

AquiAli

O fato que é notícia



Cuidado e respeito com o seu corpo
Dra. Neliana Bernardes Passilongo e Dra.
Vitória Mariane Gazeta à frente de um novo
conceito em favor da saúde física e mental.

RECORDAÇÕES
PRA VIDA TODA

PACOTES DE ACOMPANHAMENTO MENSAL
PARA O PRIMEIRO ANO DO SEU BEBÊ



RUA
GENERAL OSÓRIO, 82

CONTATO
17 991077717

MARCIO DELGADO



Em destaque

VINELI
pilates&bem-estar

As fisioterapeutas Neliana Passilongo e Vitória Gazeta à frente de um espaço diferenciado de saúde e bem-estar

10

Ainda

- 4- Editorial**
- 8- Educação**
- 12- Tecnologia**
- 15- É pique!**
- 16- Lançamento**
- 19- Política**



O trabalho diferenciado da podóloga Lenice Roberta Rodrigues.

5 Podologia



Dra. Jacqueline Perossi discute sobre a importância do envelhecimento saudável.

6 Geriatria



Dra. Paula de Paiva Pirola e as orientações quanto à saúde do coração infantil.

16 Saúde

Corpo e mente em alta

Pratique os conceitos nessa direção, com movimentos qualificados, alinhamento ideal e fortalecimento uniforme dos músculos.

Movimente o corpo, marque presença, sempre com as intenções que correspondam às suas expectativas e sem abandonar as perspectivas. Eis a receita para atender às próprias necessidades nestes tempos de cliques na telinha e de bumbum no sofá, de paralisia física.

Cotidianamente surgem novas metodologias, mas considere apenas as voltadas para fundamentos comprovadamente científicos, aplicados com técnicas de bem-estar e que façam você sentir acolhimento e evolução.

Forte referência nesse sentido é o pilates, merecidamente na ordem do dia de quem não abre mão de conforto, atendimento personalizado, equilíbrio físico e emocional.

Quem atua nessa direção é o “Vineli – Pilates & Bem-Estar”, das fisioterapeutas Vitória Mariane Gazeta e Neliana Bernardes Passilongo, parceiras de trabalho, amigas, focadas em oferecer o melhor do melhor com suas propostas.

Quem cumpre com tais expe-

dientes (homens e mulheres) não consegue fugir da busca por qualidade de vida, bem-estar e longevidade, distante, pura e simplesmente do ambiente de academia.

Com Vitória, Neliana e equipe, além do exposto até aqui, tratamento e reabilitação de disfunções estéticas e funcionais da pele, de tecidos subcutâneos e de músculos, celulite, flacidez, gordura localizada, cicatrizes, inchaços e procedimentos pós-operatórios. Técnicas manuais e equipamentos de alta tecnologia.

A Iha Comunicação segue com a missão de produzir textos e imagens com informações fiéis à credibilidade, à honestidade de propósitos e ao seu manual de redação, para valorizar sempre o jornalismo profissional na aceção dos conceitos.

O leitor das edições impressas e digitais pode se sentir à vontade para eventuais observações, críticas que levam ao aprendizado de todos e, consequentemente, à constante evolução.

Bora!

Experiência acolhedora, exclusiva e transformadora.

Para tanto, a saúde em geral tem de constar dos planos existenciais, pautados em acolhimento, humanização e cuidado individualizado, com detalhes que transformam experiências em exclusividade e proximidade.

AquiAli
o fato que é notícia

Publicação mensal da Iha
Comunicação e Assessoria
de Imprensa.

Av. Prefeito Joaquim Alves Guimarães, 898
Jd. Cláudia 2 - Bebedouro - SP.
CEP 14708-200.

www.revistaaquialli.com.br
www.aquialiradiotv.com

Impressão - Albergáfica.
Circulação - Bebedouro, Monte Azul Paulista, Taquaral e Taiuva.
Editora - Carol Iha - MTb 47.320
Reportagem - Iha Comunicação e Assessoria de Imprensa
Diagramação - Juliana Iha
Fotos - Iha Comunicação
Banco de Imagens
Capa - Estúdio Marcio Delgado
Críticas e sugestões - eduardoiha@hotmail.com
carol@revistaaquialli.com.br

Quero anunciar
(17) 99744-0960 (Juliana Iha)
(17) 98139-0509 (Carol Iha)

AquiAli não tem responsabilidade editorial pelos conceitos emitidos nos artigos assinados e informes publicitários.



Baixe um leitor de QR Code em seu celular e aproxime o telefone do código acima.

Seus pés em boas mãos

Pare para pensar na saúde dos próprios pés! São eles que sustentam o peso de seu corpo e funcionam como a base de apoio e de equilíbrio em tudo que você faz ao longo das horas. Também suportam a pressão dos calçados, ao caminhar, correr, se locomover.

A *AquiAli* entrevista a podóloga Lenice Roberta Rodrigues, técnica em podologia, esposa do empresário Lucas Pozatti e mãe do Benício.

AquiAli – O significado da podologia em sua trajetória profissional?

Lenice – É uma área da saúde focada no estudo, diagnóstico e tratamento de doenças e deformidades dos pés - muito além da estética.

Depois de vários anos como manicure, com o passar do tempo, a percepção da paixão por cuidar mais dos pés do que das mãos. Aos 29 anos, a busca da profissionalização e o Curso de Podologia em Ribeirão Preto.

AquiAli – A diferença.

Lenice – A podologia cuida da saúde dos pés como um todo, prevenindo e tratando patologias. Já a manicure atua na parte estética.

AquiAli – Mais sobre o trabalho do podólogo.

Lenice - Durante muito tempo, a podologia esteve associada apenas ao cuidado básico dos pés - corte de unhas, remoção de calosidades, alívio imediato. Porém, na prática clínica, o pé nunca está isolado. Ele é base, sensor, estrutura ativa no movimento do corpo. Essa compreensão impulsionou-me a buscar novos voos dentro da profissão.

AquiAli – O que diferencia o seu trabalho?

Lenice - Muitos pacientes chegam ao consultório com queixas aparentemente simples, como uma unha encravada recorrente. O que poucos imaginam é que, na maioria dos casos, o problema não está apenas na unha, mas na forma como esse pé pisa, distribui cargas e se comporta durante a marcha. Alterações biomecânicas - como excesso de pressão em determinadas regiões, desalinhamentos e padrões inadequados de pisada - geram sobrecarga, atrito constante e, conseqüentemente, recidivas. É nesse ponto que a avaliação biomecânica muda completamente o tratamento.

Ao analisar a postura estática e o movimento do paciente, consigo identificar padrões que não são visíveis a olho nu. A partir dessa leitura, a palmilha deixa de ser um simples acessório, mas uma ferramenta terapêutica. Ela reorganiza forças, redistribui a pressão, melhora a função do pé e atua diretamente na causa do problema - não apenas no sintoma.

A introdução das palmilhas termo moldáveis no meu consultório marcou uma verdadeira virada profissional. Elas permitem uma adaptação precisa à anatomia e às necessidades funcionais de cada paciente, respeitando o tipo de pisada, o peso corporal, a rotina diária e até queixas associadas, como dores no joelho, quadril e coluna. O resultado vai além do conforto: é qualidade de vida.

O trabalho da podóloga Lenice Roberta Rodrigues envolve a saúde dos pés como um todo, prevenindo e tratando patologias.

(Jaqueline Rissc Fotografia)



Lenice Rodrigues: “Hoje, meu trabalho não se limita ao que é visível no pé, mas ao impacto que ele exerce sobre o corpo inteiro”.

AquiAli – Discorra a respeito de suas especializações.

Lenice - Pratiquei podologia esportiva no Fluminense Futebol Clube, especialização na Argentina e, atualmente, faço curso de formação em biomecânica. Tudo isso com um único propósito: não tratar apenas a dor, mas a causa da dor. Estudar biomecânica, integrar tecnologia ao atendimento e assumir um olhar mais completo sobre o paciente me fazem crescer como profissional e ser humano.

Dias da semana e horários - De segunda a sexta-feira, das 8h às 18h. Aos sábados (duas vezes por mês), das 7h às 13h. Atendimento domiciliar para idosos ou pessoas acamadas, sempre com cuidado, respeito e profissionalismo.

**Av. Raul Furquim, nº 745
Clínica Requis (próxima à Paideia) (17) 99128-9488,
📷 lenice.podologa.**

Longevidade e qualidade de vida

Quando procurar o geriatra

Segundo o Censo de 2.002, são 15,6% da população com 60 anos ou mais. Envelhecer bem depende de diversos fatores e o geriatra é importante para garantir qualidade de vida ao idoso.

O Brasil envelhece. Conforme o Censo Demográfico Brasileiro de 2.022, a população com 60 anos ou mais registra aumento de 56%, em relação à contagem de 2.010, ou seja, 15,6% (32.113.490) pertencem a essa faixa etária.

“Desfrutar da 3ª idade significa manter a autonomia, a independência e o prazer de viver”.

(Dra. Jacqueline Perossi).

Envelhecer bem depende de vários fatores, daí buscar orientação correta faz toda a diferença nesse processo natural da vida. Afinal, a população viverá cada vez mais e precisará de cuidados.

O geriatra está habilitado a identificar e a manejar doenças clínicas que em muitos casos necessitam de atenção de forma integrada. Ele é capaz de diagnosticar precocemente uma doença e traçar planos de assistência ao idoso, desde o plenamente funcional ao mais dependente, inclusive os que estão sob cuidados paliativos. O trabalho deste especialista é complementar e auxiliar o idoso no gerenciamento da complexidade dos problemas de saúde que podem surgir com o passar do tempo.

Para falar sobre este tema, a AquiAli entrevista a médica, Dra. Jacqueline Perossi (CRM-SP 192685) e (RQE 98814). Com formação em medicina na Capital Paulista, residência em Clínica Médica em Santos no ano de 2.020 e especialista em geriatría desde 2.022 pelo Hospital do Servidor Público Estadual, ela atua agora em Bebedouro, onde atende pelo convênio Unimed e de forma particular, inclusive com deslocamento domiciliar quando necessário. Desde 2.018, Dra. Jacqueline também compõe o corpo médico da Prevent Senior, operadora de saúde especialista em cuidar de pessoas nesta faixa etária - seu trabalho também é de forma digital.



Dra. Jacqueline Perossi – “Não olhamos apenas para a doença, mas para a funcionalidade, a autonomia e a qualidade de vida desse paciente”.



Atendimento - Rua Marechal Deodoro da Fonseca, 365, Centro, Bebedouro (SP).
Para agendamentos e informações, ligue para (17) 99167-8303, ou (11) 99374-4829.

AquiAli – Discorra a respeito de sua especialidade.

Dra. Jacqueline - A medicina resulta de um sonho e, a geriatria, uma escolha de vida a partir de uma experiência muito pessoal. Minha avó desenvolveu demência após um AVC e vivi de perto o quanto é doloroso quando o cuidado se limita apenas à doença. Entendi o impacto profundo que isso causa no paciente e, também, em quem cuida.

Veio o desejo de exercer a medicina que acolhesse, orientasse e aliviasse não apenas os sintomas, mas também os medos, as inseguranças e as angústias, tanto do idoso quanto da família.

O geriatra vê o idoso como um todo, não apenas a doença, mas visando à funcionalidade, à autonomia e à qualidade de vida do paciente. O papel do especialista é compreender todas as áreas que envolvem o envelhecimento: físico, cognitivo, emocional, social e familiar.

AquiAli – Quando procurar um geriatra?

Dra. Jacqueline - A partir dos 45 anos, para planejar um envelhecimento saudável, realizar os exames anuais. O cuidado geriátrico é sempre individualizado - muitas vezes, feito em conjunto com outros profissionais. Envolve acompanhamento clínico contínuo, revisão de medicações, estímulo à reabilitação física e cognitiva, prevenção de quedas, manejo de dores e orientação constante aos familiares e aos cuidadores. Tudo é pensado para preservar o que o idoso tem de mais valioso: sua autonomia e dignidade.

AquiAli – As doenças mais comuns.

Dra. Jacqueline - Com o passar dos anos, é natural que o corpo apresente mudanças, como pressão alta, diabetes, problemas do coração, dores nas articulações, osteoporose e alterações de memória. Também são frequentes questões emocionais, como tristeza, ansiedade e dificuldades para dormir. E doenças neurodegenerativas, como Alzheimer, Vascular, Fronto temporal e Lewy.

AquiAli – Os principais cuidados para envelhecer bem.

Dra. Jacqueline - Não ter preconceito, compreender que o envelhecimento é algo natural e fisiológico. Uma conquista, as pessoas estão vivendo mais.

Envelhecer bem significa manter a autonomia, a independência e o prazer de viver. Isso envolve consultas médicas regulares, acompanhamento de doenças já existentes, cuidado com a saúde emocional, prevenção de quedas e atenção ao uso correto de medicamentos.

Mas também passa por algo muito importante: manter vínculos, sentir-se útil, ter rotina, afeto e propósitos. Saúde é o equilíbrio entre corpo, mente e relações.

AquiAli – Longevidade tem a ver com alimentação e atividade física, até que ponto?

Dra. Jacqueline - Esses hábitos fazem toda a diferença. Uma alimentação equilibrada ajuda a manter a força, a imunidade e o funcionamento do organismo. Já a atividade física regular preserva músculos, ossos, o coração e a memória, além de melhorar o humor e a autoestima. Não se trata de perfeição, mas de constância. Pequenas escolhas diárias impactam diretamente na forma como se envelhece e na qualidade de vida ao longo dos anos.

Senac Bebedouro abre quase 2.600 vagas para cursos em 2.026

O Senac Bebedouro abre 2.591 vagas para o primeiro semestre de 2.026, destinadas a cursos livres e técnicos. Do total de oportunidades, cerca de 1.700 serão preenchidas por bolsistas atendidos pelo Programa Senac de Gratuidade, iniciativa que amplia o acesso à educação profissional para pessoas com renda familiar mensal per capita de até dois salários-mínimos.

Para este semestre, a unidade passa a ofertar novos cursos voltados a diferentes áreas do conhecimento, atendendo demandas atuais do mercado de trabalho e da comunidade local. Entre as opções disponíveis, estão: Como Criar e Operacionalizar um Buffet Infantil, Planejamento de Alimentos e Bebidas para Eventos, Noções Sobre Medicamentos para Atuação em Farmácias, Mundo do Trabalho: letramento digital, Prática Profissional em Design, Modelagem Plus Size, Cibersegurança - mantenha suas informações seguras no mundo digital, Argiloterapia: um recurso natural geoterapêutico, Formação de Barista: métodos de preparo de café, Intolerância Alimentar: fundamentos e gastronomia, Alimentação Infantil: processo produtivo de refeições, Harmonização de Alimentos e Bebidas, Inteligência Artificial Aplicada ao Power Bi, Avaliação Nutricional no Esporte e Estética Íntima Feminina.

Nova gerência

O Senac Bebedouro está com um novo gerente desde 5 de janeiro de 2.026. Juliano Amato Ferraz, agora administra a unidade, após passagem pela unidade de Barretos. Já passou pelas unidades escolares de Santos e Guaratinguetá.

Em 2.018 iniciou seu trabalho na sede do Senac São Paulo, na Gerência de Operações, onde acumulou experiências com gestão pedagógica, administrativo-financeira e de pessoal.

Em 2.024 e 2.025, gerenciou a unidade do Senac Barretos, com foco na gestão educacional, no desenvolvimento de pessoas e na ampliação das conexões da unidade com a comunidade, instituições locais e poder público.



Juliano Amato Ferraz - Ele administra a unidade de Bebedouro. É fisioterapeuta e com especialização em Pedagogia Empresarial. Acumula experiências como docente, coordenador de cursos e assistente de gerência.



Inscriva-se – Instituição oferece cursos livres e técnicos, com cerca de 65% das vagas destinadas a bolsas pelo Programa Senac de Gratuidade.

Alguns cursos já estão com as inscrições abertas e podem ser realizadas diretamente no site do Senac, onde os candidatos também terão mais informações sobre os cursos da unidade: <https://www.sp.senac.br/senac-bebedouro>.

Senac de Gratuidade

Criado há 15 anos, o programa já superou a marca de 2 milhões de pessoas beneficiadas. Ao longo deste ano, são mais de 180 mil bolsas de estudo 100% gratuitas. As vagas estão distribuídas entre todas as unidades do Senac SP por meio de cursos livres, técnicos e de idiomas.

Para concorrer a uma bolsa, os interessados devem acompanhar a abertura dos cursos no site da instituição (basta selecionar a unidade desejada) e realizar a inscrição 20 dias antes da data do início da capacitação, sempre ao meio-dia. Mais informações podem ser obtidas no portal da instituição.

Serviço

Senac Bebedouro.
Praça Abílio Manoel, 14, Centro.
www.sp.senac.br/bebedouro
Fonte: Idee Informação Corporativa/
Maurício Andrade/Christine Xavier.

Cuidados com a saúde do coração das crianças



AquiAli – Obesidade, sedentarismo, alimentação etc. Quais os fatores de risco para doenças cardiovasculares na infância?

Dra. Paula - Além do rastreio de alterações que elevam o risco cardiovascular em adultos, como obesidade, pressão alta e diabetes, nas crianças precisamos olhar também para alterações congênicas e fatores familiares que podem aumentar esse risco cardíaco, como arritmias e malformações.

Dra. Paula de Paiva Pirola - “É importante levar a criança ao pediatra ou ao cardiologista pediatra antes de iniciar uma atividade física mais estruturada, como natação, escolinha de futebol ou aulas regulares de educação física”.

Início de ano, atividades físicas em escolas e centros esportivos. A AquiAli entrevista a Dra. Paula de Paiva Pirola (CRM 129.554 / RQE 51.693), especialista em cardiologia pediátrica, para orientações sobre a saúde do coração dos pequenos.

AquiAli – Início de ano, atividades esportivas na programação. Qual a importância da avaliação cardíaca em crianças antes do início das atividades físicas, principalmente as competitivas?

Dra. Paula - O início das atividades físicas mais estruturadas, mesmo as não competitivas, marca um momento de maior demanda cardiovascular para a criança. Algumas alterações cardiológicas podem passar despercebidas, e a história familiar, o exame físico e exames complementares direcionados, ajudam a triar melhor os riscos.

Quando falamos em atividades competitivas, precisamos entender que o coração desse atleta infantil será ainda mais exigido. Por isso, os exames de rastreio precisam ser direcionados para sabermos como o coração se comporta durante uma atividade de maior demanda.

AquiAli – Quais as vantagens do diagnóstico e do tratamento precoce?

Dra. Paula - Vemos com certa repetição histórias de morte súbita durante a prática de esportes, e só conseguimos prevenir aquilo que conhecemos. Por isso, a consulta e exames laboratoriais e direcionados para doenças do coração na infância ajudam a prevenir desfechos desfavoráveis.

Além disso, é importante lembrar que a criança tem a vida toda pela frente, e precisamos minimizar os riscos de doenças crônicas, pois a tendência é que algumas delas se tornem mais difíceis de controlar com o avanço da idade.

AquiAli – Quais os efeitos das telas na saúde cardiovascular? Já existe uma relação entre essa mudança comportamental e a saúde do coração?

Dra. Paula - Telas são um assunto sensível para mim, pois sou mãe e preciso ter jogo de cintura em casa. Costumo dizer que devemos

A *AquiAli* entrevista a cardiologista pediatra, Dra. Paula de Paiva Pirola.

ser “zero telas”, permitindo exceções com tempo reduzido.

O que vejo diariamente no consultório são crianças usando celulares e tablets sem limites, inclusive indo dormir depois do horário dos pais, com liberdade total para assistir qualquer conteúdo.

Embora muitos pais tenham a sensação de controle por meio de aplicativos e restrições, esse hábito pode, sim, prejudicar o coração.

Estudos mostram elevação do risco cardiometabólico com o uso de telas por crianças e adolescentes, predispondo à pressão alta e à obesidade, especialmente quando combinado com lanches não saudáveis ou sono insuficiente. O tempo de uso também implica no aparecimento de sintomas como depressão e ansiedade em níveis consideráveis nessa faixa etária.

Ou seja, temos crianças mais ansiosas e sedentárias, que dormem tarde e, muito provavelmente, não se alimentam adequadamente. Em outras palavras, temos um grande problema.

AquiAli – Quais as principais recomendações e/ou dicas para os pais?

Dra. Paula - Minha recomendação é que os pais estejam atentos a sintomas como tontura, cianose (arroxeammento), palpitações ou desmaios. Que cuidem da saúde mental e física das crianças, com alimentação adequada, sono de qualidade, baixo uso de telas, prática regular de atividade física e mantenham o acompanhamento pediátrico de rotina de acordo com a idade.

Também é importante levar a criança ao pediatra ou ao cardiologista pediatra antes de iniciar uma atividade física mais estruturada, como natação, escolinha de futebol ou aulas regulares de educação física.

(17) 99701-0668

Saiba mais em

@cardiopediatria.bebedouro

Movimento, presença, intenção

VINELI

pilates&bem-estar

Um novo conceito para cuidar do corpo, com atendimento a todas as necessidades.



Espaço acolhedor preparado para atendimento humanizado e personalizado.

Um novo espaço de saúde e bem-estar abre suas portas em Bebedouro para atender a uma demanda cada vez maior de pessoas que buscam por conforto, atendimento personalizado e, principalmente, equilíbrio físico e emocional.

O “Vineli – Pilates & Bem-Estar” é fruto da união de duas profissionais formadas em fisioterapia – Dra. Vitoria Mariane Gazeta e Dra. Neliana Bernardes Passilongo (daí o nome Vineli) – que, antes da parceria de trabalho, são amigas, por isso o local foi pensado e construído com foco no cuidado. “Não é apenas um studio de pilates, mas um lugar de bem-estar, acolhimento e evolução física e emocional”, dizem.

Com vasta experiência na área de Fisioterapia Dermato Funcional, Dra. Neliana está em Bebedouro faz cinco anos, procedente de Presidente Prudente - encontrou na profissional, Dra. Vitória, tudo de que precisava quando lesionou seu ombro. “O que era apenas um atendimento de fisio-

terapia se transformou em grande amizade e, a partir de agora, numa parceria profissional”, conta Dra. Neliana. “A parceria nasceu da amizade, vivência e visão parecida sobre cuidado humano. Vineli é um espaço pensado nos mínimos detalhes: desde a estrutura física até a sensação de conforto ao chegar ao local”, observa Dra. Vitória.

O conceito Vineli baseia-se em experiência acolhedora, exclusiva e transformadora, com valores pautados em acolhimento, humanização, cuidado individualizado, detalhes que transformam experiências em exclusividade e proximidade. “Vineli é onde seu corpo é entendido, cuidado e respeitado, com técnica, acolhimento e exclusividade”, asseguram.

Espaço único

- Atendimento individualizado (sem trabalho em grupos).
- Não é “somente pilates”, mas uma experiência planejada.
- Ambiente acolhedor e pensado para oferecer completo conforto.
- Cliente é acompanhado de perto pelas profissionais.

O Vineli – Pilates e Bem-Estar é o lugar ideal para homens e mulheres (adultos), que buscam qualidade de vida, bem-estar e longevidade. Nada de ambiente de academia, mas de atendimento mais humano e individual. Cada sessão tem uma hora de duração e pode ser agendada de segunda a sexta-feira, a partir das 7h.

Diferenciais e profissionalismo a favor de seu corpo

Dra. Neliana Passilongo (Crefito: 210.210 – F) tem vasta experiência em fisioterapia dermato funcional. Sua área de atuação envolve o cuidado com a saúde do corpo e da pele, voltado para o bem-estar físico, estético e mental.

A Fisioterapia Dermato Funcional é uma especialidade que atua em prevenção, tratamento e reabilitação de disfunções estéticas e funcionais da pele, de tecidos subcutâneos e de músculos. Trata condições como celulite, flacidez, gordura localizada, cicatrizes e inchaços, além de cuidados pós-operatórios. Utiliza técnicas manuais e equipamentos de alta tecnologia. No Studio Vineli, Dra. Neliana atende os pacientes com terapias manuais.

Dra. Vitória Gazeta (Crefito:424.301-F) é responsável pelas aulas e pilates clássico, de base, fiel às técnicas originais criadas por Joseph Pilates no início dos anos 1.920. Nascido na Alemanha em 1.883, ele criou um sistema de exercícios para fortalecer o corpo e a mente.

Pesquisas históricas indicam que Joseph Pilates desenvolveu o seu método durante a 1ª Guerra Mundial, quando estava internado em um campo de prisioneiros na Inglaterra. Utilizando molas de camas hospitalares, construiu aparelhos para ajudar na reabilitação de soldados feridos, dando origem aos equipamentos de pilates hoje conhecidos.

O chamado Pilates Clássico tem foco na qualidade dos movimentos, com ênfase na respiração e no controle do core. Estudos de especialistas em biomecânica mostram que a abordagem do Pilates Clássico promove um alinhamento corporal ideal e fortalecimento uniforme dos músculos. É um método completo que integra corpo e mente, promove força, flexibilidade e bem-estar geral.

Serviços

Pilates Clássico

- Método mais fiel à técnica tradicional.
- Procura precisão de movimentos, alinhamento e evolução real do corpo.
- Resultados: postura, força, alongamento, alívio de dores e o famoso "corpo do pilates".

Terapias manuais

- Massagem relaxante: reduz tensão, relaxa o corpo e a mente.
- Drenagem linfática: reduz inchaço, atua no processo inflamatório e estética (celulite).
- Liberação miofascial: recuperação muscular, leveza, alívio imediato de tensões.
- Modeladora: estética, redução de medidas, gordura localizada.

 @vinelibemestar

Rua José Francisco Paschoal, 430, Centro,
Bebedouro, (17) 99274-8132

“Viva com menos dor, mais mobilidade e mais energia”.

(Dra. Vitória Gazeta e Dra. Neliana Passilongo)



Dra. Vitória Mariane Gazeta – Crefito (424.301-F).



Dra. Neliana Bernardes Passilongo – Crefito (210.210 – F).

Golpe do silêncio

Ligação muda e clonagem de voz.

Por

Alessandro de Oliveira Faria

(Cabelo)

LA deixa de ser ‘futurista’ e vira ferramenta inclusive para criminosos. Considere uma ligação muda, você atende e a chamada cai. Na prática, duas intenções: testar se o número está ativo e se alguém atende e capturar pequenos trechos de sua voz para alimentar sistemas de clonagem e golpes.

Trata-se do **‘golpe do silêncio’** (ou silent call scam): o criminoso aguarda você dizer **‘alô’, ‘oi’,** ou qualquer outra expressão. A partir daí, ele pode gravar e reutilizar o áudio às vezes combinado com outros conteúdos seus que já estão on-line (stories, áudios em grupos, recados de caixa postal) para construir uma imitação de sua voz.

Como o golpe funciona, os roteiros mais comuns e práticas para reduzir riscos

1) O silêncio funciona.

A maioria atende e fala algo imediatamente: **‘alô?’**, **‘quem é?’**). A chamada silenciosa pode ser a etapa inicial de um golpe maior: coletar amostras de voz.

O segundo motivo igualmente importante é o ecossistema de chamadas abusivas. O próprio regulador brasileiro descreve que muitas ligações curtas e desligadas acontecem porque sistemas automatizados disparam chamadas em massa para ganhar eficiência ou ‘limpar bases’, identificando quais números estão ativos, em que horários atendem e até confirmando se o número é de **‘José’** ou de **‘Maria’**. Ou seja: a mesma infraestrutura de discagem em massa pode ser reaproveitada por fraudadores para capturar voz e perfilar comportamento.

2) Clonagem de voz: de ‘difícil’ para ‘barata e rápida’.

Antes, imitar alguém exigia um ser humano ou gravações longas, edição e paciência. Hoje, modelos modernos de síntese de fala conseguem reproduzir timbre e estilo com poucos segundos de áudio. Dez segundos são suficientes para uma imitação convincente.

Pesquisas e demonstrações descrevem clonagens com amostras ainda menores: artigo do VALL-E (Microsoft) apresenta a ideia de sintetizar falas personalizadas com o uso de um prompt de ~3 segundos de um locutor **‘não visto’**.

O ponto aqui não é **‘quanto tempo exatamente’** (varia com o ruído, a qualidade, o modelo e o objetivo do atacante). O ponto é: a barreira caiu. E, quando um criminoso combina um **‘alô’** capturado numa chamada muda, com áudios seus, disponíveis publicamente, a qualidade da imitação pode melhorar.

3) O “pipeline” do golpe do ‘alô?’ ao prejuízo.

Pense no golpe em camadas.

Coleta (ou teste).

- Ligação muda para constatar se você atende e capturar suas primeiras palavras.
- Alternativamente, coleta em redes sociais (vídeos, lives, entrevistas, áudios públicos).

Construção de credibilidade.

- O criminoso usa voz clonada para soar como alguém confiável (parente, chefe, colega etc.).
- Em paralelo, pode haver spoofing (mascaramento do número), fazendo parecer que a ligação vem de um contato real.

Ataque emocional + urgência.

- “Mãe, deu ruim, preciso de dinheiro agora.”
- “Sou do financeiro, transferência urgente.”
- “Seu filho sofreu acidente/delegacia.”

Esses roteiros são descritos como comuns por atingirem confiança e urgência.

Execução financeira/extração de dados.

- Pedem PIX, transferência, dados pessoais, códigos, senhas etc.

4) Golpes mais comuns com voz clonada (na vida real).

4.1 “Familiar em apuros”.

A FTC (órgão de defesa do consumidor nos EUA) alerta para esquemas em que o golpista imita a voz de um parente para pedir dinheiro. A recomendação é não confiar na voz e verificar via número conhecido.

Por que funciona? Porque o cérebro reconhece a voz como **‘prova’**. E, sob estresse, a pessoa toma decisões rápidas.

4.2 “Chefe pedindo transferência” (fraude corporativa).

Em empresas, o alvo é o time financeiro e administrativo. A voz clonada de um diretor ou gerente, somada a um pedido **‘sigiloso e urgente’**, pode derrubar até processos maduros se não houver dupla checagem fora do canal.



4.3 “Bancos, operadoras e ‘confirmações’”.

Criminosos exploram scripts parecidos com atendimento legítimo para colher dados ou convencer a vítima a “confirmar” informações. Aqui, o risco adicional é a pessoa achar que está “só se defendendo”, mas estar fornecendo material de voz e metadados.

5) Sinais de alerta específicos do “golpe do silêncio”.

Nem toda ligação muda é fraude com IA, mas trate como sinal de risco quando:

- O número é desconhecido e ninguém fala primeiro.
- A ligação cai rápido (padrão de “chamada curta”).
- Após você falar, a ligação “engata” alguém com conversa estranha (“alô... estou te ouvindo agora...”)
- Há pressão emocional, pressa e pedidos de dinheiro/dados.

6) Como atender ao telefone sem virar “doação de áudio” (prático e simples).

Deixe o chamador falar primeiro e, se a ligação estiver silenciosa, encerre. Aqui vai uma versão operacional (para virar hábito):

Regra 1: não diga “alô” de cara.

- Atenda e espere 1–2 segundos.
- Se ninguém falar: desligue.

Regra 2: se precisar falar, use uma frase neutra.

- “Quem fala?” ou “Qual o assunto?” (curtas e sem emoção).
- Evite: dizer seu nome completo, confirmar parentescos, “sim”, “claro” etc.

Regra 3: nunca “converse para provocar”.

Se você percebeu que é golpe, não tente “pegar no flagrante”. Quanto mais você fala, mais material oferece para clonagem.

Regra 4: validação fora do canal (sempre).

Se alguém pedir algo urgente:

1. Desligue.
2. Retorne para um número que você já tinha salvo (não o que te ligou).
3. Se for família, confirme por mensagem em outro app/canal.

7) Higiene de voz: reduzindo sua “superfície de ataque” nas redes.

Redes sociais e conteúdos públicos viram “bancos” de amostras.

Sem paranoia: é só ser estratégica.

Checklist rápido.

- Revise privacidade de stories/lives (deixar menos conteúdo público).
- Evite postar vídeos longos falando em ambientes silenciosos (áudio “limpo” é o melhor material).
- Cuidado com áudios públicos em grupos grandes.
- Pense duas vezes antes de manter um recado de caixa postal com sua voz e nome completo.

8) Defesa muito forte e pouco usada: “palavra-código” de família.

Em qualquer pedido urgente por telefone, a pessoa precisa dizer uma palavra-código combinada previamente (algo que não esteja em rede social).

Se não souber: encerre e valide por um canal conhecido.

Isso reduz drasticamente a efetividade do golpe, mesmo se a voz for idêntica.

9) Para empresas: controle de danos antes que vire incidente.

Se você lidera time, opera o financeiro ou atende clientes, trate voz clonada como risco real de engenharia social.

9.1 Políticas mínimas (que evitam prejuízo).

- Dois fatores humanos: nenhuma transferência “urgente” sem segunda aprovação.
- Confirmação por canal alternativo (ex.: mensagem em ferramenta corporativa + ligação para número corporativo interno).
- Playbook de “CEO fraud/voz clonada”: roteiro curto de verificação, sem improvisos.

9.2 Treinamento com exemplos.

Mostre para a equipe que:

- voz não é prova (mesmo que pareça perfeita).
- urgência e sigilo são gatilhos clássicos.

9.3 Não use voz como “fator único” de autenticação.

Se sua empresa usa biometria de voz em atendimento, reavalie a robustez e adote camadas adicionais.

10) O que fazer se você acha que foi alvo (ou caiu).

Pare a hemorragia

- Se enviou dinheiro, contate imediatamente banco/fintech e peça orientação.

Verifique a pessoa supostamente envolvida.

- Ligue para número conhecido, fale com familiares, confirme segurança.

Documente.

- Número que ligou, horário, prints, gravações (se houver).

Bloqueie e reporte.

- Use bloqueio do próprio celular. A Anatel sugere usar recursos do aparelho e apps de identificação/bloqueio.

Reduza exposição futura.

- Ajuste privacidade, remova conteúdos muito “limpos” de voz se estiverem públicos.

11) O cenário no Brasil: chamadas abusivas, “Origem Verificada” e o vai-e-vem do 0303.

Aqui vale entender o contexto porque ele explica por que tanta gente recebe chamadas curtas — e como o país está tentando reagir.

11.1 O que a Anatel diz sobre chamadas abusivas.

A Anatel descreve que o problema envolve desde ofertas legítimas e cobranças até práticas ilegais (golpes) e “provas de vida” (robôs ligando para descobrir quem atende, quando, e se o número é ativo). Ela também menciona medidas de bloqueio e ações contínuas, além de exigir autenticação para grandes originadores.

11.2 Origem Verificada e combate ao spoofing

Dois pontos importantes.

- A Anatel vem priorizando mecanismos que dificultem o spoofing (mascaramento do número), para garantir que o número exibido pertence ao chamador.
- Em comunicação oficial anterior, a Anatel explicou a “Origem Verificada” como uma alternativa em que o consumidor pode ver na tela um selo de verificação e dados de identificação do chamador.

Para golpes com voz clonada, reduzir spoofing ajuda, porque corta uma parte da credibilidade (“parece que veio do número do meu filho”).

11.3 Não me Perturbe e “Qual Empresa me Ligou”.

A Anatel recomenda o cadastro no Não Me Perturbe (bloqueio gratuito de telemarketing de operadoras e bancos participantes) e cita também o portal Qual Empresa Me Ligou para consultar números associados a CNPJ.

11.4 O prefixo 0303: obrigatório, expandido e depois flexibilizado.

- O 0303 foi usado como mecanismo para identificar chamadas de telemarketing e ajudar o consumidor a decidir se atende.
- Em agosto de 2.025, o Conselho Diretor da Anatel revogou a obrigatoriedade do uso do prefixo 0303 para grandes volumes de chamadas e antecipou exigências ligadas à autenticação/Origem Verificada, segundo reportagem da Agência Brasil.
- Em janeiro de 2.026, houve pressão pública noticiada sobre a retomada dessa obrigatoriedade (reação à decisão de 2.025), indicando que o tema ainda está em disputa.

Tradução prática: não conte apenas com o 0303 para decidir se atende ou não. O futuro do mecanismo pode variar, e, mesmo quando existia, golpes não dependem de respeitar regra.



12) Conclusão: a defesa é comportamento + verificação + menos exposição.

O “golpe do silêncio” é perigoso justamente por ser discreto: ele pode começar com uma ligação estranha e terminar com um ataque emocional bem direcionado. E a IA acelera isso, porque reduz o custo de “parecer alguém”.

A boa notícia é que você pode adotar três hábitos para que seu risco caia muito.

1. Não fale primeiro.
2. Se houver urgência, desligue e valide por canal conhecido.
3. Reduza amostras públicas de voz (ou, pelo menos, deixe mais restritas).

() Alessandro de Oliveira Faria, popular Cabelo, é referência global em tecnologia e inovação, sócio cofundador da MultiCortex. Entre outras ações, dedica-se a pesquisas em biometria, visão computacional e Inteligência Artificial. Inventor da Tecnologia Certiface e autor de muitos artigos com milhões de acessos. Nome ativo em diversas iniciativas, como o OpenUSE Linux, em que atua como embaixador na América Latina. Também é mentor, colunista técnico, conselheiro de inovação em IA e palestrante com atuação mundial.*

Amizade e consideração

(*) Texto produzido com a colaboração da professora Aracélis Fernandes Sá Ferreira.



Casal – Maria Cristina Rangel de Souza Martines e o marido Ivan.



Mensagem – A professora Aracélis Fernandes Sá Ferreira homenageia a aniversariante Cristina Rangel, ao som de música ao vivo de Wagner.



Mais amigos – Orgulho em estar sempre com a aniversariante Cris, desta feita, no salão do CPP.

São gigantes e antigos os adjetivos que qualificam a aniversariante.

Cristina, quis Deus nos fazer presente, neste momento e lugar, para, em poucas palavras, dizer da gratidão e do reconhecimento de sua generosidade e humildade de permear a vida em prol da Educação e de seus amigos. As palavras talvez não alcancem o verdadeiro valor diante de sua grandeza espiritual e sabedoria espetacular.

Cotidianamente, vivemos momentos individualistas, num mundo vasto, cada um com seus afazeres, mas hoje (17/1) o dia é especial, véspera de seu aniversário, com uma trajetória que muito orgulha a todos, porque o saber e a arte de ensinar e acolher, tão inerentes em você, acendem um farol de luz que abrange a sociedade com o seu despertar.

Os agradecimentos por toda a luta em benefício dos que não previam que no alto da serra também há estradas e saídas para outros mundos.

Que orgulho de sua força e de seu carisma por ter trilhado pelos caminhos da Educação, integrado a Câmara de Vereadores e dirigido com mestria a Regional de Bebedouro do Centro do Professorado Paulista, sempre com planos em prol dos que estão ao (e do) seu lado!

Maria Cristina (Cristina, Cris, Tina), nomes pelos quais você atende com carinho e sem distinção.

Hora de dizer 'Feliz aniversário e que Deus com seus poderes divinos continue a abençoá-la, sempre com muita luz e inspiração!'

Em nome dos funcionários, dos que levam a sério a amizade e a missão de ensinar, muito obrigada(o)!

À frente do CPP, é enorme o amor que espalha por todos os cantos e recantos da entidade, com os vários e dinâmicos serviços prestados aos associados e agregados, com assistências que esclarecem, protegem, educam, oferecem encontros e lazer.

Ao lado da Cris, o maridão Ivan, os filhos Ivanzinho, Alexandre e Everton, as noras e os netos, residentes em outras cidades, onde espalham o estoque de conhecimentos e responsabilidades herdados dos pais. Vez ou outra, juntos ou separadamente, aportam em Bebedouro para visitas e atenções aos pais, hoje na casa dos 70+ e com a saúde oscilante em decorrência da idade. Parabéns à Cris e à grande família!



Confraternização – Diretoras do CPP e convidadas.

Das Raízes às Pétalas de Saudades

Lembranças que desabrocham os tempos idos e influenciam os dias atuais.

Dinâmica, atenciosa, intelectual, disposta a colaborar para o enriquecimento do grupo a que pertence e do qual participa ativamente. Eis um resumo do muito nessa direção que representa Elena Robles, professora por profissão e agora escritora com o livro autobiográfico “Das Raízes às Pétalas de Saudades”.

Natural de Pontalinda (SP), com residência em Urânia, Jales, Santo André e, a partir de 1.990, em Bebedouro. Três filhas e seis netos.

Licenciada em Estudos Sociais, cursos posteriores de História, Geografia e Pedagogia, pós-graduada em “Sociedade, Política e Cultura na Modernidade”. Gosta de estudar e se atualizar.

Professora das redes pública, particular e no ensino superior, é aposentada como diretora de escola e dedicada à EJA (Educação de Jovens e Adultos).

Tem passagens por órgãos como o Conselho da Cidade, o Conselho de Educação e faz parte da diretoria executiva da Udemo, entidade que representa os especialistas de educação do Estado de São Paulo.

Eleninha atua como voluntária no Departamento “Proletárias do Bem”, do Caecc (Centro Espírita “Do Calvário ao Céu”).

Entre suas publicações, além do livro, poesias no site “A Prece Lírica”, nas antologias da CPERP – Casa do Poeta e Escritor de Ribeirão Preto, “Poemas e Trovas” da Funpec/RP, comemorativa do jubileu de prata da UEI - União dos Escritores Independentes/RP, Poemas e Crônicas “Depois do Vazio...o Verso!” (coordenação de Irene Coimbra). E, agora, o livro “Das Raízes às Pétalas de Saudades”, da Editora Funpec RP, publicado em 2.025.

Em suas páginas, as realidades de anos idos, hoje acomodados em saudades e seus percursos. Nesse sentido, povoa o pensamento com o ‘eu lírico’ que pede chance ao ‘eu poeta’, para que possa manifestar sentimentos guardados num nicho especial da alma. No encontro com a maturidade deixa fluir as memórias que se manifestam por meio de poemas e de prosa poética. Aos poucos, o registro, a busca por raízes e inspiração para transformá-las em manuscritos num preito de amor em pétalas.

Vale observar que os textos são apresentados sem a preocupação rigorosa com a linearidade histórica dos fatos, muito embora as narrativas partem do nascimento da autora, num dia de Corpus Christi, marcado pelo aparecimento de uma luz enigmática que pairava no céu.

Elena Robles rememora fatos,

Elena Robles – Veia recheada de textos em prosa e versos.

dentre eles, seus medos. Revisita alguns bons momentos, outros nem tanto, agora vistos sob prismas atuais. Acredita que “toda decepção, ainda que dilacere o coração, será finita, enquanto a esperança é infinita”/(p.23).

Pode-se priorizar que são reminiscências de uma vida feliz, com a grande família numa casa na zona rural feita de pau a pique, forno e fogão à lenha, encantos da natureza, passarinhos, vagalumes a enfeitar as noites de luar, bonecas (algumas “sui generis”), o primeiro dia de aula, o carinho da primeira professora, as aventuras e desventuras do “Caminho Suado’ou “Suave” percorrido prazerosamente.

Percursos de vida – Resiliência, empatia e convicção constam das atitudes da autora.



Urbanismo, socialização e cia.

Comovente e verídico ‘script’, com riqueza de detalhes, inseridos em caixinha de lembranças, saudade cravada no pó da estrada que o destino desfolha. A narrativa não flui uniformemente em linha reta, percorre um vaivém constante entre o passado remoto, o mais recente e o presente.

A família decide mudar-se para a cidade, Eleninha abandona o seu mundo, para as devidas e exigidas adaptações, com trilhos que direcionassem a novos caminhos”/(p.43).

Surge um elemento marcante na nova fase, a sua rua: acolhedora, de “casas simples, com histórias, lágrimas, risos e sonhos misturados a esperanças”/(p.48). “Seria esse o meu lugar no mundo?”/(p. 48), espaço geo urbano, de socialização, “com sensação de pertencimento”/(p.48).

Novas mudanças de rumo, com “as pegadas na rua apagadas pelo asfalto”, vistas agora “alegremente pela alma”/(p. 53).

Em meio a tantas histórias, a professora/escritora destaca “o forte sentimento de amor e gratidão” pelos pais que, embora tenham partido muito cedo, deixam uma profunda formação moral e cristã, alicerces do caráter de todos os irmãos da grande Família Robles. A mãe aparece em foto junto à Eleninha, ainda criança, num jardim florido de margaridas.

De ciclo em ciclo, seguem-se as narrativas, com imensa fé, sem prescindir da luz de Jesus, até a idade adulta, com “reflexões profundas, paralelos entre a infância e a maturidade”, tempo em que o amanhã não é um brinquedo”/(p.13).

No capítulo conclusivo, um tributo à saga da Família Robles, que em 1.923, dadas às grandes dificuldades na Espanha, numa postura de flexibilidade e ousadia, decide dar um novo norte, migrando para o Brasil. Cabem aqui os versos do poeta espanhol, Antônio Machado, em sua obra Cantares: “Caminate, no hay camino, el camino se hace al andar”/(p.120).

Enfim, de histórias em histórias, despreziosos registros de momentos, eis que, agrupados, após muito incentivo de amigos e familiares, uma obra orvalhada de saudades e com o ensejo de muita leveza: “Das Raízes às Pétalas de Saudades”.

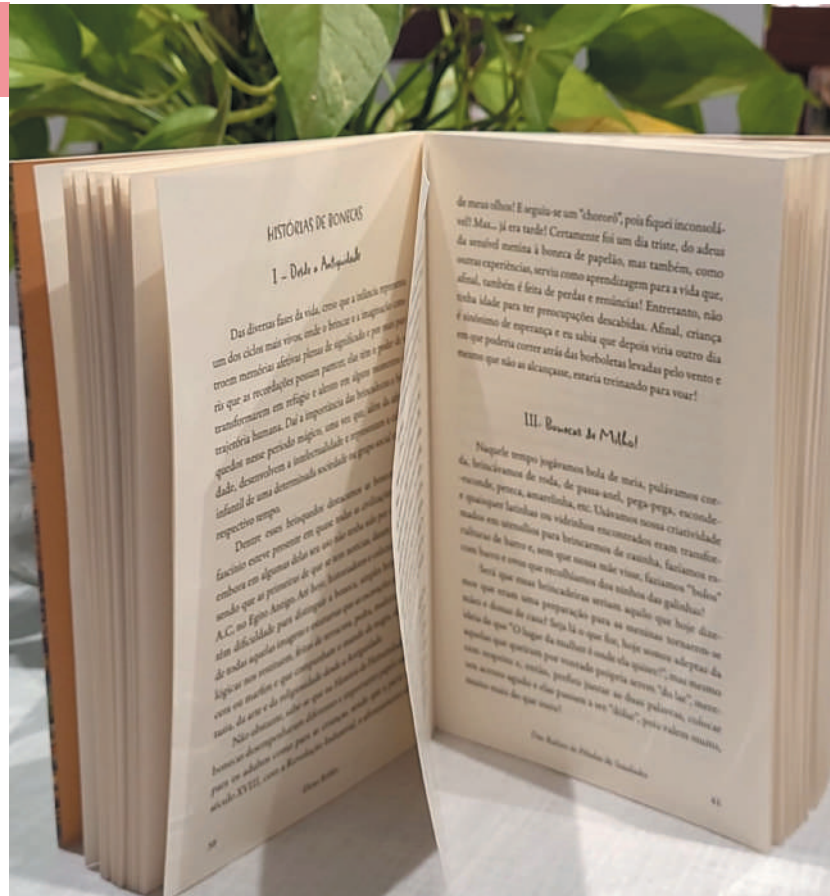
Paralelos

Para a prefaciadora Nely Cyrino de Mello, o livro de Elena Robles revela ‘a poetisa nata, de rara sensibilidade, que rabisca textos preciosos e emocionantes, recheados de belas metáforas e de personificações que adornam o arcabouço da obra’/(p.11).

Como epígrafe, a frase do grande escritor, Gabriel García Márquez: “La vida no es la que uno vivió, sino la que uno recuerda y cómo la recuerda para contarla”.

Destarte, pelo olhar do apresentador desta edição, Marcos Moreira, a autora “convida a entrar e a fazer parte indissociável desse comovente e verídico ‘script’”/(p.17). Ele cita a respeito: “descrevendo, com sofisticada e luminosa riqueza de detalhes, episódios da infância aconchegada com carinho e amor na caixinha de lembranças que o tempo não apaga nem se esquece, saudade cravada no pó da estrada que o destino desfolha”/(p. 15).

Para a escritora Conceição Lima, “o interessante é que a narrativa, poeticamente memorialista, não flui uniformemente em linha reta, percorre um vaivém constante entre o passado remoto, o mais recente e o presente. Um fluir aleatório, sujeito ao capricho do ‘eu lírico.’”



Das Raízes às Pétalas de Saudades – Que tal folhear? Páginas de vida e de percursos.

Propósito, serviço e esperança

(*) Por Nilton Santos.



(Foto: Divulgação/Câmara)

Tchelão - Vereador reeleito entende que não somente tem o privilégio de prestar serviços à sociedade, de 'dar continuidade', mas sobretudo com a responsabilidade ampliada

A pista tem os rastros de Marcelo dos Santos de Oliveira, popular Tchelão, nascido em 14 de maio de 1976, em família edificada sobre valores simples e profundos que, até hoje, moldam sua visão de mundo.

O vereador à Câmara de Bebedouro, é filho de dona Rosa e do saudoso Polycarpo de Oliveira, exemplos de caráter construído no cotidiano e sempre conscientes de que o legado mais valioso não é o que se acumula, mas o que se entrega. Ao lado do irmão mais novo, Daniel - o Dedei -, Tchelão não abre mão do senso de responsabilidade, companheirismo e cuidado com o outro.

Na família, o seu eixo mais firme. Casado há mais de dez anos com Mariele e pai de Marcelinho, ele reconhece que é nesse núcleo que sua missão ganha sentido diário. Não são apenas abrigos, mas combustível, de onde nascem a força para continuar, a coragem para recomeçar e a convicção de que cada ação, quando bem guiada, pode transformar realidades.

Formado em Teologia e Pedagogia, Tchelão constrói sua trajetória com os pés fincados no conhecimento e o coração voltado para o ser humano. Professor por vocação, acredita

Valores simples e profundos moldam sua visão de mundo. Ele não abre mão do senso de responsabilidade, companheirismo e cuidado com o outro.

que educar é um ato de esperança - investimento silencioso que floresce no tempo certo. Ensinar, para ele, vai além da sala de aula: é inspirar, provocar reflexão e despertar propósitos.

Na vida pública, exerce a função de vereador reeleito com a consciência de quem entende que não somente tem o privilégio de prestar serviços à sociedade, de 'dar continuidade', mas sobretudo com a responsabilidade ampliada. Ideias até então não propícias agora encontram espaço para amadurecerem e gerarem impactos. Cada decisão carrega o peso da confiança popular e o compromisso de honrá-la com ética, diálogo e ação.

Desde 2002, Tchelão também atua como mágico - arte que, em sua essência, traduz muito do que acredita sobre a vida: a capacidade de enxergar possibilidades onde outros veem limites. A mágica, aqui, não é fuga da realidade, mas metáfora da criatividade aplicada aos desafios cotidianos, transformando problemas em soluções e encantamento em ferramenta pedagógica e social.

São-paulino assumido "desde o útero", encara até as fases difíceis como exercício de fidelidade e perseverança - virtudes que também orientam a caminhada pessoal e pública. Como palestrante, atua recheado de entusiasmo e com palavras que encontram propósito e se tornam pontes entre a reflexão e a ação.

Seu envolvimento com projetos sociais, missões urbanas - Condef, Assuma e Clã dos Adolescentes da CEB - revela uma convicção clara: inclusão não é favor, mas missão. Dentro desse compromisso com a transformação do espaço urbano, Tchelão realiza trabalho voluntário no Ibene (Instituto Bebedouro de Nefrologia), levando acolhimento, esperança e sensibilidade a pacientes e profissionais, reafirmando que servir é estar presente, mesmo - e principalmente - nos lugares de dor e vulnerabilidade. Para ele, mudar o mundo começa perto, no bairro, na escuta atenta, no cuidado silencioso e no compromisso constante.

Bebedouro não é apenas o ponto de origem de sua história, mas o território afetivo onde ela se realiza. É aqui que Tchelão vive, serve, sonha e constrói. No mapa, uma cidade; no coração, um chamado.

Sua trajetória é marcada pela soma de papéis - pai, educador, líder, agente público, cristão, sonhador - todos unidos por um fio condutor: o propósito de dar significado a cada ação e fazer da própria vida um instrumento de transformação, fé e esperança.

(*) Nilton Santos: jornalista e assessor de imprensa da Câmara de Vereadores.

FOLIA DE PREÇOS BAIXOS

Carrinho cheio, economia
no bolso e samba no pé!



ESCANEE
O QR CODE
E **COMECE A
ECONOMIZAR.**

CLUBE
do
japonêsinho

VEM PRO CLUBE
TENHA + VANTAGENS

COMUNIDADE
IQUEGAMI
SUPERMERCADOS

AS MELHORES OFERTAS,
DIRETO NO SEU BOLSO.

IQUEGAMI
SUPERMERCADOS

 iquegami.com.br
  [iquegamisupermercados](https://www.instagram.com/iquegamisupermercados)

**JAPA
GO!**

UNIDADE 01

**SUSHI
EXPRESS!**

DELIVERY



**CONHEÇA
NOSSA
NOVA
UNIDADE!**

**JAPA
GO!**

**AV. PREF. EDNE JOSÉ PIFFER
Nº 511 - JARDIM CENTENÁRIO**

 **17 991795751**

 **@JAPAGO_SUSHI_UNIDADE1**