

SÃO PAULO EM NOTÍCIAS

ANO XXIX - EDIÇÃO: 101 - JANEIRO DE 2023 - CALIXTO DOS REIS - MTB:0062.284/SP - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

Senado já tem dois pedidos de impeachment contra Moraes em 2023



Em pouco mais de 20 dias de 2023, militantes bolsonaristas já protocolaram no Senado dois pedidos de impeachment contra o ministro do STF Alexandre de Moraes, um dos principais desafetos de Jair Bolsonaro.

O primeiro pedido foi protocolado em 5 de janeiro por seis advogados bolsonaristas. O segundo veio quatro dias depois e é assinado por Robert Petty, que chegou a ser candidato a vereador de Xangri-lá (RS) em 2020, pelo PSD. Nas argumentações dos pedidos, os bolsonaristas alegam que Moraes teria desrespeitado a lei como relator do chamado Inquérito das Fake News. Outro motivo seria o bloqueio de contas bancárias e redes sociais de investigados. Os bolsonaristas citam ainda como motivo para o impeachment do ministro a prisão do Cacique Tserere. Na ocasião, bolsonaristas atacaram o prédio-sede da Polícia Federal em Brasília, pedindo a libertação do indígena.

RÁDIO AÇÃO BRASIL.COM À MAIS DE 8 ANOS LIDERANDO O RANKING DE RÁDIO WEB



(Não Imitamos ninguém
mas somos copiados)

www.radioacaobrasil.com

BOCA NO TROMBONE



TODO MUNDO PRECISA SABER

Na Argentina, Lula promete volta do financiamento do BNDES a países vizinhos e construção de gasoduto no interior do país

Pág. 11

10 BENEFÍCIOS DE LER 15 MINUTOS TODOS OS DIAS

1. Reduz seu Stress.
2. Te deixa crítico(a).
3. Te deixa motivado(a).
4. Afia a sua memória.
5. Melhora a sua escrita.
6. Promove saúde mental
7. Treina o seu cérebro.
8. Te faz argumentar melhor.
9. Reforça sua disciplina.
10. Te faz evoluir.



Por um 2023 mais solidário



Diretor e Jornalista
Responsável: Sebastião
Calixto dos Reis

Fraternidade, solidariedade, altruísmo. As semanas finais de um ano sempre fazem com que esses e outros bons sentimentos floresçam em todos nós. E com isso, iniciativas de ajuda ao próximo sempre crescem e ganham destaque. Porém, que tal se fizéssemos de 2023 um ano em que esses sentimentos guiassem nossas ações?

Todos sabemos das dificuldades que nos foram impostas nos últimos anos, com as crises econômicas que afetaram a vida de tanta gente – em especial os mais pobres – e uma pandemia que nos atingiu de diversas formas. Os últimos dois anos, principalmente, não se mostraram fáceis para ninguém.

Contudo, existem pessoas e famílias que ainda não conseguiram dar passos adiante para deixar para trás todos os problemas. E são essas pessoas que precisam de nossa atenção e auxílio. Por isso é importante carregar esses nobres sentimentos, que aparecem com tanta força nos períodos festivos, para o nosso dia a dia e assim estimular que mais pessoas façam o mesmo. Muitas vezes uma pequena ação, que pode não ter um grande impacto para nós, pode mudar a vida de alguém. Pense nisso e, se puder, busque ajudar ao próximo. Assim, poderemos ter um ano melhor e fazer de 2023 um ano melhor também para outras pessoas.

iconix
Digital

www.iconixdigital.com.br

Av. Elísio Teixeira Leite, 1.385 - Freguesia do Ó - São Paulo
iconix_digital@hotmail.com | Tel: (11)3976-9677



FERREIRA SANTOS

IMÓVEIS

Estamos a disposição para atendê-lo, entre em contato conosco, temos uma diversa carteira de imóveis, o melhor que atende ao seu gosto e suas necessidades. O nosso foco é ajudar os nossos clientes, procure a Ferreira Santos Imoveis!!

A propaganda é a realização do nosso trabalho!

**Empresário
José Hugo**

**Compra, Vendas, Aluga e Administração de Bens
Corretor e Perito e Avaliador de Imóveis**

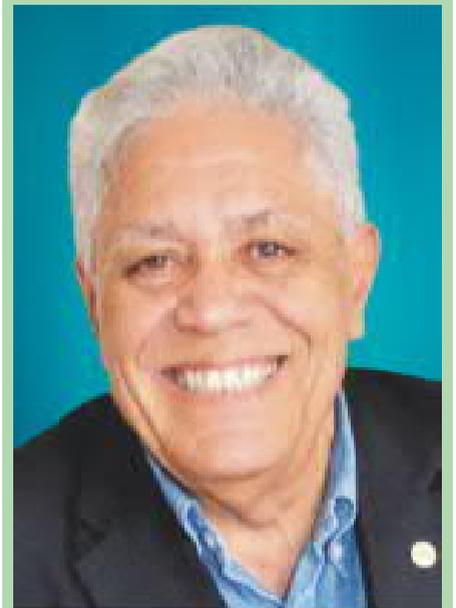
Aposentaria por invalidez, tempo de serviço, revisão de Loas

**Av. Itaberaba, 2741 - Freguesia do Ó/
São Paulo/SP - Tel: (11) 3925-7005
Email: ferreirasantosimoveis@hotmail.com**



94015-7222

SÍNTESE HISTÓRICA



Bacharel em Direito pela Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) Pós-Graduando em Direito Penal e Processual Penal pela Escola Paulista de Direito., Jornalista e Editor do Jornal São Paulo em Notícias, Revista Ação Brasil, Diretor do Grupo Ação de Mídia da Rádio e TV Web Ação Brasil.com. Membro/Associado da Associação Paulista de Imprensa (API). Radialista e Apresentador do Programa Calixto dos Reis, na Rádio Trianon 740AM SP, Diretor do Sindicato dos Compositores. e interprete do Estado de São Paulo, exercendo a função de Tesoureiro (SINDIESP) Membro Associado da ABRAMUS - Associação Brasileira de Música e Artes.

Técnico em Transação Imobiliária (TTI) pelo Instituto Universal Brasileiro. Atividades Artística: Cantor, Compositor, Músico, Produtor Musical tem 4 Albúm Gravado. É Jornalista Independente Opinativo (IDEALISTA).

-E-mail:jornalspnoticias@yahoo.com

Expediente:

Diretor e Jornalista Responsável:
Sebastião Calixto dos Reis
JORNAL SÃO PAULO
NOTÍCIAS

é editado pela Empresa Jornalística
Sebastião Calixto dos Reis.
ME Comunicações CNPJ - 19.998.702/
0001-34

Departamento Comercial:
Calixto dos Reis-
Repórter :
José Paraguassú M.
Cronemberger Reis -
(Correspondente Nordeste) Conselho
Editorial: Pierre Logan, Fernando
Henrique, João Augusto Reis
Departamento Jurídico:
Drª Aline Santos
Editoração Eletrônica:
Cassius Clay : Cel: 96676-1536

As matérias assinadas são de responsabilidade dos colaboradores não refletindo necessariamente a opinião do Jornal ou de seus responsáveis. Os nomes dos colaboradores e consultores constam em seus artigos e os mesmos não mantêm vínculo empregatício com a empresa.

Administração e Redação:
Rua Alexandre Fuzaro, 102 -
Jardim Primavera - Cep: 027-55080 - SP
Celular: oi - 9.5407-8696 - 9.5127-7600 - tim
Telefone: 2309-3526 - www.facebook.com/
sebastiaocalixtodos.reis - E-mail:
jornalspnoticias@yahoo.com.br

PROGRAMA *Calixto Dos Reis*

Todos **SABADOS**
DAS 12H ÀS 13H

SEGUNDA A
SEXTA DAS
12H ÀS 13H

**JORNALISTA: CALIXTO DOS
REIS - MTB: 0062284/SP**



9.5407-8696

AV. DEP. EMILIO CARLOS, 896 - BAIRRO DO LIMÃO (PRÓX. A PADARIA LAREIRA)

WWW.RADIOACAOBRASIL.COM

Braço robótico, criado por alunos de Etec, auxilia crianças com paralisia cerebral

Projeto foi reconhecido como o melhor da sessão em Neuroreabilitação do Congresso Latino-Americano de Órgãos Artificiais e Biomateriais

Alunos do Ensino Médio Integrado ao Técnico de Eletrotécnica da Escola Técnica Estadual (Etec) Jaraguá, da capital, criaram e apresentaram um projeto de um braço robótico para fisioterapia infantil na 7ª edição do Latin American Congress of Artificial Organs and Biomaterial, conhecido como OBI. Caroline Brito, Eric Frazão e Gabriel Mera, sob



a orientação do professor Jean Mendes, desenvolveram um equipamento que é capaz de reproduzir, em tempo real, movimentos humanos. O projeto funciona com sensores instalados ao longo do braço do usuário. Cada gesto que a

pessoa faz é captado e enviado ao protótipo, por meio de radiofrequência, e o equipamento imita a movimentação. Na fisioterapia infantil, o projeto poderia auxiliar os pacientes em reabilitação, por meio de atividades lúdicas. “Por

exemplo, a criança agarra uma bolinha e coloca em uma caixa e o braço robótico imita esse movimento. Essa atividade contribui para desenvolver a parte cognitiva e motora, reduzindo as consequências da paralisia cerebral e promovendo a independência do paciente em tarefas do dia a dia”, explica Eric, de 17 anos. O jovem adorou a experiência de participar de um congresso internacional. “Foi incrível. Nosso projeto foi reconhecido como o melhor da sessão em Neuroreabilitação, apesar de estarmos em meio a muitos projetos de pós-graduação. Acredito que essa participação foi importante para trazer mais confiança e maturidade, tanto individu-

al quanto em grupo.” O Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) da equipe também foi apresentado em outros eventos, como a Feira de Ciência e Tecnologia da Região de Bragança Paulista (Bragantec) e a Feira Brasileira de Ciências e Engenharia (Febrace), organizada pela Universidade de São Paulo (USP). A submissão da ideia ao OBI foi feita no final do ano passado e a apresentação online aconteceu em dezembro. Para o futuro, Eric espera colocar em prática os estudos, e aplicar o braço robótico na fisioterapia. “Queremos auxiliar crianças com paralisia cerebral por meio de brincadeiras que utilizem movimentos fisioterapêuticos”, finaliza.

Saiba mais: prefeitura.sp.gov.br/dengue



EXISTEM MANEIRAS
MAIS FÁCEIS DE
SE PREVENIR
CONTRA O MOSQUITO
DA DENGUE.



DENGUE
VAMOS JUNTOS
COMBATER
O MOSQUITO

Combater o mosquito da dengue pode ser mais fácil do que imaginamos. São hábitos simples, do dia a dia, que evitam que o mosquito prolifere. Vamos juntos combater o mosquito da dengue, todos os dias.



Tire os pratos dos vasos de planta.



Mantenha garrafas vazias de cabeça para baixo.



Mantenha a caixa d'água sempre fechada.



Guarde os pneus em locais cobertos.



Não acumule entulho.

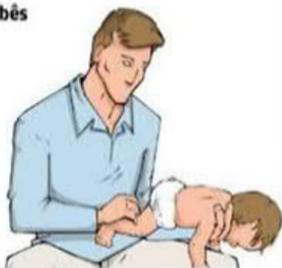


**CIDADE DE
SÃO PAULO**

O que fazer quando o bebê engasga na hora de mamar?

Como agir

Bebês



Coloque o bebê de bruços em cima de seu braço, apoiado na sua perna e efetue 5 compressões rápidas no meio das costas



Se o engasgo for com sólidos, tente visualizar o corpo estranho e retirá-lo delicadamente. Caso não consiga, repita as compressões até a chegada de um serviço de emergência



Caso consiga expelir o corpo estranho, mas o bebê não recupere a respiração, deite-o de costas, eleve a mandíbula e faça respiração boca a boca. Mas, para isso, é necessário a certeza de que o objeto foi expelido para não complicar o caso

192
193



Atenção: Sempre que a vítima perder a consciência, peça ajuda imediatamente para o Serviço de Emergência (192 ou 193)



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Mas o que fazer para evitar que seu bebê se engasgue?

Em crianças com menos de um ano, o mais comum é engasgar com líquidos – especialmente o leite materno. Como a traqueia possui um mecanismo de proteção, a criança vai tossir para expulsar o gole que foi para o lugar errado, portanto, dificilmente, ela ficará com as vias aéreas bloqueadas por muito tempo. Mesmo assim, algumas atitudes podem diminuir o risco: • Amamente em local tranquilo; • é importante para que a criança não sugue o peito ansiosa. Se a criança estiver com muita fome, a dica é deixá-la mamar por alguns segundos, separá-la do seu peito para que se acalme e depois volte a sugar, menos afobada; • deixe a criança na posição vertical por cerca de meia hora após a mamada; • nesse intervalo de tempo ela pode arrotar ou regurgitar. Se mesmo depois de meia hora você ainda não tiver ouvido um arroto, fique tranquila. O ar sai por gravidade.

E crianças com mais de um ano?

• Preste muita atenção no chão onde seu bebê engatinha ou caminha, tente ver pelo ponto de vista curioso de uma criança e tire do alcance tudo que possa representar algum perigo; • só compre brinquedos certificados pelo Inmetro e que sejam indicados para a faixa etária do seu filho; • preste atenção nos acessórios das roupas, o melhor é que nada se solte, como broches por exemplo, pois pode ser perigoso; • a hora da refeição deve ser o mais tranquila possível, evite que ele fale muito e especialmente dê risadas com a comida na boca; • existem alguns alimentos que podem ser evitados, como o amendoim, azeitona e frutas com caroço. Nesses casos, sirva sempre cortado e sem sementes ou caroços; • conheça os procedimentos de emergência e tenha o número dos bombeiros na geladeira;

Procedimentos de emergência:

A primeira atitude é verificar se a criança está respirando. Se sim, você deve incentivar a tosse. Nada de mandar levantar os braços ou bater nas costas, pois o objeto que está bloqueando parcialmente as vias aéreas pode deslocar-se para bloqueá-la totalmente. Coloque a criança no carro e leve imediatamente ao pronto socorro ou chame o atendimento de urgência. Se a criança dá sinal de obstrução severa, respira com muita dificuldade, começa a ficar vermelha e não emite sons, você deve começar as manobras de emergência. Para as menores de 1 ano, coloque-as sobre suas pernas de barriga para baixo e com a cabeça levemente inclinada para baixo. Dê cinco tapas nas costas, entre as escápulas. Depois vire-a de frente e repita as compressões no meio do tórax na altura dos mamilos. Os golpes devem ser vigorosos. Enquanto isso, chame a ambulância. Se a criança tem mais de 1 ano, o indicado é a manobra de Heimlich. Abraça a criança por trás e coloque suas mãos na boca do estômago, que fica logo abaixo do peitoral entre as costelas, fazendo um movimento circular para cima. Isso pode ajudar a expelir o objeto. Caso a criança, tanto as mais novas quanto as mais velhas, fiquem inconscientes, os responsáveis devem realizar massagem cardíaca. Coloque a criança deitada e faça duas respirações boca a boca. Abra a boca e veja se o objeto foi expelido. Se não, faça trinta compressões no tórax e abra a boca novamente. Se o objeto tiver sido expelido, retire-o cuidadosamente com os dedos em forma de pinça e faça mais duas ventilações boca a boca. Repita o procedimento até o socorro chegar.

Em Davos, Tarcísio discute novas tecnologias, energias renováveis e futuras parcerias

Encerrando sua participação no Fórum Econômico Mundial, governador encontrou com o ex-vice-presidente dos EUA Al Gore



reunião de quinta-feira (19) foi com o presidente da Microsoft para a América Latina, Rodrigo Kede. Eles conversaram sobre novas tecnologias para serviços públicos como telemedicina e educação, buscando melhorias para a vida do cidadão. Em seguida, o governador se encontrou com Francesco Estarace, CEO da Enel, que conheceu o portfólio de projetos para o estado. “Vamos nos falar futuramente para recebê-lo em São Paulo e apresentarmos com mais detalhes os projetos na área de energias renováveis, redes inteligentes de distribuição de energia, os chamados smart grids, e a possibilidade de expansão dessas experiências para o nosso estado”, comentou Tarcísio. Além da Enel, o governador esteve com Ana Paula Marques, Membro do Conselho de Administração Executivo da EDP (Energias de Portugal AS). Nos últimos anos, a companhia injetou R\$ 2,5 bilhões no estado de São Paulo e Tarcísio aproveitou o encontro para ouvir sobre os futuros investimentos e projetos em andamento da EDP. Ainda durante a manhã, o governador encontrou com Veronica Scotti, presidente da Swiss Re. A maior companhia de seguros e resseguros do mundo é investidora em infraestrutura e sinalizou interesse nos instrumentos de finanças verdes que constam no plano de governo de São Paulo. Tarcísio de Freitas também se reuniu com Kevin Ali, CEO da Organon. A empresa global de saúde possui fábrica em Campinas e é líder no desenvolvimento de medicamentos para mulheres. “Agendamos um encontro em abril, em São Paulo, para discutirmos pessoalmente possíveis parcerias envolvendo a nossa recém-criada Secretaria de Polí-

ticas para a Mulher”, destaca o governador. A última reunião do governador Tarcísio de Freitas em Davos foi com Al Gore, Prêmio Nobel da Paz, ambientalista e ex-vice-presidente dos Estados Unidos. Ambos conversaram sobre as mudanças climáticas, o governador disse que está ciente da responsabilidade do governo acerca do tema e, por isso, está trabalhando para transformar São Paulo em referência de estado com as melhores práticas sustentáveis. Tarcísio apresentou para Gore três medidas que estão na pauta do governo e que são relevantes para a agenda climática: 1) criação de green bonds (títulos verdes) para captação de recursos do mercado privado com o objetivo de investir em preservação ambiental; 2) absorção de expertise de organizações internacionais para que a atenção às mudanças climáticas seja transversal em todos os projetos do estado; e 3) estruturação de um órgão fiscalizador do cumprimento dessas ações transversais. Ao final, Tarcísio convidou Al Gore para visitá-lo em São Paulo e apresentar mais detalhadamente os dados e projetos que o Estado pretende concretizar. O governador esteve também com Selina Jackson, vice-presidente da P&G, Jennifer Morgan, secretária de estado e enviada especial para ação climática do governo da Alemanha e Donald Tang, vice-presidente da SHEIN.

Esta foi a primeira missão internacional de Tarcísio de Freitas à frente do Governo do Estado de São Paulo. O governador viajou acompanhado do secretário de Negócios Internacionais Lucas Ferraz, de Arthur Lima, secretário-chefe da Casa Civil, e de Lais Vita, secretária de Comunicação.

No último dia em Davos, o governador de São Paulo, Tarcísio de Freitas, seguiu com os encontros marcados com representantes de governos, investidores e empresas privadas. Também se encontrou com o ambientalista, Prêmio Nobel da Paz e ex-vice-presidente dos Estados Unidos Al Gore. A primeira

#DoeSangue

ONDE POSSO DOAR?

CAPITAL E GRANDE SP

POSTO CLÍNICAS

AV. DR. ENÉAS CARVALHO DE AGUIAR, 155 - CERQUEIRA CÉSAR (SÃO PAULO - SP)

POSTO DANTE PAZZANESE

AV. DOUTOR DANTE PAZZANESE, 500 - IBIRAPUERA (SÃO PAULO - SP)

POSTO MANDAQUI

RUA VOLUNTÁRIOS DA PÁTRIA, 4.227 - MANDAQUI (SÃO PAULO - SP)

POSTO REGIONAL DE OSASCO

RUA ARI BARROSO, 355 - PRESIDENTE ALTINO (OSASCO - SP)

POSTO BARUERI

RUA ANGELA MIRELLA, 354, TÉRREO - JARDIM BARUERI (BARUERI-SP)

POSTO STELLA MARIS

RUA MARIA CÂNDIDA PEREIRA, 568 - ITAPEGICA (GUARULHOS-SP)

ACESSE O SITE DA INSTITUIÇÃO E CONFIRA OS BANCOS DE SANGUE DO INTERIOR E LITORAL PARCEIROS DO GOVERNO DE SP



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

5 CUIDADOS QUE VOCÊ PRECISA TER AO DIRIGIR NA CHUVA ⚠️



- AO PERCEBER ACÚMULO DE ÁGUA NA PISTA, REDUZA A VELOCIDADE;
- EM ÁREAS DE ALAGAMENTO, TENHA CALMA E AGUARDE O NÍVEL DA ÁGUA BAIXAR;
- ACENDA AS LANTERNAS E OS FARÓIS BAIXOS PARA FACILITAR QUE SEU CARRO SEJA VISTO POR OUTROS CONDUTORES;
- MANTENHA DISTÂNCIA SEGURA DOS DEMAIS VEÍCULOS, ESPECIALMENTE O QUE VAI À SUA FRENTE.
- EVITE FREAR DE MANEIRA BRUSCA PARA NÃO TRAVAR AS RODAS E DERRAPAR POR FALTA DE ADERÊNCIA;
- LEMBRE-SE: NÃO USE O CELULAR QUANDO ESTIVER DIRIGINDO

DEFESA CIVIL GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Piauí - Teresina

Sessão Solene marca o início das atividades da Albeartes em 2023

No último sábado (21), a Albeartes – Academia de Letras e Belas Artes de Floriano e Vale do Parnaíba, reabriu as portas para as atividades de 2023. Foi uma sessão solene, uma noite rica culturalmente, com apresentações artísticas, música, poesia, entre outras.

A sessão contou com a presença do Presidente da Albeartes José Bruno dos Santos, do prefeito Antonio Reis que também assume uma cadeira na academia, vários intelectuais albearteanos e convidados compareceram a sessão. Na oportunidade teve apresentação de convidados, como Manoel Macedo que falou um pouco da sua história e declamou poesia, prof. Jardel Viana que se apresentou tocando várias músicas, inclusive músicas clássicas, um aluno da Escolinha de Música da Albeartes Vovó Iaiá também se apresentou, a profª Francineuma Dantas, a poetiza Jusmaria, os albearteanos José Paraguassú e Dina Paraguassú, Rosenilta Attem, a Secretária de Cultura, Esportes e lazer de Floriano, Elineuza Ramos, entre outros. “Foi uma noite muito agradável, todos saíram de lá felizes por terem participado de um evento tão culto e tão rico”, destacou o poeta, escritor e compositor José Paraguassú. Fonte: Rota 24hs



POESIA EM FOCO

Como é belo esse olhar de menino
 Num rosto que o tempo
 fez questão de mudar
 Como é belo esse olhar de menino
 Que escreve seu destino, transpondo
 barreiras como desejar
 Como é belo esse olhar de menino
 Que o poeta descreve no seu versejar
 Como é belo esse olhar de menino
 Que faz da vida um
 poema para nos ofertar
 Como é belo esse olhar de menino
 Que tem tanta alegria e com tanta
 magia, nos convida a amar
 Como é belo esse olhar de menino
 Que enfeita os caminhos
 com seu caminhar
 Como é belo esse olhar de menino
 Que encontrei no meu caminho
 Com seu doce carinho,
 nos ajuda a mudar



Enfermeira, especialista em Saúde Pública e do Trabalhador Poetisa e Compositora.

Dina Paraguassú

Ouçamos

Ouçamos música
 Ouçamos Alceu
 Do meu ou
 do seu
 Gosto
 Ouçamos a poesia
 De Sousa Filho
 De José Paraguassú
 Seja Sousa, Paraguassú
 Ou Alceu
 Seja ao meu ou
 Ao seu gosto

Ao poeta e amigo José Paraguassú
 Do poeta Sousa Filho



Escritor, músico, compositor e poeta. Membro da ALBEARTES – Academia de Letras e Belas Artes de Floriano e Vale do Parnaíba. Repórter correspondente do Jornal São Paulo em Notícias e Revista Ação Brasil

Se ao lado da biblioteca houver um jardim, nada faltará.



Calixto dos Reis Bacharel em Direito pela Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU) Curso de Extensão de Diplomacia e para Diplomacia pelas Faculdades Metropolitana Unidas (FMU) Pós-Graduando em Direito Penal e Processual Penal pela Escola Paulista de Direito,. Jornalista e Editor do Jornal São Paulo em Notícias, Revista Ação Brasil, Diretor do Grupo Ação de Mídia da Rádio e TV . Web Ação Brasil.com. Membro / Associado da Associação Paulista de Imprensa (API). Radialista e Apresentador do Programa Calixto dos Reis, na Rádio Trianon 740AM SP, Diretor do Sindicato dos Compositores. e interprete do Estado de São Paulo, exercendo a função de Tesoureiro (SINDIESP) Membro Associado da ABRAMUS - Associação Brasileira de Música e Artes. Técnico em Transações Imobiliária (TTI) pelo Instituto Universal Brasileiro. Corretor de Imóveis. Atividades Artística: Cantor, Compositor, Músico, Produtor Musical tem 4 Albúm Gravado. É Jornalista Independente Opinativo (IDEALISTA). E-mail:jornalspnoticias@yahoo.com

No Egípto, as bibliotecas eram chamadas "Tesouro dos remédios da alma". De fato é nelas que se cura a ignorância, a mais perigosa das enfermidades e a origem de todas as outras.

Rombo

Calixto dos Reis

Americanas contrata Alvares & Marsal, consultoria que cuidou de Odebrecht e Casa

Consultoria, com sede nos EUA, já trabalhou nas reestruturações da varejista carioca Leader, que enfrentou um processo de recuperação judicial



A Americanas informou em comunicado ao mercado nesta segunda-feira (23) a contratação da consultoria Alvarez & Marsal, especializada na gestão de empresas com graves problemas financeiros. A consultoria, com sede nos EUA, já trabalhou nas reestruturações das varejistas cariocas Leader e Casa & Video -ambas enfrentaram processos de recuperação judicial. A Alvarez & Marsal também foi administradora da recuperação judicial da Odebrecht, e teve, posteriormente, o ex-juiz Sergio Moro entre seus quadros. A contratação de Moro foi alvo de investigação pelo TCU (Tribunal de Contas da União) por conflito de interesse.

De acordo com o comunicado, a Alvarez & Marsal vai atuar como "PMO (Project Management Office)" em relação ao processo de recuperação judicial, ao qual a Americanas aderiu na última quinta-feira (19). Na prática, a empresa vai apoiar o processo de reestruturação do negócio. "A A&M atuará em coordenação com o Rothschild&Co, interlocutor da companhia na renegociação da dívida financeira. O objetivo da companhia é assegurar que a equipe executiva tenha todo apoio e ferramentas de referência no mercado para atingir os objetivos estratégicos do negócio", diz o texto.

OS MAIS COMPLETOS PLANOS DE SAÚDE PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA!

ATENDIMENTO EXCLUSIVO E AS MELHORES CONDIÇÕES DO MERCADO.

SOLICITE UM ORÇAMENTO PELO WHATSAPP

Whatsapp



96658-5122



BOCA NO TROMBONE



TODO MUNDO PRECISA SABER



Diretor e Jornalista
Responsável:
Sebastião Calixto dos Reis

Na Argentina, Lula promete volta do financiamento do BNDES a países vizinhos e construção de gasoduto no interior do país

Adivinha quem vai pagar essa ! + Obras nos países vizinhos com dinheiro do BNDES e o Brasil que se ?

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva afirmou, nesta segunda-feira (dia 23), que o BNDES vai voltar a financiar projetos de desenvolvimento e engenharia em países vizinhos. A fala foi feita a um grupo de empresários argentinos e brasileiros em Buenos Aires, na primeira viagem internacional de Lula desde que tomou posse. — O BNDES vai voltar a financiar as relações comerciais do Brasil e vai voltar a financiar projetos de engenharia para ajudar empresas brasileiras no exterior. É para ajudar que os países vizinhos possam crescer e até vender o resultado desse crescimento para o Brasil. O Brasil não pode ficar distante. O Brasil não pode se apequenar. Faz exatamente quatro anos que o BNDES não empresta dinheiro para desenvolvimento — disse o presidente. Pouco antes, ao lado de Alberto Fernandez, na Casa Rosada, Lula afirmou que irá criar condições para financiar o gasoduto Néstor Kirchner, na Argentina.

A primeira fase do gasoduto está concluída e o governo argentino busca recursos para continuar a obra, com 500 quilômetros,

ligando os campos de óleo e gás da região de Vaca Muerta até San Jerónimo, na província de Santa Fé, possibilitando a exportação para o Brasil.

— Temos banco de desenvolvimento, quero dizer que vamos criar condições para fazer financiamento que a gente puder fazer para ajudar. De vez em quando ouvimos críticas no Brasil por ignorância de pessoas que acham que não pode haver financiamento de engenharia para outros países. Eu acho que não só que pode, como é necessário, o Brasil, ajudar todos os seus parceiros. E é isso que vamos fazer dentro das possibilidades econômicas do nosso país — disse Lula em Buenos Aires.

Lula defendeu que o Brasil, como maior economia da América do Sul, "tem obrigação" de ser "indutor do impulsionamento das relações comerciais, políticas e econômicas" do continente. — Esse isolamento não ajudou um único país, não tem um único país da América do Sul que teve qualquer privilégio ou ascensão nos últimos anos por conta da irresponsabilidade, falta de compromisso e sensatez. Fonte: //extra.globo





Gabriela Paproschi

Graduada em Pedagogia pela Universidade Nove de Julho e pós-graduando em Psicopedagogia Clínica e Institucional pela Universidade Presbiteriana Mackenzie. Com uma carreira atuante há 7 anos na área da educação, em escolas privadas de educação básica, como professora de Educação Infantil.



GABRIELA PAPROSCHI

AULA PARTICULAR

Educação Infantil

Ensino Fundamental I (1º ao 5º ano)

- Reforço e acompanhamento escolar;
- Alfabetização;
- Auxílio em tarefas (todas as disciplinas);
- Atendimento presencial em domicílio (verificar a disponibilidade para o bairro) e atendimento remoto.



(11) 972000625



@educapaproschi



gabrielapaproschi@gmail.com





ESTICADAS

do Brás Pereira

Hein e por quê?

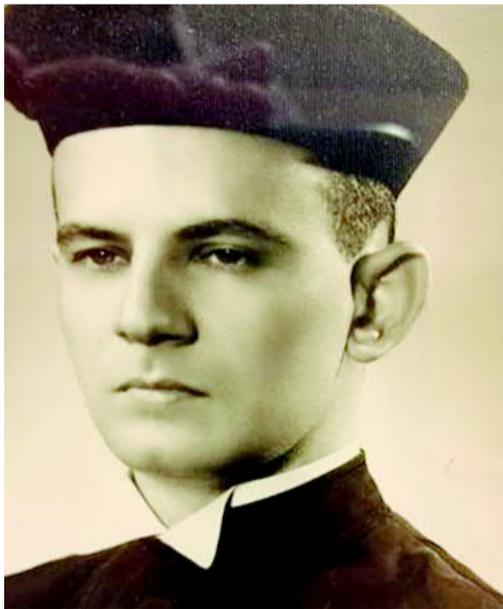
Programa de combate as cracolândias no Estado de São Paulo

Vice-Governador, Felício Ramuth, responsável pelo importantíssimo programa de combate as cracolândias no Estado de São Paulo está ouvindo a Sociedade e na quarta-feira reuniu, no Palácio dos Bandeirantes, sede do governo do Estado, o psiquiatra referência na recuperação de dependentes no Brasil, médico Pablo Miguel Roig, a jornalista Izilda Alves e o jornalista Pedro Nastri, que apresenta o "Metrópole em Foco", na Trianon AM 740, de segunda a sexta-feira, com grande audiência na capital e cidades do litoral. A epidemia causada pelo uso de drogas tem sido tema de Izilda Alves no jornal "SÃO PAULO DE FATO". E às terças e quintas-feiras, apresenta com o doutor Pablo Roig "Metrópole em foco contra as drogas", no programa de Pedro Nastri. Na reunião, entregou ao Vice-Governador, Felício Ramuth, seu livro "Guerra pela vida", que escreveu para o Instituto Jovem Pan, com a importante participação do psiquiatra Pablo Roig.



Dr. Pablo Roig, Vice-Governador Felício Ramuth e os jornalistas Izilda Alves e Pedro Nastri

CENTENÁRIO DE NASCIMENTO
Dr. Paulo Von Bruck de Lacerda
4 de janeiro de 1923 a 2023



O Dr. Paulo Von Bruck de Lacerda, comemorou o Centenário de Nascimento, era Formado em Direito pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo -PUC- Colou Grau em 1951, aluno laureado nasceu no dia 4 de janeiro de 1923. Foi casado com Sra. Dulce Bastos Lacerda, de família tradicional: deixou dois filhos Dr. Paulo Francisco Bastos Von Bruck de Lacerda, advogado Prof. Graduado da -PUC- Dr. Walter Bastos Von Bruck de Lacerda Bacharel em Direito, funcionário da Justiça Federal de São Paulo deixa netos Prof. Dr. Maurício Andere Von Bruck de Lacerda advogado com mestrado pela Universidade de Lisboa, Portugal. Dr. Guilherme Bacharel em Direito M&ua cute;sico, Compositor. Dr. Paulo era Neto do Barão de Von Bruck de descendente de Alemães. Nasceu em Porto Alegre, RS. Foi Assessor Jurídico no Governo do Dr. Adhemar Pereira de Barros; era da família do Senador Maurício de Lacerda, pai do jornalista Carlos Lacerda que foi Governador do Rio de Janeiro, antigo Estado da Guanabara; Maçon, pertencia a GLESP, era jornalista, advogado militante: membro da OAB SP, sócio efetivo da API. Oficial da Reserva do Exército Brasileiro, Cel. da R/2 Militar. Foi homem ilustre, deixou legado de bondade, lealdade, dignidade, um cavalheiro amigo, pai, avô, sogro, muito solidário, um grande advogado, grande brasileiro! **Fernando Girão, Jornalista.**



Tia Fake News! Um texto relaxante e laxante, ideal para ler no banheiro

Escrito em formato de peça teatral, essa comédia conta a história de Daltinho, um playboy paulistano que se depara com dois problemas ao mesmo tempo: estar falido e ter que abrigar sua então desconhecida tia Esmeralda, expulsa do asilo após dar um golpe na previdência. O encontro dos dois é combustível para uma trama que envolve prêmios da Mega-Sena, máfia de gangsters da terceira idade, biscoitos albaneses e a temida Vovó do Pó... Tudo Fake News.

O livro ainda conta com as peças curtas de humor: Sempre Multiúso; Meu Nome é Gal. Costa; Dino, Herói do Povo; O Verdadeiro Vilão de Gotham City; Bebel, a Belina Assassina e Auto Escola para Nervosos. Textos ideais para serem encenados em escolas de teatro e atividades culturais do ensino médio.

Encontro de lideranças



Evento organizado pelo Consul Geral em Lagos, Nigéria, aconteceu no dia 7 de setembro de 2022, em grande estilo. Na foto da esquerda para a direita: Ivana Luz, Consul Geral do Brasil em Lagos, embaixador Chico Luz, o CEO da Air Peace Allen Onyeama e sua esposa e a chefe de operações da companhia aérea Toyin Olajide. O Consul em breve será transferido para assumir o Consulado do Brasil em Santa Cruz de La Sierra, Bolívia, esta empresa aérea está planejando criar uma linha com o Brasil. Estamos na expectativa.

Roteiro **Cassius Clay**

Bar do Tião - Sede Zero

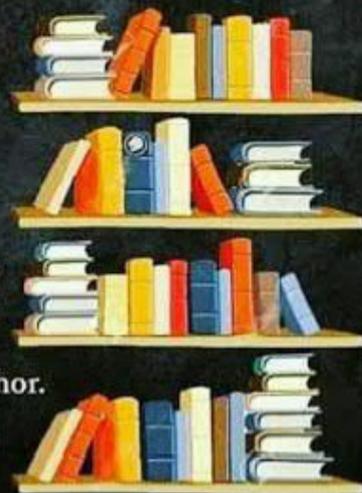


O Bar do Tião é um local onde os amigos se reúnem para apreciar uma cerveja bem gelada, conversar, rir, assistir aos jogos do seu time de coração, paquerar e se divertir muito. Estamos abertos de segunda a sábado. O Bar traz além das saborosas porções, diversos atrativos especiais. Dispomos de um vasto acervo de cachaças nacionais e importadas. Sinta-se à vontade com seus amigos e familiares. Aproveite todo conforto e agilidade dos nossos serviços. A conquista de nossos clientes está relacionada a grande qualidade que oferecemos em nossos serviços.

Rua Monjolo, 386 - Freguesia do Ó - São Paulo
 Telefones: (11) 3999-5213 / 94736-4989
www.bardotiao.com.br

10 BENEFÍCIOS DE LER 15 MINUTOS TODOS OS DIAS

1. Reduz seu Stress.
2. Te deixa crítico(a).
3. Te deixa motivado(a).
4. Afia a sua memória.
5. Melhora a sua escrita.
6. Promove saúde mental
7. Treina o seu cérebro.
8. Te faz argumentar melhor.
9. Reforça sua disciplina.
10. Te faz evoluir.



BEBIDAS, DOSES, CARVÃO, ESSENCIA VARIOS SABORES E ALUGUEL DE NARGUILÉ
 Aceitamos todos os Cartões

DELIVERY
 (11) 97877-9612
 @adega_levi

ADEGA LEVI

Av. Imirim, 3.130- Imirim

Curso Gratuito
INCLUSÃO DIGITAL/ INFORMÁTICA
Inscrições abertas a partir do dia 16/01/23

TURMA 30ª - A: ACIMA DE 25 ANOS ATÉ 49 ANOS
 Dias da Semana :Terça e quinta feira - Horário das : 10h30min às 12h

TURMA 30ª - B: ACIMA DE 50 ANOS
 Dias da Semana: terça e quinta feira - 08h20min às 09h50min

Documentos para Inscrição:

- Apresentar Carteirainha de vacinação contra Covid-19
- RG + Cópia
- CPF + Cópia
- Comprovante de Residência + Cópia

VAGAS LIMITADAS

Horário de atendimento das 08h30min às 16h30min
 De Segunda à sexta feira

Endereço: Rua Atlântico Meridional, 120 - Imirim
 Maiores Informações: (11) 3981-2187 / (11) 95041-5001

Norte Camp
www.campnorte.org.br
 Desde 1985, transformando vidas e famílias.

Visite nosso site:
www.radioacaobrasil.com

Celular: oi - 9.5407-8696 - 9.5127-7600 - tim Telefone: 2309-3526 -
www.facebook.com/sebastiaocalixtodos.reis -
 E-mail: jornalspnoticias@yahoo.com.br

DH.ON

SEGURANÇA ELETRÔNICA

Somos especialistas em venda,
instalação e manutenção de:

- CFTV e CFTV/IP
- Alarmes
- Controle de Acesso
- Automação Residencial
- Interfones
- Redes Estruturadas
- Sistema de Controle de Acesso
- Portaria Virtual

ALARME
MONITORADO
24 HORAS
R\$ **99,99***
Mensal



CONSULTE-NOS:

☎ 11 2691-1984



11 95964-6748

DHONSEGURANCAELETRONICA.COM.BR



@DH.ONSEG



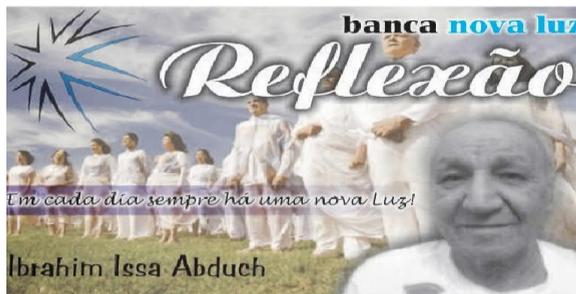
*Valor referente a mensalidade, equipamento não incluso - Imagens meramente ilustrativas

Igreja Missionária nas Pegadas de Jesus



www.radiofmnaspegadasdejesus.com





O cuidado com nossas crianças 3/3



“A diferença entre um remédio e um veneno está só na dosagem” (Paracelso) “Com todo o desenvolvimento tecnológico, é imprescindível que as crianças aprendam desde cedo, a fazer uso desta tecnologia que impera na maioria que é a informática. Experiências em escolas demonstram que ela é um instrumento importante na formação e construção do conhecimento, mas, todo cuidado é pouco porque, também influencia na formação do caráter” (Fernandinho). O computador entrou em nossas vidas para facilitar, mas, tem muita gente “miúda” entrando nas redes sociais e muitos pais sem saber como orientar. Pela internet as crianças se comunicam com pessoas estranhas e por vezes mal-intencionadas.

A hora é agora de incluir a rede de computadores nas conversas no lar. Antes que eles se exponham a riscos e a assuntos inadequados é necessário saber quais os sites visitados e sobre o que é conversado nas salas de bate-papo. Deve-se explicar que não podem fornecer informações pessoais como nome completo, endereço correto da casa ou da escola que frequenta ou mesmo o número de telefone. Orientá-los para que jamais aceitem presentes ou dinheiro de desconhecidos é imprescindível e nunca responder a mensagens com conteúdo obsceno é es-

sencial e se isso acontecer, que os pais sejam avisados para as atitudes cabíveis. Recomendamos que em suas conversas sobre o assunto as crianças sejam alertadas que as pessoas podem se passar por outras e esconder suas verdadeiras identidades. Na medida em que se oferece um novo instrumento para os “pequenos” é preciso que aja um acompanhamento dos pais para orientar a criança a buscar informações porque o computador pode ser prejudicial para aqueles que se fixam em jogos violentos que desencadeiam agressividades sem ajudar a desenvolver o raciocínio.

Estabelecer regras para uma vida saudável com a tecnologia é produzir benefícios futuros para todos. Não espere viver sem problemas, de vez que problemas são ingredientes de evolução e necessário ao caminho de todos, agora, evitar problemas é nosso dever, porque, Deus nos concede, a cada dia, uma página nova no livro do tempo e aquilo que colocamos nela, corre por nossa conta. Não se esqueça que somos espíritos eternos caminhando para Deus com o amparo de Jesus.

Não desanime, pois a cada dia a Esperança deve ser renovada. Saiba que ter forças e coragem para vencer a si próprio e não o mundo já é uma vitória e tuas crianças seguirão teus exemplos.

BANCA NOVA LUZ! (A Banca do Livro Espírita) / Visite-nos: Av. Itaberaba em frente ao 341, no muro do cemitério da Freguesia do Ó / Fale conosco: 11-97020.1055 / 11-2841.9061 e Ibraduch@hotmail.com / Conheça nossos pensamentos: www.bancanovauluz.blogspot.com.br/ / Leia notícias jornalísticas: www.saopaulodefato.com.br/ e Lembre-se: **EM CADA DIA SEMPRE HÁ UMA NOVA LUZ! Venha conhecer nossa feirinha permanente de livros ao preço único de R\$ 9,90 cada!**



Áries - 21 de Março a 19 de Abril

No princípio do mês você vai adquirir um sentimento de apreço; sua autoestima aumentará. Mas lembre-se de não ficar muito empolgado ou agitado. Ainda que possa parecer que você controla a situação, a qualquer momento as coisas podem tomar um rumo completamente inesperado e ficarem fora de controle. Alguém muito especial para você e que é excepcionalmente importante

Touro - 20 de Abril a 20 de Maio

Amor: Eita! A paquera pode ter alguns imprevistos e talvez o crush não seja exatamente como você imagina. Porém, a partir do dia 6, você vai ser puro carisma e tem grandes chances de mandar bem na paquera. Se namora, pode faltar confiança e sobrar ciúme, tenha cuidado! **Amigos e família:** Você será a maior conselheira em casa e com os amigos. Prepare-se!

Gêmeos - 21 de Maio a 21 de Junho

Amor: Você estará mais paqueradora do que nunca e pode ser que alguém da turma chame sua atenção. Só não deixe a timidez atrapalhar. No namoro, as diferenças podem ficar mais evidentes e algumas brigas podem surgir. Tenha mais paciência com o outro para superarem tudo o que rolar. **Amigos e família:** O mês será ótimo para você resolver todos os problemas em casa. Amizades antigas podem se reaproximar.

Câncer - 22 de junho a 22 de julho

Amor: Você fará muito sucesso na paquera este mês! Nos primeiros quinze dias pode rolar uma química irresistível com alguém bem disputado. Se namora, vale ficar de olho para não deixar as diferenças atrapalharem seu romance. Em compensação, surpresas incríveis vão marcar a paixão. **Amigos e família:** Amizades e família protegias. Dias de muito companheirismo e alegria

Leão - 23 de Julho a 22 de Agosto

Amor: Seu jeito extrovertido deve atrair muitos crushes este mês. Seu poder de atração será tão forte que você pode ficar com o coração dividido entre duas pessoas. Na segunda quinzena, tente não dar margem para desconfianças para não prejudicar a paquera. **Amigos e família:** Em casa, os problemas podem tomar conta. Com a turma, você estará mais popular.

Virgem - 23 de agosto a 22 de setembro

Amor: Um crush do jeitinho que você sempre sonhou pode cruzar o seu caminho e te fazer muito feliz. A atração física vai falar bem alto na hora da paquera! Se namora, o período será ótimo, mas tome cuidado com quem quer dar opinião na sua vida. Nem tudo deve ser levado a sério. **Amigos e família:** As amizades vão receber boas vibrações, mas em casa, tenha cuidado.

Libra - 23 de Setembro a 22 de Outubro

Amor: Seu lance recente pode receber estímulos nas primeiras semanas. Se está sozinha, a paquera vai ficar movimentada a partir do dia 15. Se você namora, há risco de ter briguinhas com quem ama por motivos bobos. Porém, na segunda parte do mês as coisas devem melhorar.

Amigos e família: Conversas estressantes podem gerar brigas em casa. Nas amizades pode rolar ciúme.

Escorpião - 23 de Outubro a 21 de Novembro

Amor: Você terá vontade de encontrar um novo crush e alguém que você sempre vê no colégio pode ser a escolha perfeita. A partir do dia 15, chances de fazer o lance virar algo mais sério aumentam. Se namora, tente não deixar os problemas externos atrapalharem seu relacionamento. **Amigos e família:** Você terá mais paciência para lidar com os problemas em casa. Com os amigos, clima de união.

Sagitário - 22 de Novembro a 21 de Dezembro

Amor: Seu brilho estará poderoso e você pode encantar o crush com poucos encontros. Lance com um amigo pode virar algo mais sério. Mas tome cuidado com quem você vai se envolver, pode acabar se iludindo. Se namora, tudo estará tranquilo e cheio de amor, mas entre os dias 6 e 21 as coisas podem ficar tensas. **Amigos e família:** Amizades cheias de alegria. Em casa, dê mais atenção.

Capricórnio 22 de Dezembro a 19 de Janeiro

Amor: As primeiras semanas do mês podem trazer lembranças de pessoas que já namorou. Alguém que conheceu recentemente pode chamar sua atenção. Se namora, período cheio de alegrias. Tome cuidado com palpites alheios sobre sua relação, eles podem trazer energias ruins. **Amigos e família:** Você estará toda prestativa em casa. Amizades estão protegidas.

Aquário 20 de Janeiro a 18 de Fevereiro

Amor: Seus encontros prometem muitas emoções! Conversas descontraídas podem revelar muitas afinidades entre você e o crush. Mas tente não pressionar muito seu alvo. Se já namora, fique ligada em suas atitudes e reações. O ciúme também pode acabar atrapalhando. **Amigos e família:** Você estará mais preocupada com as coisas de casa. Com os amigos, muita sintonia.

Peixe 19 de Fevereiro a 20 de Março

Amor: Se está de olho em alguém, chegou a hora de você chegar junto. Os astros vão mostrar sua habilidade de se expressar e vão deixá-la em evidência. Mas tome cuidado com o ciúme, sem essa de pegar no pé de paquera. Se namora, vai curtir um período de muita sintonia. **Amigos e família:** Aproveite os conselhos da sua família. Uma amizade pode ficar estremecida.

Santuário Nacional de Aparecida organiza maior romaria do Terço dos Homens



O Santuário Nacional organiza, de 10 a 12 de fevereiro, a 15ª Romaria do Terço dos Homens. Esta é considerada a maior romaria acolhida, anualmente, na Basílica de Aparecida (SP). Em 2020, 80 mil devotos de todo o país se reuniram no encontro. As atividades do evento têm início na sexta-feira (10), às 19h30, com a missa de abertura no Altar Central da Basílica. Após a celebração, uma procissão luminosa segue até o Seminário Santo Afonso, no centro da cidade. Na sequência, a partir das 23h, os grupos oracionais se reúnem em vigília na Capela do Santíssimo, interna à igreja. No sábado (11), a programação para os homens do terço inclui missa campal na Tribuna Dom Aloísio Lorscheider, às 7h; Terço Solene e Consagração à Nossa Senhora Aparecida, no Altar Central, às 14h; show musical Canções de Amor e Fé, no pátio das Palmeiras, a partir das 20h30. Já no domingo, a missa de envio da Romaria ocorre às 8h, no Santuário. Em seguida, às 9h, os devotos saem em procissão até a Tribuna Dom Aloísio. No local, participarão do programa Terra da Padroeira especialmente preparado pela TV Aparecida para a data. O encontro é encerrado às 18h, com missa no Altar Central da Basílica.

Durante o evento, os participantes são motivados a realizarem um gesto concreto, com a doação de alimentos, fraldas geriátricas e produtos de higiene pessoal. A entrega dos itens deve ser feita na Secretaria de Pastoral, nos três dias, das 7h às 18h. As doações serão repassadas a entidades da região, cadastradas no Núcleo de Serviço Social do Santuário. Os grupos que desejarem registrar presença na 15ª Romaria do Terço dos Homens poderão realizar a inscrição pelo portal A12, em a12.com/tercodoshomens. O Terço dos Homens é um movimento espontâneo de grupos de homens que se reúnem para rezar o terço, em paróquias e comunidades da Igreja Católica de todo o Brasil. Suas orações e reflexões devem estar em sintonia com a comunidade eclesial. Assim como o tema refletido nesta Romaria “Terço dos Homens: Vocações para a Igreja” e lema “Vocação Acertada, Vida Feliz”. Ambos, em consonância com a iniciativa do Ano Vocacional 2023 no Brasil, proposta pela Conferência Nacional dos Bispos do Brasil (CNBB). Fonte: Santuário Nacional de Aparecida

Fonte: Santuário Nacional de Aparecida



Poeta Camilo Martins

Camilo Martins é teólogo de vocação e formação pelo SALT IAE-EC. Presidente da Academia Nogueirense de Letras - ANL, Presidente da Academia de Letras do Brasil/Região Metropolitana de Campinas, Membro da Academia Limeirense de Letras - ALLe, Membro da União Brasileira de Escritores/SP, Pós Graduado em Filosofia - FIJ/RJ, Pós Graduado em Gestão Pública e Social - UNASP/EC.

DESTINO

*Como fui te querer tanto assim em minha vida,
arrancando de mim meu próprio eu, atrevida!?
Punhal de dor a penetrar meu inocente peito...
Desde minha infância, a modificar meu jeito!*

*Oh, loucura que me abateu em tenra idade...
Irás assim comigo mesmo até a eternidade?!?
Levo no meu coração as marcas e essa dor...
De me fazer escravo deste teu terno amor,*

*Já soluço, choro, imploro, lágrimas que vão...
Felicidade que não aparece, tudo é pura ilusão,
profundidade, no âmago dessa cruel saudade!*

*Não vivo mais sem ti, minha louca maldade!
Luz bendita do meu caminho... Suave maresia,
consumirás minha alma pra sempre, POESIA.*

VENHA PRESTIGIAR DOMINGO DIA 05 DE FEVEREIRO

a partir das 15hs

Seleção da Musa de SÃO PAULO 469 ANOS

Coroação da Rainha BRAS PEREIRA BANDA SHOW

GARNAVAL 2023

COROAÇÃO DA CATEGORIA
TIM MUSA SÃO PAULO AGÊNCIA PHP.

DIREÇÃO E APRESENTAÇÃO: RENATO CURY

COREOGRAFIA: IGOR BARTCHEWSKY

OAIB PRODUÇÕES

COORDENAÇÃO:
Gilson Guarnieri
Simone Guimarães
Roberta Dantas
Nilva Pereira



Apoio:
Henrique Deloste



Local:

RUA CANUTO DO VAL, 78 - SANTA CECÍLIA

APOIO:



Reflexão

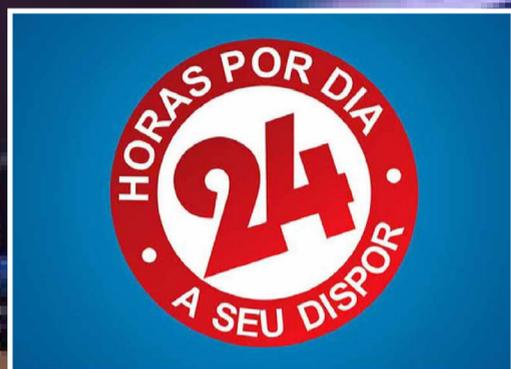
VALORIZAÇÃO DA PRODUTIVIDADE E GESTÃO DE TEMPO"

Por Ju Ahely
Idealizadora e palestrante no projeto Valorize



A tendência para 2023 começar produtivo, vitorioso e evolutivo precisa da seriedade para a gestão do tempo. “Para você se tornar produtivo e eficiente precisa organizar as tarefas para maior aproveitamento do tempo. Isso é fundamental para a vida pessoal e profissional. “Promove qualidade de vida!” Para maior produtividade cito a você leitor primeiramente a importância de um olhar para esse tempo que é necessário cuidar. Planeje seu dia! Defina metas e prazos. Delegue tarefas. Mas não esqueça de seu autocuidado. “Muitas pessoas não sabem aliar o tempo com a produtividade. Algumas dicas são: “• Cuide de sua alimentação, exercícios físicos e sua qualidade de sono. “• Prepare um calendário com as atividades do dia. “• Entenda que nem 100% do seu tempo será com você e respeite o seu limite. “Uma maior produtividade pode existir planejando tarefas, fazendo lista de prioridades, estabelecendo metas e começando pelas tarefas mais difíceis. “Planejando bem as atividades e buscando sempre se livrar das distrações vindas de pessoas as quais não estão no seu caminho. “Lembro à você sempre que a produtividade existe para qualificar a sua vida e não para estressar ou te sacrificar. Fugir dos radicalismos é um autocuidado necessário. “Os desafios da produtividade que posso enumerar são: “1- ordem “2- diálogo “3- conexão “E você leitor? Como continua essa lista? Quais são as próximas ações necessárias para planejar as suas tarefas?” Pense nisso dando seriedade e você terá um feedback muito extraordinário para seu valoroso novo ano!” Até a próxima edição!

Radio Revista em Ação está sempre ligada em você 24 horas e conectada com o mundo venha você também fazer parte da nossa família!



radiorevistaemacao.com



A Rádio SP Noticias está sempre ligada em você 24 horas e conectada com o mundo venha você também fazer parte da nossa família spnoticias.com

radiospnoticias.com



MARIO LANCHES

Um jeito divertido de comer Hambúrguer



LANCHES CLÁSSICOS

MOLHOS DELICIOSOS

BLEND DE CARNES EXCLUSIVO

Tudo de melhor para você e sua Família



 || 99260-5911

 @LanchesMario

Rua Henry Charles Pottel 353 - Jd. Elísio



**COMECE A GERAR NOVOS
NEGÓCIOS E CLIENTES,
SEJA NOSSO PARCEIRO!**



Rádio Ação Brasil.com

100% Brasileira

Venha divulgar sua empresa, seus produtos através da Rádio Ação Brasil agregando valores patrimoniais de sua empresa e dos seus negócios.

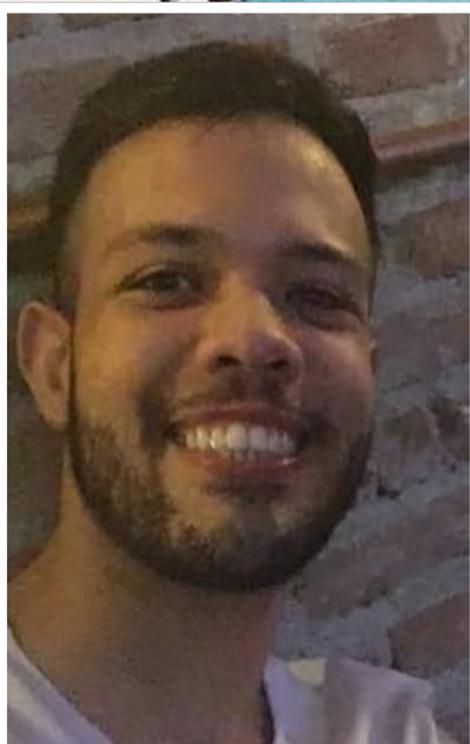
Como diz o velho ditado que a **PROPAGANDA É ALMA DO NÉGOCIOS!**

Você comunicador venha crescer com a agente torna-se conhecido em todo território nacional e mundial

www.radioacaobrasil.com

O ABC DO INGLÊS

Nível iniciante



Professor João Augusto



9.5247-7510

Programa NAS PEGADAS DE

Jesus

Olá queridos irmãos! É com muita alegria que os comunico que nossa Igreja Missionária nas Pegadas de Jesus conta com sua própria rádio, com programações e conteúdos exclusivos para todos que adoram Musica Gospel e a palavra de nosso Senhor Jesus Cristo! Contará também com muita atração e entretenimento.

Todos os sábados

Apresentação:

Fernando Gouveia



Ao vivo

Rádio Ação Brasil



9.7297-3530 - 9.5407-8696

WWW.RADIOFMNASPEGADASDEJESUS.COM

AV. DEP. EMILIO CARLOS, 896 - BAIRRO DO LIMÃO - (PRÓX. A PADARIA LAREIRA)

ESSÊNCIA CUPIDO DO AMOR



**Adquira sua Essência
Cupido do Amor
Masculino e Feminina**



**9.5407-8696
CALIXTO DOS REIS**

Caparelli Store



www.storecaparelli.com.br
A sua loja de Ebooks

A MAÇONARIA A SEU ALCANCE



WWW.RADIOMACONICA.COM.BR

**"POR MAIS INTELIGENTE QUEM ALGUÉM
POSSA SER, SE NÃO FOR HUMILDE, O SEU
MELHOR SE PERDE NA ARROGÂNCIA."**

**"HUMILDADE AINDA SEMPRE É A MAIS BELA
PARTE DA SABEDORIA."**



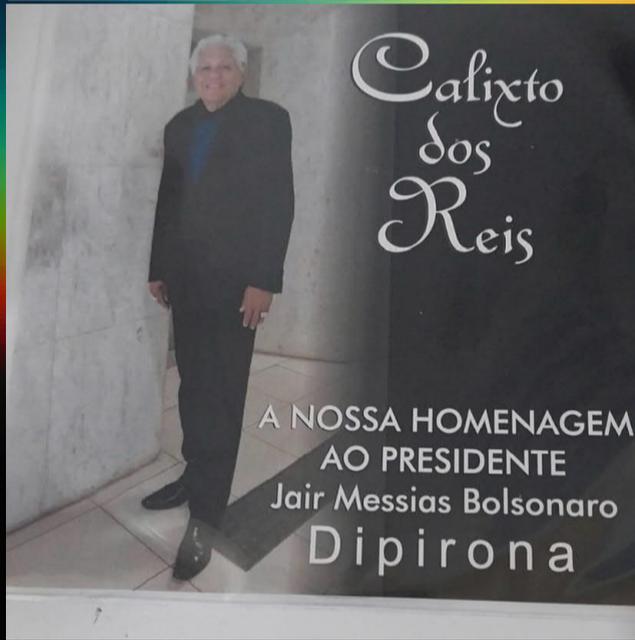
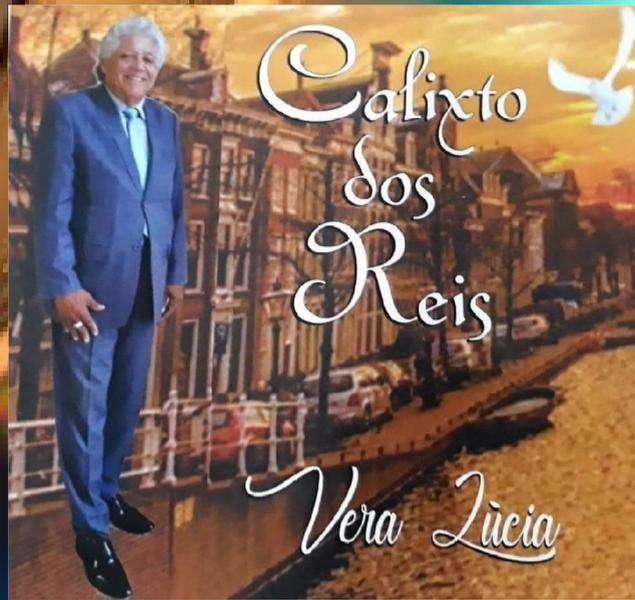
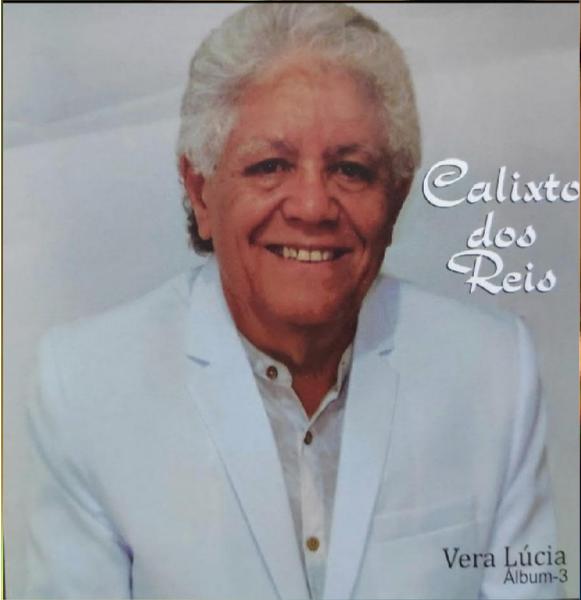
TORNE-SE UM HOMEM MELHOR

MACONSLIVRES.COM.BR



**MARQUE SUA ENTREVISTA
11 98994-6761**

Coletânea Calixto dos Reis com as melhores músicas populares



**DE SEGUNDA Á SEXTA DAS 12H ÁS 13H
TERÇA, QUARTA E QUINTAS DAS 18H ÁS 19H SÁBADOS DAS 13HS ÀS 14HS**

