar essa liberdade. A locação é uma alternativa prática para quem precisa de um veículo por alguns dias, quer viajar sem colocar o próprio carro na estrada ou simplesmente busca uma solução de mobilidade para uma ocasião específica.

UM CARRO PARA O SEU MOMENTO

Viagem em família, compromisso profissional, visita de parentes, férias ou aquela escapada decidida de última hora. Cada momento pede uma solução diferente.

Por isso, a Nova Aluguel oferece uma frota diversificada, permitindo que o cliente escolha um veículo adequado à sua necessidade e ao seu roteiro. Mais do que disponibilizar um carro, a proposta é oferecer praticidade, flexibilidade e liberdade para o cliente usar o veículo pelo período que realmente precisa, sem assumir todos os custos e responsabilidades de manter um automóvel próprio.

NESTA PRIMAVERA, COLOQUE SEUS PLANOS EM MOVIMENTO

Tem lugares que estão esperando por uma visita. Histórias esperando para acontecer. E caminhos que só precisam de uma oportunidade para serem descobertos.

Você escolhe o destino. A Nova Aluguel ajuda a colocar o plano em movimento. Nesta primavera, deixe a rotina de lado, escolha seu roteiro e aproveite a liberdade de viajar do seu jeito.

NOVA ALUGUEL DE CARROS

Mobilidade para você ir mais longe

RESERVE AGORA!



☎ 12 3307-7077
www.novaaluguel.com.br

NOVA
aluguel de carros

Quem constrói o futuro

precisa de mobilidade para chegar até ele



Educação e Construção Civil têm algo em comum: ambas ajudam a transformar o futuro.

RESERVE
AGORA!



12 3307-7077
www.novaaluguel.com.br

nova
aluguel de carros



**Sabores, encontros,
experiências, descobertas.**

Há muitas formas de aprender vivendo.

