

Exemplar  
GRATUITO



# in Foco

www.jornalinfoco.com.br



## Tirania do poder

O QUE FAZER EM

# AVARÉ?

Acesse [www.jornalinfoco.com.br](http://www.jornalinfoco.com.br)



Depois clique em **O que fazer em Avaré**



## Aí, é só escolher!



ORIENTAL MIX  
COZINHA CHINESA & JAPONESA

O Holandês  
Restaurante



## Um lugar para chamar de Lar

Conheça este fascinante residencial sustentável

**Apartamentos** de 70 m<sup>2</sup> com 1 suíte e 2 dormitórios, sala, cozinha, varanda gourmet e infraestrutura para ar-condicionado, Wi-Fi, tomadas USB, medidores individuais e armários planejados. Apartamentos para PcDs.

**Lazer e comodidades** - Espaço verde de 2000 m<sup>2</sup> com trilha ecológica, praça do tempero, lareira externa, pet place, playground, bicicletário, guarda-volumes e espaço café.

**Segurança predial** - Sistema de câmeras nas áreas comuns, abertura eletrônica na garagem e portaria, e fechaduras eletrônicas com senha exclusiva em cada unidade.



RESIDENCIAL

### BOSQUE DOS CAIUÁS

Conexão com a natureza, em meio a conforto e acessibilidade

Para mais informações aponte  
a câmera do seu celular



Venha visitar: rua Jânio Quadros, 761 | Jardim São Paulo | Avaré (SP)



## *Celebrando a Liberdade que nos define*

Vinte e quatro anos. Parece que foi ontem que a ideia germinou, uma semente plantada na convicção de que a informação livre e plural é o alicerce de uma sociedade justa e democrática. Mais que isso, a realização de um sonho que se materializou e se concretiza a cada edição, em meio à paixão de cumprir algo que chamo de missão.

Hoje, sinto um misto de orgulho e gratidão ao celebrar mais um aniversário do *in Foco*, que nasceu e cresceu respirando ares de liberdade de expressão e de imprensa, além de representar um conceito diferente de informação – mais aprofundada, diversificada e principalmente independente.

Lembro-me dos primeiros passos, dos desafios em construir credibilidade em um cenário midiático por vezes turbulento. Cada reportagem publicada, cada polêmica veiculada, cada voz amplificada era um tijolo na construção desse espaço que hoje defendo com unhas e dentes.

Vi muitas transformações ao longo dessas duas décadas e meia: a ascensão da internet, a proliferação de novas mídias, os embates ideológicos acirrados. Em cada uma dessas ondas, o *in Foco* sempre se manteve firme no seu propósito: ser um farol de informação confiável e um palco para o livre fluxo de ideias. E sempre, friso, de forma gratuita para ser acessível a todos – um posicionamento quase ideológico, do qual nunca abri mão, afinal, todos sem exceção têm direito à informação – um preceito que já praticava mesmo antes de qualquer lei.

A liberdade de expressão não é um conceito abstrato; ela pulsa em cada matéria, em cada entrevista, em cada opinião que ecoa em nossas páginas. É a liberdade de questionar, de investigar, de trazer à luz o que muitas vezes se tenta esconder. E a liberdade de imprensa, sua irmã gêmea, me confere a responsabilidade de fazê-lo com rigor, ética e compromisso com a verdade.

Nestes 24 anos, celebro não apenas o crescimento do *in Foco* como veículo de comunicação, mas principalmente a resiliência da liberdade em um mundo que, por vezes, parece flertar com o silenciamento e a desinformação – o que só reforça a importância de lutar por um jornalismo independente e forte, capaz de resistir a pressões, ataques, perseguições e tiranias.

Olho para o futuro com a convicção renovada de que o *in Foco* tem um papel crucial a desempenhar. As tecnologias mudam, as narrativas se transformam, mas a minha missão de informar com liberdade e promover o debate plural permanece inabalável.

Essa celebração de 24 anos não é apenas minha, mas de todos que apoiam, compartilham e participam desta jornada, como nossos parceiros (sem eles nenhum aniversário seria possível), sejam anunciantes ou pessoas dos bastidores.

Mas, acima de tudo essa é uma celebração de cada leitor, de cada colaborador, de cada pessoa que acredita na força da palavra livre. São vocês que nos inspiram a seguir em frente, a superar os obstáculos e a reafirmar, a cada dia, o nosso compromisso com a liberdade de expressão e de imprensa.

Talvez por mera “coincidência”, essa edição especial seja também uma comemoração contra a tirania que se instalou em nossa cidade, onde agentes públicos se acham acima da lei e ao invés de darem respostas, atacam e perseguem. Da minha parte, enquanto eu viver, o *in Foco* estará sempre a serviço da verdade e da liberdade que nos define.

*Cida Koch*

Editora



# Índice



|   |  |
|---|--|
| <b>PG. 5</b><br>Brasil                    | INSS, fraude bilionária                                  |
| <b>PG. 6</b><br>Psicologia<br>Cinema      | O efeito manada<br>Conclave                              |
| <b>PG. 7</b><br>Estética                  | Botox sem agulhas  |
| <b>PG. 8</b><br>Viagens#Fé                | Uma visita ao belo santuário de Lourdes                  |
| <b>PG. 11</b><br>Personalidade            | De lavouras de café ao sucesso, uma história inspiradora |
| <b>PGs. 12 e 13</b><br>Especial Francisco | O adeus a Francisco, feito de esperança                  |
| <b>PG. 14</b><br>Artigo                   | A eternidade é hoje                                      |
| <b>PG. 15</b><br>Autoconhecimento         | Muito além dos padrões                                   |

|   |   |
|---|---|
| <b>PG. 18</b><br>Social                         | in Foco Society   |
| <b>PG. 19</b><br>Saúde<br>Comportamento         | Câncer, a medicina mais perto da cura<br>Brasil, quase líder em promiscuidade |
| <b>PG. 20</b><br>Inovação                       | Projeto Melhor Idade da FREA celebra 25 anos<br>de vitalidade                 |
| <b>PG. 21</b><br>Vida saudável<br>Casa          | Rumo a uma vida mais leve<br>Truques para acertar em cada ambiente            |
| <b>PG. 22</b><br>Tecnologia<br>Neurodiversidade | Blindando o WhatsApp<br>Mitos sobre o Autismo                                 |
| <b>PG. 24</b><br>Informe Publicitário           | Bosque dos Caiuás, um novo conceito de "lar" é inaugurado<br>em Avaré         |
| <b>PGs. 26 a 30</b><br>Capa                     | Poder tirânico  |



**Expediente**

Publicação mensal de AAK-ME  
CNPJ: 04.484.915/0001-70  
Registrado sob n° 3147 no Cartório Oficial de  
Registro de Pessoas Jurídicas da Comarca de Avaré

**in Foco**

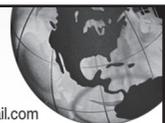
**Direção**  
Cida Koch (MTB 44.331)

**Depto Comercial**  
(14) 99148.3715

**Diagramação**  
Eduardo A Campanile

**Distribuição**  
Direcionada e Gratuita

**Contato**  
e-mail: if\_atendimento@hotmail.com



Os informes publicitários não expressam a opinião do jornal/revista in Foco. Não é permitida a reprodução total ou parcial das matérias, imagens e peças publicitárias sem a prévia autorização da direção; Fotos : Shutterstock e Arquivo;

# Olhou né? Imagine se fosse sua empresa aqui!

Alie sua marca à **credibilidade!**  
Afinal, aqui, **todo mundo vê!**



Fale conosco!



**in Foco**





# INSS, fraude bilionária

Infelizmente não é novidade para ninguém que o Brasil é um dos países mais corruptos do mundo, mas a constatação não impede a indignação com os casos. Um dos mais recentes (até o fechamento desta edição) é da operação da Polícia Federal - "Sem Desconto" - que revela um intrincado esquema de fraudes bilionárias no Instituto Nacional do Seguro Social (INSS). As investigações apontam para desvios de mais de R\$ 6 bilhões através de descontos irregulares em benefícios de aposentados e pensionistas, com ramificações que incluem transferências financeiras suspeitas ao exterior e um sindicato com ligações familiares ao presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT).

Um dos focos da investigação recai sobre Cecília Rodrigues Mota, cuja movimentação financeira levantou suspeitas da PF. Relatórios da operação indicam que a investigada transferiu R\$ 1,2 milhão de forma fracionada para pessoas ligadas a ela durante diversas viagens internacionais. Ao todo, seis indivíduos que acompanharam Cecília em viagens a Dubai (Emirados Árabes Unidos), Paris (França) e Lisboa (Portugal) receberam depósitos bancários, conforme detalha a PF.

O extenso histórico de viagens de Cecília também chamou a atenção dos investigadores. Entre janeiro e novembro de 2024, ela realizou 33 viagens ao exterior, e outras oito em 2023, frequentemente acompanhada pelas mesmas pessoas que receberam as transferências. Um dos acompanhantes, por exemplo, esteve com Cecília em cinco viagens a Paris e recebeu R\$ 366.988,00 em múltiplas transações provenientes das empresas da investigada. Outro indivíduo recebeu R\$ 120.000,00 do escritório de Cecília e a acompanhou em 15 viagens internacionais. Um ponto particularmente intrigante para a PF é o caso de uma mulher que declarou ser faxineira e recebeu R\$ 353.055,43, chegando a viajar com Cecília para Dubai. Outro nome no relatório recebeu R\$ 400.000,00 das empresas da investigada e realizou 15 viagens ao exterior. Além disso, um indivíduo que acompanhou Cecília em 13 viagens recebeu R\$ 23.021,84 do mesmo escritório, sendo notado pela PF por transportar "muitos volumes de bagagem", levantando a suspeita de possível transporte de dinheiro em espécie.

Diante dessas evidências, os investigadores da PF suspeitam fortemente de lavagem de dinheiro e buscam apurar se os valores transferidos para contas de terceiros foram sacados no exterior como forma de dificultar o rastreamento financeiro. Além das movimentações internacionais, a PF identificou a distribuição de R\$ 14 milhões a diversas pessoas e entidades a partir das contas de Cecília e suas empresas.

## Irmão de Lula

Outro braço da investigação da Operação "Sem Desconto" mira o Sindicato Nacional dos Aposentados, Pensionistas e Idosos da Força Sindical (Sindnapi/FS), que tem José Ferreira da Silva, irmão do presidente Lula, como vice-presidente. O relatório da PF aponta um crescimento exponencial na arrecadação do sindicato, que saltou de R\$ 17 milhões em 2019 para R\$ 90 milhões em 2023. No total, o Sindnapi/FS arrecadou R\$ 259 milhões desde 2019. A PF destaca o aumento da arrecadação mesmo durante o período da pandemia de Covid-19. Entre 2020 e 2021, enquanto muitas entidades enfrentavam redução de contribuições, o Sindnapi/FS viu sua arrecadação crescer 78%, passando de R\$ 22,2 milhões para R\$ 39,6 milhões.

As investigações também apontam que o sindicato sediado em São Paulo não possuía documentação comprobatória suficiente para evidenciar a autorização expressa dos titulares dos benefícios para os descontos de mensalidade associativa. Além disso, o Sindnapi "não atendia plenamente os requisitos" para comprovar a adesão dos

beneficiários, como a validação da biometria facial com base em fontes públicas.

Em nota divulgada após a deflagração da operação, o Sindnapi/FS afirmou que apoia a apuração, argumentando que uma "investigação séria e transparente ajuda a identificar possíveis irregularidades, corrigir falhas e evitar que injustiças continuem acontecendo".

## Esquema de fraudes envolvia propina, laranjas e lobistas

Documentos da Polícia Federal (PF) e do Ministério Público Federal (MPF) detalham que o esquema de descontos indevidos de benefícios do INSS era sofisticado e envolvia o pagamento de propina a servidores do instituto, o uso de associações de fachada e a atuação de lobistas.

Segundo o MPF, o modus operandi de uma das entidades investigadas incluía o pagamento de propina a servidores do INSS para obter dados de aposentados, a inserção desses dados em associações "de fachada" que alegavam prestar serviços aos beneficiários, a realização de "pequenos descontos" em larga escala sem a autorização dos aposentados e a distribuição do lucro entre os envolvidos por meio de suas empresas.

Uma das principais entidades sob investigação é a Associação dos Aposentados Mutualistas para Benefícios Coletivos (Ambec). Um relatório do Conselho de Controle de Atividades Financeiras (Coaf) de 2024 apontou uma movimentação suspeita de R\$ 228,5 milhões pela Ambec entre agosto de 2023 e abril de 2024, valor considerado incompatível com o faturamento das empresas envolvidas. A PF registrou que o faturamento anual da associação é de R\$ 29 milhões.

Relatórios anteriores da PF já indicavam "suspeitas de que as filiações de aposentados e pensionistas à Ambec tenham sido feitas à revelia". A investigação também revelou que a Ambec outorgou a Antônio Carlos Camilo Antunes, conhecido como "um lobista discreto de Brasília" e "Careca do INSS", o papel de representante da associação junto ao INSS, com o objetivo de tratar de assuntos relacionados a um Acordo de Cooperação Técnica (ACT).

A Controladoria-Geral da União (CGU) aponta que a Ambec arrecadou mais de R\$ 178 milhões entre 2019 e 2024, período em que não possuía estrutura física adequada para a quantidade de associados registrados e em que os aposentados vítimas dos descontos desconheciam a associação e não haviam autorizado os débitos. O Tribunal de Contas da União (TCU) emitiu parecer no mesmo sentido, com o MPF mencionando mais de 2 mil reclamações registradas contra a Ambec e um aumento de mais de 150% no número de associados em dois anos, o que, segundo o TCU, pode "corroborar a fraude".

O advogado da Ambec, Daniel Bialski, afirma que a associação "não pratica atividade ostensiva de captação, prospecção e afiliação de seus associados", alegando que essas atividades são realizadas por empresas privadas diversas. Segundo a defesa, "se qualquer fraude ocorreu, a associação é tão vítima quanto seus associados".

As investigações da Operação "Sem Desconto" seguem em andamento, com o objetivo de identificar todos os envolvidos no esquema, recuperar os valores desviados e responsabilizar os culpados pelas fraudes que lesaram milhares de aposentados e pensionistas em todo o país. O governo federal já prometeu devolver o dinheiro das fraudes às vítimas, mas ainda não sabe como. Contudo, o rombo, mais uma vez, é para a população, desta vez a mais carente de todas: os aposentados.

(Fontes CNN, O Globo, Senado Federal e Gazeta do Povo)

# CONCLAVE



(2024, disponível @primevideobr)

Engana-se, como eu me enganei, que vendo “Conclave”, irá se deparar com um filme de temática religiosa lento e enfadonho. Muito pelo contrário! Você está diante de thriller eclesástico de tirar o fôlego. E agora, depois da morte do Papa Francisco, o longa despertou ainda mais curiosidade e se tornou recordista de visualizações na Prime Video. O filme mergulha num dos ritos mais fascinantes da Igreja Católica: o Conclave, o processo para se eleger um novo Papa, acompanhamos o Cardeal Lawrence (Ralph Fiennes) e os demais cardeais que se reúnem para escolher o próximo Sumo Pontífice. Lawrence tem que enfrentar artimanhas nesse complexo jogo político, onde muitas das ações dos cardeais que disputam o poder são condenáveis perante os olhos de Deus. O pano de fundo de “Conclave” são os corredores do Vaticano e a histórica Capela Sistina, onde dilemas morais e segredos vem à tona durante o processo eleitoral. A trilha sonora também é destaque, com tons solenes pontuando os momentos mais angustiantes. Os rituais e as minúcias que sucedem a morte de um papa são mostrados numa ótima montagem: a selagem do quarto papal, a quebra do anel, a ida até a Capela Sistina pra votação, as cédulas e a fumaça que anuncia a escolha do novo Papa. O roteiro tem diálogos inteligentes e retrata personagens bem complexos que, apesar de trabalharem a serviço da religião, são todos bem mundanos, com virtudes, defeitos, e ambição muitas vezes desmedida. Os questionamentos sobre fé e as reflexões sobre poder e a natureza humana são vários e profundos, assim como o papel da Igreja Católica na sociedade atual. O diretor Edward Berger conduz a narrativa com maestria, num ritmo eletrizante que deixa o espectador grudado na telona com seguidas e ótimas reviravoltas, garantindo uma abordagem diferente ao gênero. “Conclave” recebeu oito indicações ao Oscar 2025: Melhor Filme, Melhor Ator (Ralph Fiennes, que merecia ter vencido), Melhor Atriz Coadjuvante (Isabella Rossellini), Roteiro Adaptado, Edição, Design de Produção, Melhor Figurino e Melhor Música Original. Levou apenas a estatueta de Melhor Roteiro Adaptado. O desfecho é surpreendente, de deixar até o cinéfilo mais experiente boquiaberto. “Conclave” é um filme lindo e avassalador, certamente um futuro clássico.

# O efeito manada



O famoso efeito manada, também conhecido como comportamento de rebanho, está presente entre nós desde os primórdios da humanidade. Ele é uma resposta inata à necessidade ancestral de segurança, cooperação e sobrevivência em grupo. Refere-se à tendência de indivíduos seguirem a opinião ou ação de um grupo irracionalmente e sem analisar os fatos ou fundamentos. Isso acontece devido à influência da opinião de grupos na tomada de decisão individual, o que pode resultar em comportamentos impulsivos, mesmo que isso signifique ignorar seus próprios pensamentos e crenças individuais.

O filósofo alemão Friedrich Nietzsche descreveu o “comportamento de manada” como uma situação em que indivíduos em grupo reagem da mesma forma, embora não haja uma direção planejada. Essa definição guarda semelhanças com a origem do comportamento dos animais que se juntam por algum motivo comum.

Na psicanálise, o “efeito manada”, também conhecido como comportamento de rebanho, refere-se à tendência de indivíduos seguirem a opinião ou ação de um grupo, frequentemente de forma irracional e sem análise crítica, influenciados pela dinâmica social e pela pressão social. A psicanálise explora como essa tendência pode ser resultado de mecanismos psicológicos, como a busca por pertencimento, a necessidade de segurança e o medo de ser diferente, que podem levar a decisões e comportamentos que, individualmente, não seriam considerados os melhores.

O efeito manada pode ter um impacto significativo na tomada de decisão, tanto em situações cotidianas como em contextos mais amplos, como decisões pessoais, financeiras ou políticas. A psicanálise pode ajudar as pessoas a identificar e compreender os mecanismos psicológicos que as impulsionam a seguir o efeito manada, permitindo-lhes desenvolver maior autonomia e capacidade de tomar decisões mais conscientes e individualizadas.

## Karina Massud



Formada em Direito, cinéfila desde os 5 anos, transformou essa paixão em profissão tornando-se crítica de cinema e séries. Escritora em constante evolução, descobriu recentemente seu talento pra comunicadora e apresentadora e hoje trabalha também na TV e rádio, trazendo informação e entretenimento.

## Rosângela Vendrametto Quartucci



Psicóloga

CRP 06/118.954  
Especialista em Psicoterapia Psicanalítica  
Contato (14) 99700.3699



# Botox sem agulhas

## E um resultado perfeito

Quem não ama um botox que atire a primeira agulha! As mulheres principalmente adoram e com razão. O único incômodo mesmo são as agulhas. Agora, imagine ter os mesmos resultados sem precisar das picadinhas? É isso mesmo!

A **Vitalis Drogeria, Manipulação e Homeopatia** tem uma fórmula exclusiva do poderoso **Nano BTX**, um ativo de última geração que suaviza rugas, melhora a textura da pele e ainda ajuda no controle da acne e manchas, cujos resultados são visíveis e perfeitos.

“Ele é indicado para quem busca firmeza, uniformidade e rejuvenescimento sem procedimentos invasivos”, explica a farmacêutica **Fernanda T. de C. Vicentini (CRF-SP 22.874)**, complementando: “É um produto inovador, desenvolvido através da Biotecnologia e Nanotecnologia que contém o peptídeo da toxina botulínica C para uso tópico, ou seja, sem aplicação de injeções”.

Sua fórmula reduz linhas de expressão e promove um lifting fácil, trazendo resultado semelhante ao botox. Não por acaso, o Nano BTX é considerado o que há de mais moderno e tecnológico para o tratamento de rugas e linhas de expressão.

Ele tem a capacidade de paralisar a musculatura, eliminando assim, rugas e linhas de expressão e possui um efeito muito parecido ao Botox injetável, gerando resultados semelhantes. Além do efeito botox, auxilia na diminuição das manchas, clareando a pele e diminuindo os poros, também agindo com efeito hidratante, inibindo e tratando os cravos e espinhas. Problemas como rosácea e dermatite atópica também podem ser atenuados com o uso frequente desse produto, que pode ser utilizado em casos de hiperidrose palmar e axilar, reduzindo significativamente a produção excessiva de suor. Rugas frontais e glabellares são atenuadas pelo uso diário de Nano BTX, especialmente linhas finas da testa, rugas da testa, pés de galinha, linhas entre os olhos; linhas abaixo dos olhos, rugas entre as sobrancelhas, linhas de marionete, dobras da bochecha e dobras nasolabiais. Além disso, tem resultados rápidos e visíveis ao promover Efeito Glass Skin a partir da 1ª semana. Quer mais informações sobre esse produto milagroso? Fale com nossa equipe e apaixone-se pelo Nano BTX!



Não compre medicamento  
sem orientação médica!  
Mas conte conosco  
para tirar dúvidas!

### Benefícios

Com o uso regular, ele proporciona um efeito semelhante ao do Botox trazendo inúmeros benefícios:

- Aumento da elasticidade cutânea;
- Corrige também pequenas imperfeições cutâneas;
- Diminuição das rugas e linhas de expressão;
- É indicado também para o controle de acne e dermatite atópica;
- É indicado também para o controle da hiperidrose e da rosácea;
- Diminuição dos efeitos do envelhecimento cutâneo;
- Promove a firmeza da pele, deixando-a uniforme;
- Diminuição das linhas horizontais do pescoço;
- Promove o Clareamento de Manchas;
- Efeito Lifting;
- Excelente estratégia para prolongar os resultados de procedimentos faciais já realizados;
- Conseguir chegar onde os produtos injetáveis não podem ser aplicados.



feliz  
DIA DAS  
MÃES

Funcionamento segunda à sexta  
das 8 às 20h e aos sábados das 8 às 18h

14 99600.2188



@vitalis.avare



Aponte sua câmera  
e faça seu pedido

**Vitalis**  
Drogeria e Manipulação  
Vital para você!





Gesiel Junior\*

## Uma visita ao belo Santuário de Lourdes

De Paris, pegamos o TGV, trem de alta velocidade que percorreu pouco mais de 800 quilômetros, em seis horas e meia, para nos conduzir ao belíssimo santuário mariano encravado nos Pirineus franceses.

Hoje, com pouco mais de 15 mil habitantes, a pequena cidade de Lourdes, onde em 1858 uma adolescente de 14 anos teve seguidas visões de Nossa Senhora, abriga um dos maiores centros de peregrinação do mundo católico.

Para lá me dirigi em busca da renovação do meu batismo, que é uma grande graça pessoal e nisso os católicos pouco pensamos durante a vida. Quis ir a Lourdes para aprender a sair de si para rezar, para avaliar mais os bens espirituais e pedir pela conversão de quem amamos...

Acompanhou-me Regina Célia, impressionada com a grandeza do complexo mariano e de suas três basílicas, que ocupam uma área de 53 hectares, onde são celebradas 10 mil missas por ano.

Entrando no Santuário de Lourdes pela Porta de São Miguel, vê-se as duas primeiras basílicas. Aliás, a primeira capela, pedida pela Virgem Maria é agora a Basílica da Imaculada Conceição, iniciada em 1866 com estilo neogótico, que fica acima da Basílica de Nossa Senhora do Rosário, de estilo romano-bizantino, inaugurada em 1901. A terceira, a Basílica de São Pio X, uma proeza arquitetônica pelas suas dimensões (12 mil metros quadrados e capacidade para 20 mil fiéis), é subterrânea e estende-se ao longo da grande esplanada das procissões, inaugurada em 1958.

Numa das capelas do imenso templo mariano, tive a honra de conhecer o Padre Paulo Dalla Dea, brasileiro que atende os peregrinos de língua portuguesa, cujo número é crescente. Ouvindo-o com atenção entendi ser a espiritualidade de Lourdes profundamente batismal, leiga e feminina, por ser protagonizada por duas mulheres: Maria e Bernadete, a vidente.

Portanto, lá tudo tem base na oração, na conversão espiritual. Também nossa ida foi neste sentido, o que implicava em rezar por mim, para me converter. E conversão, penso, nada mais é do que voltar ao primeiro amor, voltar ao primeiro toque de Deus na nossa própria vida.

Então, creio que muitos peregrinos que vão para lá querem é voltar ao primeiro amor, renovar sua vida cristã, a sua vida batismal. Foi o que pretendi. Nem vou me estender porque Lourdes é algo inefável, de difícil descrição, infinito!

• Cronista e pesquisador, membro da Academia Botucatuense de Letras, é autor de 54 livros sobre a história regional.



# AGENDA 2025



**16**  
maio

Coleta de Sangue

**Local:** Sede Rotary Club Avaré

Parque de Exposições Fernando Cruz Pimentel EMAPA

**06**  
agosto

Coleta de Sangue

**Local:** Sede Rotary Club Avaré

**27**  
setembro

Dia Nacional do Doador de Órgãos

Palestra Doe Órgãos Salve Vidas

**Local:** Eduvale Avaré

Av. Prof. Misael Eufrásio Leal, 347, Centro - Avaré

**07**  
novembro

Coleta de Sangue

**Local:** Loja Maçônica Acácia

Av. Mario Covas, 577, Jardim Paineiras - Avaré

Organização:



Apoio:



@doeorgaos.salvevidas

feliz dia das

# MÃES



A todas as Mães, nossa gratidão por tanto Amor!

**Seu amor alimenta o mundo!**

Aponte sua câmera para o qrcode e faça seu pedido!



chama  
no ZAP  
14 99607.9323

## Kenji Snack

Av. Parapanema, 242 | Avaré (SP)

O MAIOR PRESENTE  
É SUA PRESENÇA



FELIZ DIA  
DAS MÃES



**BRASÍLIA**  
CALÇADOS E CONFECÇÕES

Rua Santa Catarina, 1250  
Centro | Avaré (SP)

14 99717.5934  
@brasiliaavare

# O presente

da sua mãe está no comércio de Avaré!

Surpreenda sua mãe com presentes tão únicos quanto ela!



## ACIA

DESDE 1933

Baixe nosso aplicativo  
É gratuito!



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

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

Parabéns pelo seu dia!

# Mãe

Gratidão pela vida e pelo amor!

Aponte sua câmera para o QR Code e conheça nossos planos!



## NOVATEC

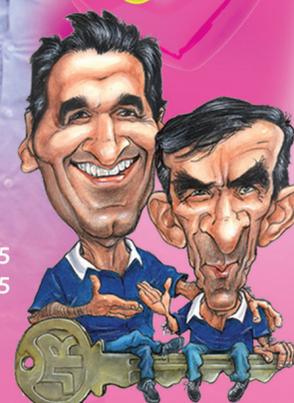
SOLUÇÕES

Rua Espírito Santo, 1289 | Centro | Avaré (SP)  
Tels (14) 3733.4616 | 3733.4316  
WhatsApp (14) 99790.6060

## FELIZ DIA DAS MÃES



Seu amor é o alicerce da nossa história. Feliz Dia das Mães, nossa eterna inspiração.



**J&R Chaveiro**

Rodrigo (14) 99774.6185  
& João (14) 99657.6535

**Novo endereço:** Rua Voluntários de Avaré, 1134  
Avaré (SP) Tel (14)3732.4848

# De lavouras de café ao sucesso, uma história inspiradora



A trajetória de Sebastião Cruz é um testemunho vivo de que a educação é a mola propulsora da transformação. Nascido em Coromandel, Minas Gerais, em 9 de fevereiro de 1974, Sebastião trilhou um caminho de superação e dedicação, desde a infância humilde como filho de mãe solo trabalhadora nas lavouras de café, até se tornar uma figura central na educação em Avaré, no interior de São Paulo.

Movido pelo sonho de uma vida melhor, aos 19 anos Sebastião deixou sua cidade natal rumo a Uberlândia, Minas Gerais. Sem recursos financeiros, mas com uma inabalável vontade de vencer, dedicou-se aos estudos, conquistando a aprovação na Universidade Federal de Uberlândia

(UFU), onde obteve bacharelado e licenciatura em Química. Sua sede por conhecimento o impulsionou a buscar ainda mais, concluindo mestrado e doutorado na mesma instituição.

A carreira profissional de Sebastião também floresceu. Por dez anos, atuou como professor e gestor na Universidade de Uberaba (Uniube), marcando sua contribuição para a formação de inúmeros jovens. Em 2011, um novo capítulo se iniciou em sua jornada com a aprovação em concurso público para professor de Química no Instituto Federal de São Paulo (IFSP), Campus Avaré, onde assumiu o cargo em 14 de fevereiro de 2012. "Tenho muito orgulho de ter contribuído para a formação de muitos jovens aqui em Avaré", compartilha Sebastião, pai de Gabriela, Victória e João Victor. Sua história ecoa a mensagem de que, com esforço e persistência, barreiras podem ser derrubadas e sonhos, alcançados.

## Liderança transformadora no IFSP Avaré

Um ano após sua chegada ao IFSP Avaré, em 2013, Sebastião aceitou o desafio de concorrer à direção-geral do campus, sendo eleito com expressivos 80% dos votos. Assumir a liderança trouxe consigo uma série de obstáculos significativos. A instituição enfrentava carência de servidores, orçamento limitado, baixo reconhecimento na comunidade local, infraestrutura precária (com falta de biblioteca, refeitório, salas de aula e laboratórios), poucas parcerias com o setor produtivo, desmotivação do corpo de servidores e um número reduzido de alunos, além da ausência de cursos superiores.

Em 2013, o IFSP Avaré contava com apenas 55 servidores, cerca de 360 alunos matriculados em cursos técnicos integrados e concomitantes, um orçamento anual inferior a R\$ 1,5 milhão e uma infraestrutura ainda em desenvolvimento. No entanto, sob a gestão de Sebastião Cruz, o cenário se transformou radicalmente. Ao longo de 12 anos dedicados à instituição, o IFSP Avaré se consolidou como uma referência em ensino, pesquisa e extensão, não apenas no estado de São Paulo, mas em todo o Brasil.

Atualmente, o campus conta com uma equipe de 121 servidores efetivos e aproximadamente 23 terceirizados. O orçamento executado em 2024 atingiu quase R\$ 6 milhões, impulsionado por R\$ 2,44 milhões em emendas parlamentares. Nos últimos 12 anos, mais de R\$ 80 milhões foram investidos em infraestrutura e equipamentos, tornando o campus um dos mais bem equipados do IFSP.

A oferta de cursos também se expandiu significativamente. Hoje, o IFSP Avaré oferece 10 cursos, incluindo 3 técnicos integrados ao ensino médio (Mecatrônica, Agroindústria e Lazer), 1 técnico concomitante em Mecânica e 5 cursos superiores (Licenciatura em Biologia, Licenciatura em Letras Português/Espanhol, Engenharia de Biossistemas, Tecnólogo em Agronegócios e Tecnologia em Gastronomia) – sendo este último o único gratuito no estado de São Paulo. O campus atende atualmente a mais de 1.500 alunos em diversas modalidades de ensino e extensão.

## Projetos inovadores e impacto na comunidade

Sob a liderança de Sebastião, o IFSP Avaré se tornou um polo de projetos de pesquisa e extensão em áreas como alimentos, biossínusos, tecnologia, turismo e lazer. O projeto de biossínusos, liderado pela Professora Marcela Pavan, ganhou destaque nacional com uma reportagem no Globo Rural.

A infraestrutura do campus também passou por uma transformação notável, contando agora com ginásio poliesportivo, academia de musculação, quadra de areia, refeitório, biblioteca moderna, oficina mecânica, laboratórios equipados para todos os cursos, salas de aula climatizadas e um auditório com capacidade para quase 300 pessoas, o maior da cidade e utilizado pela comunidade local.

O engajamento social também se tornou uma marca da gestão de Sebastião. Projetos como a parceria com a Associação Amigo Solidário, que oferece atividades de robótica, agroecologia e lazer para crianças, e o projeto Mulheres Mil, que capacita mulheres em vulnerabilidade social, demonstram o compromisso do IFSP Avaré com a comunidade. A tradicional Festa Junina do campus se tornou um evento anual de arrecadação de toneladas de alimentos para instituições filantrópicas da cidade. A revitalização da fanfarrinha do campus também promove a cultura e oferece oportunidades para jovens talentos musicais.

## Construindo um legado

A obtenção de recursos em períodos desafiadores, como durante a pandemia, foi um marco da gestão de Sebastião. Através de parcerias estratégicas com outras instituições e empresas, desenvolvimento de projetos conjuntos para editais públicos, colaboração com órgãos governamentais e agências de fomento, e a articulação com deputados que acreditam na educação, o campus conseguiu superar as dificuldades financeiras. A parceria com empresas locais, como a Raiar Orgânicos, fortaleceu a integração entre a instituição e o setor produtivo regional. "O maior legado do campus não são os prédios construídos, mas sim as vidas que foram mudadas", reflete Sebastião, citando Paulo Freire: "A educação não transforma o mundo. Educação muda as pessoas. Pessoas transformam o mundo." Para ele, a educação é a "arma mais poderosa" para a transformação social, uma crença que moldou sua trajetória e sua gestão. Ao longo de seus 12 anos à frente do IFSP Avaré, o campus se tornou um vibrante centro de eventos, sediando congressos de extensão, jogos estudantis, campeonatos de robótica e encontros de liderança estudantil, impulsionando o turismo local e levando o nome de Avaré para diversas regiões.



## Novos horizontes

Após dedicar mais de uma década ao IFSP Avaré, Sebastião Cruz encerra este ciclo com o sentimento de dever cumprido. Impossibilitado de se recandidatar à direção-geral, apoiou a eleição do professor Júlio Damalio para os próximos quatro anos. Um novo desafio se apresenta em sua jornada: a convite do Reitor do IFSP, Sebastião assumirá a direção do novo campus em implantação na cidade de Bauru. "Levo comigo muitos amigos que fiz em Avaré e um sentimento de dever cumprido. Acredito que a educação pública me proporcionou muito e agora é hora de realizar o trabalho em outra região", afirma.

Sebastião reafirma seu compromisso com a educação pública, gratuita e de qualidade para todos: "Continuarei a lutar por uma educação pública e gratuita para todos e por toda a vida. Acredito firmemente que a educação é transformadora e pode mudar a vida das pessoas. Essa crença me motiva a continuar trabalhando em prol da educação pública de qualidade."

A história de Sebastião Cruz no IFSP Avaré é um farol de esperança e um exemplo inspirador de como a dedicação à educação pode transformar vidas e comunidades inteiras. Seu legado perdurará, não apenas nas estruturas físicas construídas, mas principalmente nas inúmeras vidas que foram impactadas por sua liderança visionária e seu inabalável compromisso com o poder transformador da educação.



Foto do pesquisador Gesiel Júnior, tirada no Vaticano em 15 de outubro de 2014.

# O adeus a Francisco, feito de esperança

**Gesiel Júnior**  
Especial para o *In Foco*

Em seus doze anos de pontificado o papa Francisco acolheu peregrinos de Avaré e região, os quais participaram de audiências gerais, na Praça de São Pedro, no Vaticano. Pessoalmente, acompanhado de Regina Célia, minha mulher, tive a honra de vê-lo, ouvi-lo e fotografá-lo na inesquecível manhã de quarta-feira, 15 de outubro de 2014.

Nessa data, foi como se uma Avaré inteira estivesse naquela praça tão famosa (mais de 90 mil pessoas) para se encontrar com o chefe de 1,4 bilhão de católicos. Em sua catequese semanal, trajado de branco, o simpático argentino ensinou então sobre a esperança, tema da sua predileção, tanto que é o título do seu último livro-testamento, recentemente publicado.

“O nosso coração – realçou – não pode deixar de se sentir vigorosamente confirmado na esperança. A esperança cristã é simplesmente um desejo, um auspício, não é otimismo: para o cristão, a esperança significa expectativa, espera fervorosa e apaixonada do

cumprimento derradeiro e definitivo do mistério do amor de Deus, no qual renascemos e já vivemos”.

“E é expectativa de Alguém que está prestes a chegar: é o Cristo Senhor que se faz cada vez mais próximo de nós, dia após dia, e que vem para finalmente nos introduzir na plenitude da sua comunhão e da sua paz”, revelou na mensagem, assim concluída: “Então, a Igreja tem a tarefa de manter acesa e bem visível a lâmpada da esperança, para que possa continuar a resplandecer como sinal seguro de salvação e iluminar para a humanidade inteira a vereda que conduz rumo ao encontro com o semblante misericordioso de Deus”.

No final do encontro, Francisco saudou com seu jeito pessoal também quem vinha de Avaré: “Sede bem-vindos! De coração vos saúdo a todos, confiando ao bom Deus a vossa vida e a dos vossos familiares. Rezai também vós por mim! Que as vossas famílias se reúnam diariamente para a recitação do terço sob o olhar da Virgem Mãe, para que nelas não se acabe jamais o óleo da fé e da alegria, que brota da vida dos seus membros em comunhão com Deus!”

## Traços e laços de Avaré com o papa argentino



Casal Zanluchi com Francisco no Vaticano, em 2017.

Jornalista que fez estágio na Rádio Vaticano, o avareense Marcello Zanluchi Simon trabalhou como assessor de comunicação na Jornada Mundial da Juventude, no Rio de Janeiro em 2013. Nessa ocasião, conviveu de perto com Francisco, tendo exercido a mesma função na jornada de Lisboa, em 2023. Ele, que faz parte do dueto “Tenores do Brasil”, também conheceu os papas João Paulo II e Bento XVI.

Em 2017, no Vaticano, Marcello esteve na cerimônia de casamento de um amigo

peçoal, membro da Guarda Suíça, celebrada pelo papa. Sempre atencioso, Francisco aceitou posar numa foto entre ele e sua esposa Luciana.



A primeira e a última charge de Fernandes: um papa sempre bem-humorado.

Outro avareense admirador do alegre papa argentino, o cartunista Luiz Carlos Fernandes traçou-o em várias de suas charges. Fez a primeira em março de 2013, logo que Jorge Bergoglio foi eleito papa. Meses depois, o pontífice chegou a gargalhar ao ver as caricaturas engraçadas sobre ele reunidas num livro, presente entregue pelo arcebispo de São Paulo, cardeal Odilo Scherer.

No dia 22 de abril, o premiado artista gráfico de Avaré fez outra homenagem ao papa falecido, sempre com talentosa originalidade, que o In Foco reproduz nesta página. (GJ)





# O legado de um líder espiritual incomparável

A morte do Papa Francisco marca um dos momentos mais solenes da história recente da Igreja Católica. Jorge Mario Bergoglio, o primeiro papa latino-americano e o primeiro jesuíta a ocupar o Trono de Pedro, faleceu em 21 de abril de 2025, no Vaticano, deixando um legado profundamente enraizado na humildade, no diálogo e na transformação social.

Francisco revolucionou o papel de sucessor de Pedro ao incorporar uma abordagem de proximidade, inclusão e humildade. Desde o início de seu papado em 2013, deixou claro que sua missão seria aproximar a Igreja do povo — especialmente dos marginalizados, dos pobres e dos esquecidos.

Foi um papa que preferiu o diálogo à condenação, promovendo a escuta, mesmo quando tratava de temas polêmicos como o casamento entre pessoas do mesmo sexo, o celibato, o papel da mulher na Igreja e a comunhão para divorciados recasados. Ele escreveu um apelo urgente pela preservação do meio ambiente, em que relaciona a crise ecológica à injustiça social. Também enfrentou a dolorosa realidade dos abusos sexuais dentro da Igreja, implementando medidas mais rigorosas de combate e prestando apoio às vítimas.

A ausência de Francisco será sentida não apenas nos corredores do Vaticano, mas em cada canto onde ele tocou vidas com suas mensagens de amor e fraternidade. Sua liderança era, ao mesmo tempo, firme e acolhedora. Ele desafiava as estruturas de poder, mas sem perder a ternura; criticava os males do mundo, mas oferecia soluções baseadas na empatia e na compaixão.

Ele não era apenas o papa — era a consciência social da Igreja, alguém que colocou a misericórdia no centro da doutrina. O vácuo deixado por Francisco é simbólico, mas também estrutural. Ele havia iniciado uma série de reformas administrativas e financeiras no Vaticano, que ainda estão em andamento.

## A conexão com os pobres e os excluídos

Durante todo o seu pontificado, Francisco deixou claro que sua prioridade era servir aos pobres. Ele foi o primeiro papa a falar abertamente sobre a “economia que mata”, criticando sistemas econômicos que promovem a exclusão social e o consumismo desenfreado. Visitou favelas no Brasil, campos de refugiados no Oriente Médio, e lavou os pés de imigrantes em cerimônias de Quinta-feira Santa — sempre dando prioridade àqueles que são esquecidos pela sociedade e frequentemente também pela própria Igreja.

Sua opção preferencial pelos pobres não era apenas retórica. Ele pressionou governos, doou recursos, e reformou setores do Vaticano para que fossem mais eficientes na ajuda humanitária. Sob seu comando, a Esmolaria Apostólica ampliou seus serviços, criando abrigos, distribuindo alimentos e oferecendo chuveiros aos sem-teto de Roma. Para Francisco, não se tratava apenas de caridade, mas de justiça social. Ele dizia que o sofrimento dos pobres era “uma chaga no corpo de Cristo”.

Essa conexão direta com os marginalizados mudou a percepção da Igreja. Ele desafiou os fiéis a saírem de suas zonas de conforto e enxergarem Cristo no rosto dos necessitados. Seu exemplo inspirou milhões a agir, transformando paróquias e comunidades em centros de solidariedade. Essa é uma herança difícil de mensurar, mas que continuará viva por gerações.

## Francisco nos livros de história

Ele será lembrado por ter trazido a Igreja para o século XXI, sem renunciar à sua essência espiritual. Enquanto o mundo enfrentava crises econômicas, pandemias,

guerras e divisões ideológicas, Francisco apresentava uma voz unificadora, que falava ao coração. Sua figura entrou para a cultura popular, suas frases viraram ensinamentos de vida, e sua imagem passou a simbolizar amor, perdão e acolhimento.

Historiadores já o comparam a figuras como João XXIII, Paulo VI e João Paulo II, por sua capacidade de tocar o mundo além da religião. Ele preparou o caminho para uma nova Igreja, mais missionária, menos clerical e mais próxima das pessoas.

Francisco não apenas foi um papa — ele foi uma era. A sua morte marca o fim de uma era de ousadia pastoral, compaixão e proximidade com o povo. Ele foi, sem dúvida, uma figura rara, que transformou não apenas a Igreja Católica, mas o coração de milhões de pessoas ao redor do mundo. Seu legado ultrapassa dogmas e atinge a essência da mensagem cristã: amor, serviço e misericórdia.

Sua partida deixa um vazio, mas também uma trilha clara a ser seguida. A Igreja agora entra em um novo capítulo, com desafios profundos e decisões importantes. No entanto, os frutos de Francisco continuarão florescendo. Seus gestos simples, suas palavras acolhedoras, suas ações corajosas e sua escuta compassiva serão eternamente lembradas.

Ele nos ensinou que a santidade se encontra no cotidiano, que a fé deve ser viva, e que a Igreja só tem sentido se estiver a serviço da humanidade. Francisco foi o papa do povo — e o povo nunca o esquecerá.

(Colaborou Gesiel Júnior)

## “La humildad se vuelve viral”



Uma foto de Jorge Mario Bergoglio tirada em 2008 em um vagão de metrô, quando ele ainda era arcebispo de Buenos Aires, voltou a viralizar horas após sua morte. O registro ocorreu por acaso, contou o fotógrafo Pablo Leguizamón em entrevista ao “Diario Río Negro”.

Ele tentou vender a foto na época, mas a imagem só ganhou fama cinco anos depois, quando Bergoglio foi eleito

papa. Veio em boa hora para o fotógrafo, que estava sem dinheiro nem para pagar o aluguel...

Dias depois da morte papal, o Metrô de Buenos Aires postou essa foto no Instagram com uma mensagem de despedida:

“Adeus, Francisco.”

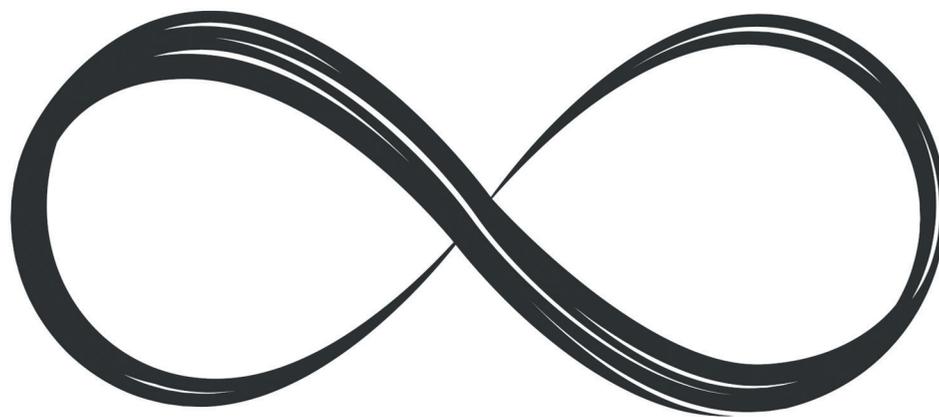
Saiu um líder que nos ensinou pelo exemplo. Antes de se tornar Papa, Jorge Bergoglio era apenas mais um morador de Buenos Aires: percorria suas ruas, viajava de ônibus e pegava metrô, sempre com aquela humildade que o caracterizava.

O seu legado de simplicidade e proximidade permanecerá para sempre na história e no coração da sua cidade.

Muito obrigado, Francisco. Tenha uma boa viagem”.

#PapaFrancisco#SubteBA#Humildad#GraciasFrancisco

A imagem ganhou projeção como um símbolo da simplicidade de Francisco, notável desde os tempos em que ele era o arcebispo portenho.



# A Eternidade é hoje

Vivemos em meio a corridas e atrasos, entre promessas não cumpridas e sonhos que, por medo ou desatenção, deixamos escorrer pelos dedos. Mas a verdade que mais nos desafia, e que poucos ousam encarar de frente, é esta: a eternidade é hoje.

Sim, é hoje que a vida pulsa. É hoje que o coração bate com a força de quem ainda tem uma chance. É hoje que o tempo nos oferece a rara oportunidade de recomeçar, de lutar, de amar, de perdoar. Esperar o momento ideal é adiar o que já nasceu pronto dentro de nós: a capacidade de fazer valer cada instante, mesmo entre dores e dificuldades.

As lutas diárias são reais. O peso das contas, das perdas, dos erros e da solidão, tudo isso nos testa, nos cansa, nos empurra para o comodismo de um “depois” que talvez nunca venha. Mas ainda assim, é preciso foco. É preciso fé. É preciso coragem para não desviar o olhar do que importa.

A sobrevivência, por vezes, exige que sejamos mais duros do que gostaríamos, mas não mais frios do que somos. A vida quer de nós presença, não ausência. Quer entrega, não espera. Quer ação, não desculpas.

A eternidade não mora num amanhã idealizado. Ela mora no instante em que decidimos mudar. Quando enfrentamos nossos fantasmas. Quando escolhemos calar o medo e dar um passo — mesmo tremendo. É no agora que a vida se revela inteira. Porque a única coisa certa que temos é o tempo que passa entre um suspiro e outro.

A resignação, nesse caminho, não é desistência. É a aceitação lúcida de que nem tudo será como imaginamos, mas que ainda assim vale a pena continuar. É saber que o vento sopra como quiser, mas o leme do barco ainda está em nossas mãos. É confiar que cada dor carrega um ensinamento, cada queda, um recomeço, e cada ausência, uma memória que ainda nos fortalece.

Não há outro tempo que não este. Não há outro momento para ser melhor, para dizer o que sente, para viver de verdade. Deixar para depois é o disfarce que o medo veste para nos roubar a vida.

A eternidade não está no futuro distante, nem nas promessas de um dia perfeito. Ela é o agora. É a escolha de amar hoje. De perdoar hoje. De lutar hoje. De não desistir hoje. Porque quem vive esperando o amanhã perfeito, não percebe que o milagre já começou — e ele se chama hoje.

Vivemos como se houvesse tempo de sobra. Como se a vida nos desse prazos estendidos, segundas chances ilimitadas e manhãs sempre disponíveis. Fazemos promessas para “depois”, empurramos sonhos para “quando der”, e silenciemos sentimentos que nos queimam por dentro, dizendo que ainda não é hora. Mas a verdade, nua e implacável, é que a eternidade é hoje.

*É hoje que o coração pede respostas.*

*É hoje que a alma sente sede de sentido.*

*É hoje que o tempo, em silêncio, nos cobra o que deixamos para amanhã.*

A vida é um sopro, dizem. Mas esquecemos que ela também é chama — e se não cuidamos, ela apaga. Cada novo dia é um presente embrulhado em incertezas, e por isso mesmo, é precioso. O tempo não se estoca, não se compra, não se pede de volta. O tempo se vive. Ou se perde.

As batalhas da sobrevivência não esperam. A rotina é dura. As responsabilidades esmagam. Os desafios surgem sem aviso. Mas mesmo nesse caos, somos chamados a fazer escolhas com consciência. Somos testados em nossa fé, em nossa

paciência, em nossa capacidade de amar apesar das dores. E a cada escolha que fazemos com o coração desperto, tocamos o eterno.

Protelar é fácil. O difícil é encarar o espelho e assumir que deixamos a vida passar por medo, cansaço ou omissão. Que deixamos de dizer “eu te amo”, deixamos de lutar por algo em que acreditávamos, deixamos de viver um amor, de escrever um livro, de perdoar um irmão... deixamos de viver porque estávamos ocupados demais existindo. Mas a eternidade não está no depois. Ela acontece quando você entende que o agora é o único chão firme que se tem.

*É no hoje que as decisões devem ser tomadas.*

*É no hoje que a paz precisa ser buscada.*

*É no hoje que se rega a semente da fé.*

*É no hoje que se cala o medo e se escuta a alma.*

*Foco. Porque sem direção, andamos em círculos.*

Resignação. Porque nem tudo está sob nosso controle.

Coragem. Porque viver exige bravura diante da dor, da incerteza, da perda.

E se a vida nos quebra — e tantas vezes ela quebra — é nesse agora que devemos recolher os cacos e reconstruir. Não é para depois que se junta a esperança. É no instante em que respiramos fundo e seguimos, mesmo cambaleando.

A eternidade é o amor que você oferece hoje.

*É o perdão que você decide dar agora.*

*É o abraço que você não adia mais.*

*É o risco que você finalmente assume.*

*É a lágrima que escorre, mas que limpa a alma.*

*É o recomeço que se faz com fé, sem garantias, mas com verdade.*

Quem compreende isso vive mais inteiro, mais profundo, mais humano. Porque entende que o tempo não espera. E que a vida — essa travessia curta e intensa — é feita para ser vivida com propósito, e não apenas suportada.

Não deixe a eternidade para depois.

Ela é o olhar que você cruza.

É a palavra que você oferece.

É o passo que você tem medo de dar, mas dá mesmo assim.

*A eternidade é hoje.*

*E a vida, tão breve, só se torna eterna quando é vivida com coragem, com entrega e com amor.*

## Renato Gonçalves da Silva

Advogado e Master Practitioner em PNL



# Muito além dos padrões

“ Qual a importância da aceitação com relação ao corpo na **Tipologia Duas Marias®**? ”

Em um mundo onde padrões de beleza irreais frequentemente ditam o que é considerado atraente, é quase um ato revolucionário cultivar uma relação de carinho e aceitação com o próprio corpo. Conhecer, valorizar e aceitar o corpo em sua singularidade é um passo fundamental para a construção de uma autoestima sólida e uma saúde mental equilibrada. Essa jornada de autodescoberta transcende a mera aparência física, convidando-nos a explorar a rica tapeçaria de sensações, capacidades e histórias que nosso corpo carrega.

Nesse contexto, criei a **Metodologia Duas Marias®** justamente para se contrapor a estes paradigmas e ter uma ferramenta de aprofundamento no autoconhecimento corporal.

Ao identificar o tipo físico predominante, essa abordagem individualizada oferece um mapa para compreender as características e tendências naturais do nosso corpo. Longe de aprisionar corpos em rótulos, o conhecimento do tipo físico pode ser um ponto de partida para uma relação mais íntima e respeitosa com as próprias necessidades e potencialidades.

Compreender se nosso corpo tende a acumular energia de determinada forma, ou se possui uma estrutura óssea específica, pode nos auxiliar a fazer escolhas mais conscientes em relação à alimentação, à prática de exercícios e ao vestuário. Essa consciência, aliada à valorização das qualidades únicas que cada tipo físico possui, nutre um senso de pertencimento e aceitação.

Aceitar o corpo como ele é não significa resignação ou negligência com a saúde. Pelo contrário, é um ato de profunda gentileza consigo mesmo, que libera energia para investirmos em bem-estar genuíno. Ao invés de lutar contra a própria natureza, aprendemos a trabalhar em harmonia com ela, reconhecendo a beleza e a funcionalidade que nos são inerentes.

Essa jornada de aceitação é um processo contínuo, permeado por momentos de desafios e redescobertas. No entanto, ao nos libertarmos da tirania dos padrões externos e cultivarmos um olhar amoroso para o nosso corpo, abrimos espaço para uma vida mais plena, autêntica e feliz.

O conhecimento do tipo físico, como proposto pela **Metodologia Duas Marias®**, pode ser um valioso aliado nessa caminhada, oferecendo um caminho para a compreensão e, conseqüentemente, para a aceitação de quem verdadeiramente somos, em nossa totalidade física e emocional.



UNIVERSIDADE  
DUAS MARIAS

*Viviane Mendonça*



Feliz dia  
das

# mães

Mãe, o **toque divino** na nossa vida.  
Obrigado por **tudo!**



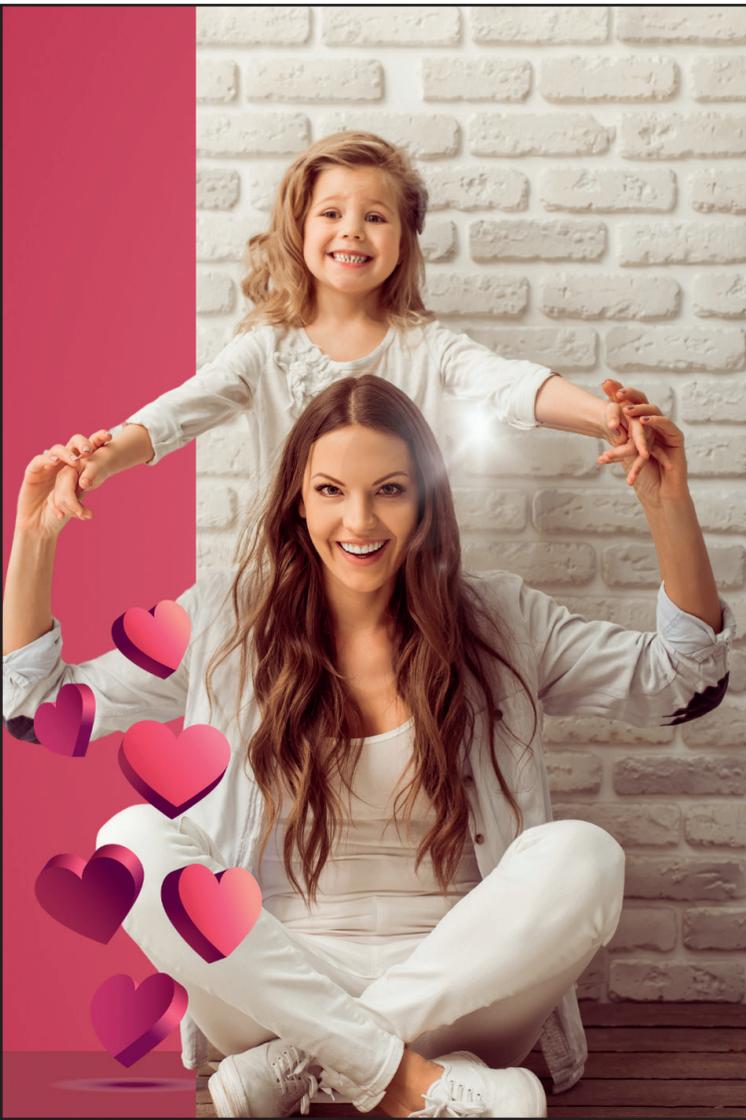
*Blusas  
casacos  
calças  
saías  
as últimas tendências  
da moda urbana  
além de bolsas  
acessórios  
make  
e presentes especiais  
para sua Mãe*

*Mais completa pra você*



Rua Pernambuco, 1461 | Centro de Avaré (SP) (14)99711.5429 | (14)99684.3640

Tudo em até  
**5X**



Obrigado por ser a

*luz*

da nossa vida!

Aponte sua câmera  
para o QR Code  
e entre em contato



**2000 ILUMINAÇÃO**  
MATERIAL ELÉTRICO E ILUMINAÇÃO

Rua Pará, 1416 | Centro | Avaré (SP) Tels 14 3732.6221 | 3022.2285

(14) 99165.9595





Aberto  
no almoço  
aos domingos

feliz  
DIA DAS  
mães

Mãe não é tudo igual, mas  
todas são **bem-vindas** no Oriental!



Agora com  
comida coreana!



“Aponte a câmera  
para o QR Code  
e faça seu pedido!”

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



**ORIENTAL MIX**  
COZINHA CHINESA & JAPONESA

Rua Pará, 1776 | Centro de Avaré (SP)

Dia das Mães

Feliz  
dia das  
mães

Por outras formas de dizer “te amo”



Rua Santa Catarina, 1392 | Centro | Avaré  
@pontocinco ©14 99615 .3288

Rua Rio Grande do Sul, 1200 | Centro | Avaré  
@pontocincoshoes © 14 99781.0211

## Posse ACIA

No dia 07 de abril, a Associação Comercial, Industrial e Agropecuária de Avaré realizou a cerimônia de posse de sua nova diretoria, marcando o início de um novo ciclo de gestão. O evento, de grande relevância para o setor empresarial da cidade, contou com a presença de membros do conselho, associados, convidados e parceiros. A solenidade reafirmou o compromisso da associação com o fortalecimento do comércio, da indústria e do agronegócio local, promovendo união, desenvolvimento e representatividade. Durante seu discurso, o presidente Cassio Jamil Ferreira que permanece no cargo destacou: *"Estamos assumindo com responsabilidade e entusiasmo, cientes dos desafios e comprometidos com a missão de apoiar e fortalecer os empreendedores de Avaré. Juntos, construiremos um ambiente cada vez mais próspero para todos."*



## Inauguração em Lisboa

Já em maio, acontece um grande evento: a tão esperada sede portuguesa da Universidade Corporativa Duas Marias® (UDM) que será marcada pela realização do 3º Congresso da instituição. A inauguração em Lisboa promete ser um catalisador para a disseminação da metodologia Duas Marias® em solo europeu, fortalecendo ainda mais a marca. O Congresso Duas Marias é um evento que reúne grandes nomes e celebridades do mundo da consultoria em imagem, com o objetivo de agregar conhecimento, potencializar o networking e consagrar a marca Duas Marias®, além de ser certificado pelo Ministério da Educação (MEC). Uma iniciativa inédita da UDM, em sua primeira versão o Congresso trouxe como palestrantes mulheres notáveis como Ana Raia, Leticia Bronstein, Gloria Kalil, Gloria Coelho e Mônica Salgado – profissionais e nomes de destaque no cenário internacional. Já na segunda edição, em 2024, o Congresso Duas Marias contou com a participação de grandes personalidades e

celebridades, como Costanza Pascolato, Lilian Pacce e Patrícia Bonaldi. Nesta terceira edição realizada em Lisboa, as palestrantes serão a artista **Bela Silva** e a atriz **Fernanda Rodrigues**.



## Bosque dos Caiuás

Abril também foi um mês marcante com a inauguração de um empreendimento imobiliário que promete revolucionar o conceito de moradia na região: o **Residencial Bosque dos Caiuás** se apresenta não como um simples complexo de apartamentos, mas como um verdadeiro lar, priorizando a qualidade de vida, a sustentabilidade, a conexão com a natureza e a acessibilidade. Localizado estrategicamente no Jardim São Paulo, no coração de Avaré, o residencial presta uma homenagem aos primeiros habitantes da cidade, os Caiuás. O projeto é a concretização de um sonho do casal Edna Lopes Almeida e Antônio Luiz Bortolato de Azevedo, que também se tornaram os primeiros moradores deste espaço singular. No dia 25, eles receberam amigos, parceiros e convidados para a abertura oficial do empreendimento. Veja mais detalhes na página 24 desta edição.



Parabéns aos aniversariantes de maio: **Marcelo Ribeiro Guido** e **Patrícia Gomes de Paula Belucci** (dia 1); **Tetê** e **Rosângela Zandoná** (dia 5); o amigo **Luis Carlos Deramio** (dia 5) **Bruna Jofre** (dia 12); **Cláudio de Pieri** (dia 17); **Cida Dalcim, Juliana Cristina Martins** e **Tomás Novaes** (dia 18); **Lúcia Tezza Cruz** (dia 21); **Luiz Carlos de Souza Leme** (dia 25); **Silvia Bannwart** (dia 26); **Leide Landi** (dia 27); **Taisa** e **Isadora Rotelli de Mello**, filha de **Eduarda Rotelli**, (ambas dia 28) e **Beatriz Novaes** (dia 31)



Um beijo muito especial para essa doçura linda da Sarah, que comemorou seu primeiro aninho dia 29 de março.

Presentes para Mães Especiais

mãe

Dia das

mães

mães



mãe



ÓPTICAVITÓRIA



# Câncer,

## a medicina mais perto da cura

O ano de 2025 traz um panorama complexo em relação ao câncer no Brasil. As estimativas do Instituto Nacional do Câncer (Inca) apontam para um aumento preocupante no número de novos diagnósticos, com a expectativa de alcançar 740 mil casos ainda neste ano e, em um futuro próximo, ultrapassar a marca de um milhão de brasileiros afetados anualmente. Um dado ainda mais alarmante é a crescente incidência da doença em indivíduos com menos de 50 anos, uma tendência observada na última década que intriga a ciência. Embora as causas exatas dessa mudança no perfil epidemiológico ainda estejam sob investigação, suspeitas recaem sobre fatores como a poluição, o sedentarismo, a obesidade, o consumo excessivo de alimentos ultraprocessados e alterações no bioma intestinal.

Em meio a esse cenário desafiador, boas notícias emergem do campo da pesquisa e do desenvolvimento de novas terapias. Um dos fatores que contribuem para resultados mais encorajadores é a maior disponibilidade de exames preventivos, que possibilitam a detecção do câncer em estágios iniciais, aumentando significativamente as chances de cura. No Brasil, atualmente, 60% dos pacientes diagnosticados conseguem superar a doença, um índice que se eleva a quase 70% em países mais desenvolvidos, como os Estados Unidos. A ciência oncológica tem direcionado seus esforços para o desenvolvimento de tratamentos mais específicos e eficazes. A imunoterapia, as terapias celulares e os anticorpos monoclonais representam avanços significativos nesse sentido. A imunoterapia, em particular, tem demonstrado um potencial notável ao estimular o sistema imunológico do próprio paciente a combater as células cancerígenas. Um estudo promissor realizado em Nova York ilustrou essa eficácia ao curar pacientes com câncer colorretal sem a necessidade de cirurgia ou radioterapia. A importância dos check-ups e exames regulares para a prevenção e detecção precoce do câncer também é reiterada como um pilar fundamental nessa luta.

O ano de 2025 marca um ponto de inflexão na oncologia com a consolidação de terapias inovadoras, como as de células TIL (linfócitos infiltrantes de tumor) e as vacinas personalizadas. Anunciados em janeiro pela American Association for Cancer Research, esses tratamentos representam uma nova era de precisão e eficácia, oferecendo esperança renovada para pacientes e suas famílias. As terapias de células TIL utilizam o próprio sistema imunológico do paciente, fortalecendo suas defesas para atacar o tumor de forma direcionada. Já as vacinas personalizadas são desenvolvidas sob medida, com base em biomarcadores únicos de cada paciente. Em testes realizados ao longo de 2025, essas abordagens demonstraram taxas de resposta de até 55% em casos avançados, como o melanoma, representando um verdadeiro "exército interno" potencializado contra a doença.

Os benefícios dessas novas terapias são múltiplos: maior precisão no tratamento, que foca nas células cancerígenas com menor impacto no organismo saudável; esperança renovada para casos antes considerados sem solução; e, em muitos casos, menos efeitos colaterais em comparação com a quimioterapia tradicional. Essas descobertas têm gerado grande repercussão, com discussões acaloradas nas redes sociais, como no X (antigo Twitter), sobre o futuro da oncologia. Elas sinalizam que a medicina personalizada no tratamento do câncer está se tornando uma realidade cada vez mais próxima, oferecendo um futuro mais promissor na luta contra essa complexa doença.



# Brasil,

## quase líder em promiscuidade

Um estudo abrangente e detalhado conduzido pela NapLab, uma organização dedicada à pesquisa e análise de tendências comportamentais em diversas áreas, incluindo a sexualidade humana, revelou um posicionamento **notável** do Brasil no cenário global. Os resultados da investigação colocam o país na segunda colocação no ranking dos países com os maiores índices de **promiscuidade** em todo o mundo.

Esta análise minuciosa levou em consideração uma série de fatores cruciais para delinear o panorama do comportamento sexual em diferentes culturas e sociedades. Entre os critérios avaliados, destacam-se o número médio de parceiros sexuais relatados pelos participantes da pesquisa, a idade em que os indivíduos experimentam sua primeira relação sexual e, de maneira significativa, o grau de aceitação social em relação à prática de relações sexuais antes do matrimônio.

No topo desta lista, a Austrália se sobressai com indicadores que a consolidam como o país com o maior índice de promiscuidade globalmente.

Os cidadãos australianos apresentam uma média de 13,3 parceiros sexuais ao longo de suas vidas, um número consideravelmente alto em comparação com outras nações analisadas. Adicionalmente, a pesquisa da NapLab aponta para uma expressiva aceitação do sexo pré-nupcial na Austrália, com um índice de aprovação que atinge 81% da população.

Este dado sugere uma cultura onde a experiência sexual antes do casamento é amplamente normalizada e aceita socialmente.

O Brasil, ao alcançar a segunda posição neste ranking, evidencia uma dinâmica sexual própria e distinta. Embora os dados específicos do Brasil em relação ao número médio de parceiros e à idade da primeira relação não tenham sido detalhados neste resumo, a sua colocação sugere que o país apresenta indicadores elevados nestas categorias, aproximando-se dos números observados na Austrália.

A aceitação do sexo antes do casamento no contexto brasileiro também se mostra um fator relevante, contribuindo para a posição do país no ranking.

Esta constatação lança luz sobre as normas sociais e os valores culturais que moldam o comportamento sexual dos brasileiros.

É importante ressaltar que o conceito de "promiscuidade" pode variar significativamente entre diferentes culturas e indivíduos, sendo influenciado por uma variedade de crenças e valores pessoais.

O estudo da NapLab, ao utilizar critérios objetivos como o número de parceiros e a aceitação do sexo pré-nupcial, busca estabelecer uma base comparativa para analisar tendências globais no comportamento sexual.

Os resultados obtidos oferecem um ponto de partida para discussões mais amplas sobre a sexualidade humana e suas diversas manifestações em diferentes contextos socioculturais.

A posição do Brasil neste ranking convida a uma análise mais aprofundada das particularidades da cultura brasileira em relação ao sexo e aos relacionamentos íntimos. A pesquisa da NapLab, com sua metodologia rigorosa, contribui significativamente para a compreensão das complexas dinâmicas da sexualidade em escala global.



# Projeto Melhor Idade da FREA celebra 25 anos de vitalidade

A sala pulsa com energia contagiante, um reflexo da alegria que emana dos participantes do Projeto Melhor Idade Frea/Fira. Apesar dos anos vividos, a alma vibrante de criança é evidente nos olhos brilhantes desse grupo pioneiro no estado. A professora Carmen Faria Alves, coordenadora do projeto, que neste ano comemora um quarto de século de histórias e sucesso, resume bem o espírito do grupo.

O projeto nasceu em 2000 sob a liderança da professora Ernandina Marques Colela, inicialmente como Centro de Estudos da Melhor Idade.

Essa iniciativa surgiu como uma exigência da Secretaria Estadual de Educação para o estágio do curso de Educação Física.

Em 2017, Carmen Faria Alves assumiu a coordenação, sucedendo a professora Norma Montebugnoli, com uma turma de 40 alunos.

Sob sua gestão, o projeto oferece um leque diversificado de atividades que enriquecem a vida dos participantes. Eles desfrutam de palestras sobre temas variados, encontros que estimulam a mente e o corpo, aulas de música, teatro e dança, além de emocionantes saraus, apresentações de coral, shows, momentos de confraternização e passeios memoráveis.

O calendário regular de atividades também contempla enriquecedoras excursões culturais pela região, a tradicional festa junina e agradáveis bingos e cafés especiais dedicados aos aniversariantes do mês.

Para celebrar as bodas de prata deste projeto inspirador, a coordenadora planeja o lançamento de um e-book com receitas temáticas, um desfile de moda e um sarau.

A já conhecida camiseta com a logomarca comemorativa dos 25 anos também marcará essa importante data. O in Foco dedicará uma série de entrevistas e reportagens para homenagear essa trajetória de sucesso.

Atualmente, o projeto conta 26 alunos, com uma faixa etária que varia dos 70 aos 92 anos. A maioria é composta por mulheres, representando 24 participantes, enquanto 2 homens também integram o grupo.

Realizado em parceria com a Escola Superior de Educação Física de Avaré e originalmente concebido como Faculdade Aberta da Terceira Idade (FATI), o projeto "Melhor Idade" promove encontros semanais às terças e quintas-feiras, das 13h50 às 16h30.

A dedicação dos professores Nelbea Maria Ferezin, Luiz Carlos Alves Júnior, Vanessa Camargo e Carmen Faria Alves é fundamental para o sucesso da iniciativa.

"Antes, talvez relegados à invisibilidade, hoje esses idosos encontraram no projeto uma forma de enriquecer suas vidas através da convivência e do apoio mútuo. Alguns alunos participam da FATI desde sua fundação, e a maioria reencontrou a alegria de viver", compartilha a coordenadora Carmen Faria Alves.



Local Faculdade Frea  
Praça Prof. Dr. Romeu Bretas, 163  
Centro | Avaré - SP  
Informações: (14) 3711-1828





# Truques

para acertar  
em cada  
ambiente

Muitas pessoas têm dificuldade em criar uma ambientação para os cômodos de sua casa e, assim, recorrem à ajuda de profissionais. Seja qual for o seu caso ou preferência, existem diversas formas de alcançar o visual desejado na sua casa seguindo algumas dicas e truques de decoração. Confira algumas!

#### Crie uma paleta de cores para começar o seu décor

Uma das principais dicas de decoração para começar a montar cada cômodo é definir as cores que serão usadas em cada espaço. A partir dos tons escolhidos, você pode começar a procurar por móveis, acessórios e estilos que conversam com a coloração escolhida. Para começar, opte por uma cor principal e passe mais duas tonalidades que a complementem. Três é um número bom para ter como base no décor de cada cômodo. Se você quiser usar outras nuances, deixe para detalhes em pequenos objetos ou estampas. Se você é mais minimalista e prefere a decoração com uma coloração única, o estilo monocromático é a sua pedida. No caso de um quarto todo branco, por exemplo, use roupas de cama em tecidos variados e diferentes acabamentos para deixar o espaço com mais personalidade.

#### Aposte nos têxteis para aquecer o cômodo

As mantas e almofadas são responsáveis por complementar essas peças e o espaço com muito conforto, versatilidade e sofisticação. Um pelego pode ser posicionado na ponta do sofá, enquanto a manta pode ser delicadamente colocada sobre uma poltrona. Já para as almofadas, crie um conjunto de estampas, cores e tecidos que conversem entre si e disponha-as sobre o sofá, servindo para te acomodar e decorar o cômodo. Além de levar encanto e personalidade ao seu espaço, assim como muito aconchego, os têxteis são ótimas opções para variar o visual de cada ambiente da sua casa.

#### Use plantas para deixar o ambiente mais relaxante

Tendência na decoração de interiores cada vez mais adotada, as plantas artificiais ou não são ótimas opções para completar aqueles cantinhos vazios do cômodo. Podendo ganhar destaque a partir de lindos arranjos florais em cima de mesa ou dispostos em vasos na beirada de uma estante, as espécies, além de decorar, são responsáveis por transmitir uma sensação relaxante dentro de casa.

#### Preencha os espaços com objetos decorativos

Entre as dicas de decoração, os acessórios aparecem como grande complemento e ótima solução para levar personalidade e sensação de pertencimento para a sua casa. São eles que ajudam a definir um estilo e deixam os ambientes mais interessantes. Aposte em retratos, vasos, livros decorativos, bandejas, velas e espelhos para preencher espaços vazios em cima de aparadores e mesas, assim como em estantes. Para isso, brinque com objetos em alturas diferentes para criar um arranjo deslumbrante, seguindo um mesmo padrão de cor e de materiais.

#### Finalize com personalidade através de itens com memória afetiva

Seja qual for o estilo decorativo adotado ou a qualidade de seus móveis e peças, os itens que carregam memórias afetivas são os responsáveis por levar a sua personalidade para cada cômodo, assim como tornar a sua casa mais sua. Através de fotos em retratos, móveis de madeira herdados da família, assim como aquela manta de tricô feita pela nossa avó, são estas peças que podem ser encaixadas em qualquer cantinho, servindo como ponto de estilo e de alegria no décor.



## Rumo a uma vida mais leve

Mudar o estilo de vida em busca de mais saúde é uma **jornada transformadora** que exige comprometimento e paciência. Não se trata de uma maratona, mas sim de uma construção gradual de hábitos que beneficiam o corpo e a mente a longo prazo. O primeiro passo é reconhecer a necessidade de mudança e definir metas realistas e alcançáveis. Pequenas alterações consistentes têm um impacto muito maior do que tentativas drásticas e insustentáveis.

Na esfera da **alimentação**, a chave é o equilíbrio. Priorize alimentos frescos e não processados, como frutas, verduras, legumes e grãos integrais. Reduza o consumo de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares, gorduras saturadas e sódio. Aprenda a cozinhar em casa e experimente novas receitas saudáveis. Preste atenção aos sinais de fome e saciedade, evitando comer por impulso ou em excesso. A hidratação adequada também é fundamental; beba água ao longo do dia.

A **atividade física** regular é outro pilar essencial de um estilo de vida saudável. Encontre uma modalidade que lhe dê prazer, seja caminhada, corrida, natação, dança ou musculação.

Comece com sessões mais curtas e aumente gradualmente a intensidade e a duração. O importante é movimentar o corpo diariamente, mesmo que seja por alguns minutos. A prática regular de exercícios melhora o humor, fortalece o sistema cardiovascular, auxilia no controle do peso e reduz o risco de diversas doenças.

O **sono de qualidade** é frequentemente negligenciado, mas desempenha um papel crucial na saúde física e mental. Estabeleça uma rotina de sono regular, criando um ambiente propício ao descanso, como um quarto escuro e silencioso. Evite o uso de eletrônicos antes de dormir e procure dormir entre 7 e 9 horas por noite. Um sono reparador melhora a concentração, o humor e fortalece o sistema imunológico.

Gerenciar o **estresse** é vital para uma vida saudável. Encontre técnicas de relaxamento que funcionem para você, como meditação, yoga, leitura ou passar tempo com amigos e familiares.

Identifique os gatilhos de estresse e busque maneiras saudáveis de lidar com eles. A saúde mental é tão importante quanto a física e merece atenção e cuidado.

Cultivar **relacionamentos positivos** e dedicar tempo a atividades que lhe dão prazer também contribuem para o bem-estar geral. Encontre hobbies, explore seus interesses e conecte-se com pessoas que te inspiram e apoiam. A vida social e o lazer são importantes para o equilíbrio emocional e a felicidade.

Lembre-se que a **mudança de estilo de vida é um processo contínuo**. Haverá desafios e recaídas, mas o importante é não desistir. Celebre cada pequena conquista e seja gentil consigo mesmo. Busque apoio de profissionais, como nutricionistas, educadores físicos e psicólogos, se sentir necessidade. Ao adotar hábitos saudáveis de forma consistente, você estará investindo no seu futuro e construindo uma vida mais leve, feliz e com mais qualidade.

Decoração e  
utilidades para  
sua casa!

MINI  
MONEY

Estacionamento próprio  
Espaço Kids e Pets

Rua Pará, 1451 | Centro | Avaré ( SP)



Faça seu pedido!



ONIFIT  
BEM-ESTAR AO SEU ALCANCE

# Mitos sobre autismo



Quando você pensa na condição do autismo, quais são as primeiras coisas que lhe vêm à cabeça? Crianças com comportamentos agressivos, que odeiam barulhos altos? Adolescentes que não têm interesses românticos e com dificuldades de compreensão? Bom, todas essas circunstâncias podem estar presentes na vida de pessoas autistas, contudo, não necessariamente são decorrentes do autismo em si.

Tantos comportamentos e estereótipos vêm sendo associados ao autismo, e muitas vezes mitos estão entre essas informações, como por exemplo a teoria de Leo Kanner da “mãe geladeira”, na qual dizia que mães afetivamente frias causavam autismo em seus filhos, tese sem qualquer tipo de embasamento remotamente científico.

Para ficar mais claro, é interessante definirmos aqui rapidamente o que é o autismo. O autismo é um transtorno do neurodesenvolvimento (ou seja, a pessoa não desenvolve esses traços, e sim nasce com eles), e seus critérios diagnósticos são as dificuldades persistentes e significativas na comunicação social e padrões restritos e repetitivos de comportamento, interesses ou atividades, com alguns subcritérios dentro desses dois critérios mais amplos. E é isso, essa é a definição técnica do autismo, e para falarmos dessa condição, é preciso que a criança, adolescente ou adulto tenha prejuízos significativos e persistentes nessas questões; caso contrário, não se encaixa.

Outro mito muito comum é sobre adolescentes e adultos autistas não se interessarem sexualmente por outras pessoas. Pessoas autistas têm a libido preservada como qualquer outra pessoa e, assim como todos nós, tendem a começar a se interessar romanticamente na adolescência. No entanto, devido às dificuldades na comunicação social, como dissemos acima, a manifestação desse interesse e sedução pode ser um ponto complicado na vida desse adolescente e adulto, com as habilidades de relacionamento provavelmente devendo ser trabalhadas.

Essas foram apenas algumas definições e mitos trazidos para refletirmos sobre essa condição complexa que é o autismo e o que não é o autismo. Pessoas como Stephen Hawking e Elon Musk exemplificam que pessoas autistas, diferentemente do que muitos pensam, podem viver com total autonomia e alcançar voos extraordinários, mas ao mesmo tempo não são um reflexo de todos dentro do espectro, os quais todos, com um grau de intensidade maior ou menor, lidam com grandes desafios no dia a dia.

**Lucca Sossai**  
Psicólogo

CRP 06/188743  
Rua Pará 1718 | Centro | Avaré  
Lucca\_sossai @



## Blindando o WhatsApp como deixá-lo mais seguro



O WhatsApp se tornou uma ferramenta indispensável em nosso dia a dia, facilitando a comunicação com amigos, familiares e colegas de trabalho. No entanto, essa popularidade também o torna um alvo atraente para cibercriminosos. Proteger sua conta e suas conversas é crucial para evitar dores de cabeça e garantir a privacidade de suas informações. Pensando nisso, reunimos diversas dicas práticas e eficazes para aumentar a segurança do seu WhatsApp e navegar com mais tranquilidade no mundo digital:

**1. Ative a verificação em duas etapas:** Essa é, sem dúvida, a camada de proteção mais importante. Ao ativá-la, além da senha de seis dígitos enviada por SMS, você precisará de um PIN de seis dígitos criado por você para registrar seu número em um novo dispositivo. Para ativar, vá em “Configurações” ou “Ajustes” > “Conta” > “Verificação em duas etapas” > “Ativar”. Escolha um PIN difícil de adivinhar e cadastre um e-mail para recuperação, caso esqueça o PIN.

**2. Cuidado com links e mensagens suspeitas:** Golpistas frequentemente utilizam links maliciosos e mensagens alarmistas para roubar dados ou instalar softwares prejudiciais. Desconfie de mensagens de números desconhecidos, promoções inacreditáveis, pedidos de dados pessoais ou financeiros e links que parecem estranhos. Nunca clique em links suspeitos e, em caso de dúvida, entre em contato diretamente com a empresa ou pessoa que supostamente enviou a mensagem por outro meio de comunicação.

**3. Proteja seu Celular com senha ou biometria:** A segurança do seu WhatsApp começa com a segurança do seu dispositivo. Utilize senhas fortes, reconhecimento facial ou impressão digital para bloquear seu celular. Isso impede que terceiros acessem seu WhatsApp caso seu aparelho seja perdido ou roubado.

**4. Revise as sessões ativas:** O WhatsApp Web e a versão para desktop são convenientes, mas é importante verificar regularmente as sessões ativas para garantir que não haja nenhum acesso não autorizado. Vá em “Configurações” ou “Ajustes” > “WhatsApp Web/ Computador” e verifique a lista de dispositivos conectados. Se identificar algo suspeito, finalize a sessão imediatamente.

**5. Evite redes Wi-Fi públicas desprotegidas:** Redes Wi-Fi públicas podem ser menos seguras e facilitar a interceptação de dados. Evite acessar o WhatsApp em redes desconhecidas ou utilize uma VPN (Rede Virtual Privada) para criptografar sua conexão.

**6. Mantenha o WhatsApp Atualizado:** As atualizações do WhatsApp frequentemente incluem melhorias de segurança e correções de vulnerabilidades. Certifique-se de manter seu aplicativo sempre na versão mais recente disponível na loja de aplicativos do seu celular.

**7. Desconfie de aplicativos não oficiais:** Utilize apenas a versão oficial do WhatsApp disponível nas lojas de aplicativos (Google Play Store e App Store). Versões não oficiais podem conter softwares maliciosos e comprometer a segurança da sua conta.

Ao seguir estas dicas, você estará fortalecendo significativamente a segurança do seu WhatsApp e protegendo suas informações pessoais de possíveis ameaças. Lembre-se que a segurança online é uma responsabilidade de todos e a prevenção é sempre o melhor caminho.

Mantenha-se vigilante e aproveite o WhatsApp de forma mais segura e tranquila.



**CMO**   
**assistencia tecnica**

Rua São Paulo, 1550 | Centro | Avaré (SP)  
Contato (14) 3732.1041 e (14) 99754-0055  
[cmoassistenciatecnica@gmail.com](mailto:cmoassistenciatecnica@gmail.com)



mães

mães

mães

mães



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



Aponte sua câmera para o QR Code e faça seu pedido!

# DIA DAS Mães

seu amor é a receita perfeita que nos inspira!



São João 1  
(14) 3732.1906  
(14) 99116.8973

São João 2  
(14) 3733.2001  
(14) 99116.7817



**Unidade 1** - Praça Vereador Janguito, 02 | Avaré (SP)  
**Unidade 2** - Rua Acre, 1298 | Avaré (SP)

Este anúncio é só para agradecer a você por essa conquista!

# 1

milhão de  
acessos  
em 1 ano

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



# inFOCO

Que fazer parte do time? Fale conosco!



# Bosque dos Caiuás, um novo conceito de "lar" é inaugurado em Avaré

*Empreendimento inovador no coração da cidade une sustentabilidade, acessibilidade e bem-estar*

A cidade de Avaré acaba de ganhar um empreendimento imobiliário que promete revolucionar o conceito de moradia na região. Inaugurado no dia 25 de abril, o Residencial Bosque dos Caiuás se apresenta não como um simples complexo de apartamentos, mas como um verdadeiro lar, priorizando a qualidade de vida, a sustentabilidade, a conexão com a natureza e a acessibilidade.

Localizado estrategicamente no Jardim São Paulo, no coração de Avaré, o residencial presta uma homenagem aos primeiros habitantes da cidade, os Caiuás. O projeto é a concretização de um sonho do casal Edna Lopes Almeida e Antônio Luiz Bortolatto de Azevedo, que também se tornaram os primeiros moradores deste espaço singular.

O Bosque dos Caiuás se destaca pela sua forte preocupação com a sustentabilidade. A construção dos 16 apartamentos, distribuídos em quatro pavimentos com elevador e garagens, incorporou tecnologias ecologicamente conscientes. Materiais como madeira de demolição em portas, ferragens e até mesmo tetos de ônibus reaproveitados, conferem um charme rústico e, ao mesmo tempo, demonstram um compromisso genuíno com a preservação ambiental.

Mais do que moradia, o empreendimento propõe um estilo de vida focado no bem-estar e na convivência social. Diversos ambientes foram cuidadosamente planejados para estimular a interação entre os moradores, incluindo uma trilha ecológica, a aromática "praça do tempero", uma acolhedora lareira externa, um espaço dedicado aos animais de estimação ("pet place"), playground, bicicletário, guarda-volumes e um charmoso espaço café.

Assinado pelo arquiteto Felipe Rodrigues da 8 Haus Arquitetura, o projeto equilibra lazer, comodidade, segurança e sustentabilidade. Além da flexibilidade de aluguel, o residencial integra práticas sustentáveis em sua estrutura e oferece atividades e espaços que incentivam a familiarização dos moradores com a natureza, proporcionando uma experiência de moradia única e inovadora.

Cada unidade habitacional – o chamado apartamento sustentável – possui 70 m<sup>2</sup>, com uma suíte, dois dormitórios, sala de estar, cozinha, varanda gourmet e infraestrutura completa, incluindo ar-condicionado, Wi-Fi, tomadas USB, medidores individuais e armários planejados. Pensando na inclusão, dois apartamentos foram projetados para atender às necessidades de pessoas com deficiência (PcD), além de do infraestrutura acessível com piso tátil, indicações em braille, avisos sonoros nos elevadores, corredores e sanitários adaptados.

A obra utilizou paredes termoacústicas de concreto armado que reduzem custos de energia, oferecem resistência e baixa geração de resíduos, além de atender a altos padrões de segurança e a arquitetura foi projetada para otimizar a entrada de luz solar e o isolamento térmico das unidades, contribuindo para a redução do consumo de energia elétrica. Além disso, há a captação de água da chuva com autonomia de até noventa dias para usos como rega e limpeza, diminuindo o consumo de água tratada.

"Optar por um apartamento sustentável em Avaré é uma escolha com múltiplos benefícios", afirma um dos idealizadores do projeto. "Além de contribuir para a preservação do meio ambiente, as tecnologias implementadas reduzem o consumo de energia e água, gerando economia para os moradores. A presença de áreas verdes também melhora significativamente a qualidade de vida e o bem-estar."

O Residencial Bosque dos Caiuás oferece ainda diferenciais como um amplo espaço verde de 2000 m<sup>2</sup>, sistema de segurança com câmeras nas áreas comuns e fechaduras eletrônicas, estrutura construtiva em EPS que garante isolamento termoacústico e redução de resíduos, otimização da luz solar e isolamento térmico para economia de energia, captação de água da chuva para usos diversos e infraestrutura de acessibilidade completa.

"Somos um residencial que une a natureza, a moradia, produtos e serviços exclusivos em uma localização privilegiada no coração da cidade", resume um dos responsáveis pelo empreendimento.

O Residencial Bosque dos Caiuás já está pronto para locação, convidando os interessados a vivenciar um novo padrão de moradia em Avaré, onde a natureza e o bem-estar se encontram.



O casal de empreendedores Edna e Antônio: realização de um antigo sonho.



Bosque dos Caiuás (vista aérea da mata) tem área verde de 2 mil m<sup>2</sup>: conexão total com a natureza.



Empreendimento oferece várias áreas de lazer para estimular interação social com sustentabilidade e acessibilidade.



## Serviço

Residencial Bosque dos Caiuás  
Rua Jânio Quadros, 761 - Jardim São Paulo - Avaré (SP)

Informações: acesse o qr code pela câmera do seu celular



# Mãe

um amor que não cabe em si



## GrupoRB

Imagine o que mais a floresta  
pode nos oferecer

Av. Paulo Novaes, 470 | Entrada de Avaré (SP) Tel 14 3711.2222



### O MELHOR PRESENTE? O ABRAÇO E O COLO D'ELA!

(ALÉM DO NOSSO COLCHÃO, CLARO!)

CHAMA  
NO ZAP



(14) 99790.3662

### FELIZ DIA DAS

# mães

Aponte sua câmera  
para o QR Code  
e entre em contato



## SÓ COLCHÕES



Especialista em Bem-Estar!

# Poder tirânico

*Como políticos e governo tem agido contra a liberdade de expressão e de imprensa é algo alarmante: perseguições, censura e ataques*

Talvez não seja por acaso ou mera coincidência, estarmos comemorando **24 anos** celebrando a **liberdade** – em especial, a de Expressão e de Imprensa.

Ambas as liberdades são pilares fundamentais de sociedades democráticas e entrelaçam-se em uma dialética essencial para o florescimento do debate público, a responsabilização do poder e o progresso social. Embora frequentemente mencionadas em conjunto, cada uma possui nuances e desafios específicos que merecem uma análise aprofundada. Compreender a sua intrínseca ligação e as tensões que as permeiam é crucial em um mundo cada vez mais complexo e digitalizado.

A liberdade de expressão, em sua essência, consagra o direito de todo indivíduo de manifestar livremente seus pensamentos, ideias, opiniões e crenças, sem receio de censura ou retaliação. Abrange diversas formas de comunicação, desde a fala e a escrita até as expressões artísticas, manifestações culturais e o uso de diferentes mídias. Este direito fundamental não é apenas um instrumento de autoexpressão e realização pessoal, mas também um alicerce para a participação cívica, o escrutínio do poder e a busca pela verdade. Em democracias robustas, a livre circulação de ideias, mesmo aquelas consideradas controversas ou minoritárias, é vista como um motor para o debate saudável e a evolução do pensamento coletivo.

No entanto, a liberdade de expressão não é absoluta. Limitações são impostas para proteger outros direitos e valores igualmente importantes, como a honra, a privacidade, a segurança nacional e a ordem pública. A linha tênue entre a liberdade de expressar-se e a responsabilidade por essas expressões é um tema constante de debate e interpretação jurídica. Discursos de ódio, incitação à violência, difamação e calúnia são exemplos de manifestações que, em geral, não gozam da mesma proteção e podem ser objeto de restrições legais. A complexidade reside em definir com precisão esses limites, evitando que se tornem instrumentos de silenciamento de vozes dissidentes ou críticas legítimas.

A liberdade de imprensa, por sua vez, é uma manifestação específica da liberdade de expressão, focada no papel crucial dos meios de comunicação na sociedade. Ela garante o direito de jornalistas e veículos de comunicação de investigar, coletar, produzir e disseminar informações de interesse público sem interferência indevida do Estado ou de outros atores poderosos. Uma imprensa livre e plural é essencial para o funcionamento de uma democracia saudável, atuando como um fiscalizador dos poderes, expondo a corrupção, denunciando injustiças e oferecendo diferentes perspectivas sobre os acontecimentos.

A liberdade de imprensa abrange não apenas a ausência de censura prévia, mas também a proteção de fontes, o acesso à informação pública e a garantia de um ambiente seguro para o exercício da profissão jornalística. Jornalistas devem ter a liberdade de investigar temas sensíveis e publicar informações relevantes sem temer represálias legais, econômicas ou físicas. A diversidade de vozes na mídia, com diferentes veículos e perspectivas, contribui para um debate público mais rico e informado, permitindo que os cidadãos formem suas próprias opiniões com base em uma variedade de fontes.

A interconexão entre a **liberdade de expressão** e a liberdade de imprensa é inegável. A **imprensa livre** depende da **liberdade de expressão** para coletar informações e dar voz a diferentes atores da sociedade. Por outro lado, a liberdade de expressão ganha um alcance muito maior através dos meios de comunicação, que amplificam vozes individuais e levam informações a um público vasto. A imprensa atua como um canal essencial para o exercício da liberdade de expressão em escala coletiva, permitindo que



diferentes opiniões e perspectivas circulem e sejam debatidas publicamente.

Em suma, a liberdade de expressão e a liberdade de imprensa são direitos intrinsecamente ligados e essenciais para a saúde de qualquer sociedade democrática. A primeira garante o direito individual de manifestar-se, enquanto a segunda assegura o papel crucial da mídia na disseminação de informações e na fiscalização do poder.

As recentes ameaças às liberdades de expressão e de imprensa, observadas tanto no cenário nacional quanto, de maneira particular nos últimos meses em nossa cidade, com relatos de tirania e perseguição a jornalistas e críticos da gestão municipal, são o cerne desta reportagem de capa, que como dito, festeja 24 anos de trajetória enaltecendo a liberdade, a imprensa, a ética e a responsabilidade jornalística.

O primeiro presente de 24 anos do in Foco foi recebido dia 14 de abril, com o esperado arquivamento do Ministério Público de Avaré do pedido de instauração de processo por “difamação” impetrado pelo atual presidente da Câmara Municipal, vereador Cabo Samuel Paes (PSD), contra a jornalista Cida Koch, do **in Foco**.

Na decisão, a promotora Giovana Marinato Godoy, da Vara do Juizado Especial Cível e Criminal da Comarca de Avaré, considerou que as provas apresentadas pela autoridade policial são insuficientes para comprovar a intenção da jornalista em difamar o vereador. A promotora ressaltou que o crime de difamação exige a comprovação do “dolo”, ou seja, a vontade livre e consciente de macular a reputação de alguém.

“No caso dos autos, a investigada **publicou matéria jornalística, de cunho informativo, sem que se possa falar em dolo de difamar o ofendido**”, afirmou a promotora em sua sentença. Ela complementou que não vislumbra outras diligências capazes de esclarecer os fatos e que a prova colhida não oferece elementos seguros para embasar uma acusação formal. O arquivamento tem eficácia de coisa julgada formal, o que permite a reabertura do caso surjam novas provas. A decisão seguiu para homologação e o caso foi arquivado, como se aguardava, já que de fato, não há motivo algum para o edil tentar processar a jornalista – atitude que foi entendida por alguns juristas como intimidatória e abuso de autoridade.

## O contexto da queixa

O processo teve origem em um termo circunstanciado apresentado pelo cabo Samuel Paes na Delegacia Seccional, no qual ele acusava Cida Koch de “difamação e calúnia”. O vereador alegava que uma matéria publicada pelo in Foco seria “falsa” e teria causado grande repercussão negativa em seu cotidiano e nas redes sociais, atingindo sua moral perante a população local.

Em sua justificativa, o presidente da Câmara questionava a apuração do in Foco, argumentando que a jornalista teria publicado informações ofensivas mesmo sabendo de sua suposta falsidade. Ele também invocou seu cargo público, alegando que as



ofensas teriam relação direta com suas atividades administrativas, enquadrando o caso como um possível delito contra funcionário público, conforme o artigo 327 do Código Penal Brasileiro.

Além disso, Paes acusou o jornal de propagar “fake news” e de buscar “destruir a credibilidade das pessoas”. Essa acusação contrasta com o fato de que as reportagens do site sobre o caso foram embasadas em cópias de um e-mail recebido por diversos vereadores em seus endereços oficiais e em entrevistas, com exceção do próprio presidente da Câmara, que não se manifestou publicamente sobre o assunto, a não ser pelo pedido de processo.

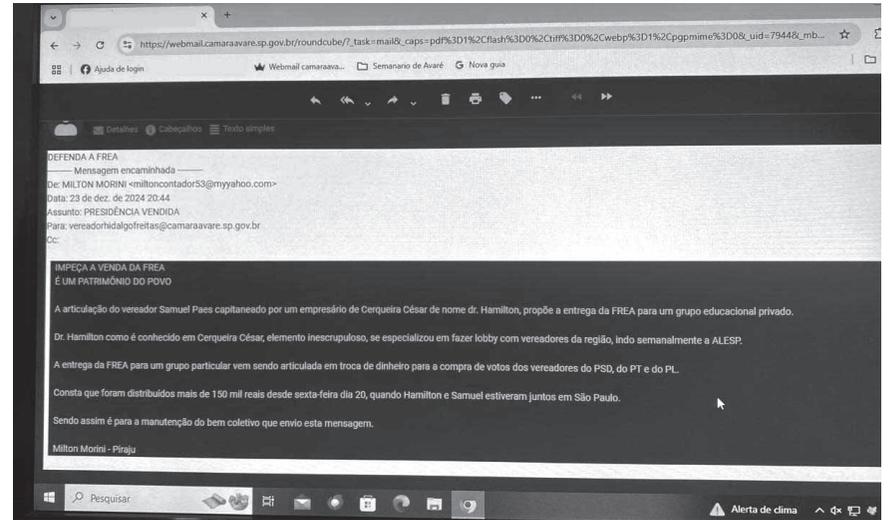
Após a veiculação da notícia sobre o processo, o vereador recorreu novamente à justiça, reiterando o pedido de criminalização e alegando que a jornalista teria inventado uma “história” de intimidação, criticando também uma postagem pessoal da profissional nas redes sociais.



mais documentos e, posteriormente, declarou-se apenas como “testemunha”.

O presidente da Câmara, Samuel Paes, foi procurado diversas vezes pelo in Foco para apresentar sua versão dos fatos, mas não respondeu aos contatos até o momento, optando por acionar a justiça contra a jornalista responsável pela divulgação das informações.

Para a jornalista, o caso não está encerrado, uma vez que não houve até agora a apuração deste registro, que inicialmente já configura crime virtual envolvendo endereços eletrônicos oficiais do Legislativo, muito menos a investigação e respostas concretas sobre este estranho caso.



## Onda de perseguições e ataques

Outro fato que não pode ser ignorado são os constantes ataques não apenas ao in Foco, mas também a seus simpatizantes ou simples internautas de Avaré que tem denunciado uma crescente onda de perseguição online, atribuída a apoiadores do governo do prefeito Roberto Araujo (PL), após expressarem críticas à administração municipal ou comentarem matérias. As queixas se concentram, principalmente, na repercussão de notícias específicas como o número elevado de secretarias, tema amplamente divulgado pelo *in Foco* e outros veículos de imprensa locais.

A situação escalou para ataques diretos à jornalista Cida Koch, que tem sido alvo de ofensas nas redes sociais e em grupos de WhatsApp. Militantes do governo a acusaram de “tendenciosa” e “fazedora de fake news”, em uma tentativa de desacreditar seu trabalho jornalístico.

Além dos ataques direcionados à imprensa, o *in Foco* recebeu relatos de inúmeros internautas que descrevem um padrão de mensagens agressivas e intimidatórias por parte de apoiadores do governo ou perfis fakes, claramente criados para tal finalidade. As mensagens, que ultrapassam o limite de discussões e divergências comuns no debate online, buscam “tirar a limpo” comentários e postagens críticas, gerando um clima de medo e autocensura entre os cidadãos.

A escalada da hostilidade online levanta preocupações sobre a liberdade de expressão e o direito à crítica em Avaré. A utilização de táticas de intimidação e ataques pessoais para silenciar vozes dissonantes representa uma ameaça ao debate público saudável e à fiscalização democrática do poder.



**Suposta milícia** - Entretanto, o mais grave até o momento é a criação de uma suposta milícia digital que envolveria supostamente secretários e comissionados dedicados a denegrir a imagem do *in Foco*, simplesmente classificando as matérias como ‘fake news’.

O governo foi informado sobre isso pelo próprio in Foco, mas até agora se cala. Em busca de transparência e esclarecimentos sobre as crescentes denúncias de perseguição online a críticos da administração municipal, a jornalista Cida Koch encaminhou um e-mail



## Entenda o caso que desencadeou a controvérsia

A reportagem que motivou a queixa foi publicada pelo *in Foco* em 24 de janeiro e abordava uma suposta negociação para a venda ou privatização da FREA (Fundação Regional Educacional de Avaré). A matéria se baseava em um e-mail que o vereador Hidalgo Freitas (PSD), colega de partido de Samuel Paes, teria recebido em seu endereço eletrônico oficial da Câmara.

Na mensagem, supostamente enviada pelo contador Milton Morini em 23 de dezembro (antes da própria posse dos vereadores), era relatado que a “entrega” da FREA estaria sendo articulada hipoteticamente com um grupo privado de Cerqueira César pelo presidente da Câmara, Samuel Paes, em troca de supostos valores para três partidos políticos (PSD, PT e PL) – uma suspeita de propina de grande impacto.

O in Foco procurou Milton Morini, que negou a autoria e a veracidade do e-mail. Essa informação foi divulgada na primeira reportagem sobre o caso. O vereador Hidalgo Freitas confirmou o recebimento da mensagem, mas inicialmente disse que aguardava



formal ao governo de Avaré, liderado pelo prefeito Roberto Araujo (PL). No entanto, até o momento, a gestão municipal optou pelo silêncio, ignorando os questionamentos e as preocupações levantadas.

O e-mail, enviado em 16 de abril, detalhava as inúmeras denúncias de internautas que relataram estar sendo alvo de ataques e intimidações por parte de apoiadores do governo, após expressarem suas opiniões críticas nas redes sociais. Este é o e-mail enviado pela jornalista Cid Koch:

*“Tenho recebido denúncias que vários internautas tem sido perseguidos e até retaliados porque comentam as matérias do in Foco, por vezes, criticando o atual governo, com o devido respeito e limite que a lei nos dá. Também recebi a informação da criação de um ‘gabinete’ formado por secretários deste governo (no grupo de whatsapp na verdade) além de alguns comissionados, onde as matérias são colocadas e os comentários, alvos de retaliação. Inclusive o senhor prefeito escreveu em uma postagem do senhor Paulo Proença (hoje, comissionado na Comunicação, mas antes crítico do governo anterior e apoiador de Denilson Ziroldo na eleição) que eu seria ‘incompetente’, sem citar meu nome, claro, nem do jornal, embora o vídeo seja direcionado a mim já que fui a única a fazer a matéria sobre gastos do governo com comissionados conforme dados do portal da transparência e seguindo a lei de imprensa, já que o atual secretário - Angelo Zanoto - disse que as informações estariam lá.*

*Isto posto, farei uma matéria especial sobre a perseguição do governo nas redes sociais e queria ouvir a posição oficial, que obviamente será negar.*

*Contudo, deixo claro, que ser “incompetente” neste caso é um elogio; também sou independente e respeito meu código de ética, minha profissão e as leis.*

*Matérias investigativas e informativas ao cidadão não são críticas; são resultado do meu trabalho que é feito com dedicação, lisura e responsabilidade, mas acima de tudo maturidade.*

*Aproveito para deixar claro que não aceitarei perseguições veladas ou não e denunciarei.guardo resposta até dia 22/04/25 e que não seja “boicote” de informações”.*

**Nota da redação: apesar da data, o e-mail continua sem resposta.**



O silêncio do governo de Avaré diante desses questionamentos cruciais levanta sérias preocupações sobre a transparência e o compromisso da gestão com a liberdade de expressão.

A ausência de resposta alimenta a desconfiança da população e intensifica o clima de medo e autocensura que se instalou na comunidade online.

A recusa em se manifestar sobre as denúncias de perseguição online sugere uma tentativa de minimizar a gravidade da situação e de ignorar o direito dos cidadãos de expressarem suas opiniões sem receio de represálias.

O silêncio, nesse contexto, soa como uma admissão tácita de que a administração municipal não está disposta a coibir as práticas de intimidação e a garantir um ambiente online seguro e democrático.

O in Foco reitera seu compromisso com a transparência e a defesa da liberdade de expressão, e continuará a buscar respostas do governo de Avaré sobre essa questão. A população tem o direito de saber se seus representantes estão comprometidos com a democracia e com o respeito às opiniões divergentes. O silêncio, nesse caso, não é uma opção.



## Censura disfarçada

A internet, outrora celebrada como um espaço de liberdade de expressão sem fronteiras, tem se tornado, para muitos internautas, um campo minado quando o assunto envolve a crítica a figuras políticas. O que deveria ser um fórum aberto ao debate e à fiscalização do poder tem se transformado, em alguns casos, em palco de intimidação, ameaças e até mesmo ações judiciais movidas por políticos que se sentem incomodados com opiniões divergentes. Essa crescente onda de perseguição online, embora muitas vezes sutil, representa uma grave ameaça à democracia e ao direito fundamental à livre manifestação do pensamento.

Em Avaré, como em outros rincões do país, relatos de internautas que se sentem acuados ao expressar suas opiniões sobre a atuação de figuras públicas não são incomuns. A linha tênue entre a crítica construtiva e a ofensa, muitas vezes subjetiva e convenientemente interpretada por aqueles que detêm o poder, tem sido utilizada como pretexto para silenciar vozes dissonantes. O receio de retaliações, que podem variar desde bloqueios em redes sociais até notificações extrajudiciais e processos judiciais por difamação ou injúria, cria um clima de autocensura que empobrece o debate público e impede o livre fluxo de ideias.

Os mecanismos utilizados nessa perseguição são diversos e nem sempre evidentes. Bloqueios em perfis de redes sociais de políticos, outrora vistos como canais de comunicação direta com a população, impedem que críticos acompanhem e comentem as atividades dos seus representantes. Comentários e postagens que expressam discordância são frequentemente apagados, criando uma falsa sensação de unanimidade e invisibilizando as opiniões divergentes.

Em casos mais graves, a perseguição escala para o âmbito judicial. Ações por difamação, injúria ou até mesmo crimes contra a honra são movidas contra internautas que, muitas vezes, apenas exerceram seu direito de expressar uma opinião, mesmo que ácida ou satírica. O ônus de se defender judicialmente, com custos financeiros e desgaste emocional significativos, serve como um poderoso instrumento de intimidação, desestimulando outros a se manifestarem.

A alegação de proteção da honra e da imagem é frequentemente utilizada como escudo para evitar o escrutínio público. No entanto, é fundamental distinguir entre a crítica legítima, amparada em fatos e no interesse público, e a ofensa gratuita e destrutiva. Em uma sociedade democrática, figuras públicas, especialmente aquelas que ocupam cargos de poder, devem estar mais suscetíveis a críticas, desde que estas se mantenham dentro dos limites da razoabilidade e do respeito, ainda que questionem suas ações e decisões.

A instrumentalização do sistema judicial para silenciar críticos online é particularmente preocupante. O receio de enfrentar um processo judicial, mesmo que infundado, pode gerar um efeito cascata de autocensura, onde cidadãos preferem abster-se de expressar suas opiniões por medo de represálias. Esse cenário mina a essência da democracia, que se nutre do debate plural e da participação ativa dos cidadãos na esfera pública.

É crucial que a sociedade civil, a imprensa e as instituições democráticas estejam vigilantes contra essas tentativas de cerceamento da liberdade de expressão online. A responsabilização de políticos que utilizam o poder para perseguir e silenciar críticos é fundamental para garantir um ambiente digital livre e plural. A educação para o uso consciente e responsável da internet, bem como a defesa intransigente do direito à crítica, são ferramentas essenciais para proteger a liberdade de expressão e fortalecer a democracia na era digital.

A perseguição online de internautas por políticos não é apenas um ataque à liberdade individual de cada cidadão, mas um golpe contra os pilares de uma sociedade democrática e participativa. Silenciar vozes críticas é calar a própria democracia. É preciso romper o ciclo do medo e garantir que a internet continue sendo um espaço de livre debate, onde todas as opiniões, dentro dos limites da lei, possam ser expressas sem receio de retaliação. A vigilância constante e a defesa intransigente da liberdade de expressão online são imperativos para a saúde da nossa democracia.





## Falta de postura

A já tensa atmosfera política de Avaré ganhou contornos ainda mais preocupantes com relatos de que o secretário municipal de Saúde, Roslindo Machado, estaria adotando uma postura agressiva contra cidadãos que ousam criticar sua gestão – postura que foi confirmada por ele próprio durante a entrega do título de Cidadão Avereense – honraria criticada pela maior parte da população que o julga desmerecer a condecoração.

Em vez de buscar o diálogo e o entendimento diante de questionamentos, a resposta, segundo diversas fontes, tem sido a ameaça velada ou explícita de processos judiciais, levantando sérias dúvidas sobre o respeito à liberdade de expressão e o direito à fiscalização dos atos públicos na área da saúde, já tão debilitada. Em um momento crucial para a população, onde a qualidade dos serviços de saúde e a transparência na gestão dos recursos deveriam ser prioridades, a atitude do secretário Roslindo Machado soa como uma tentativa de silenciar vozes que apontam falhas, expressam preocupações, denunciam descasos ou simplesmente divergem de suas decisões. Ameaçar cidadãos com processos judiciais por exercerem um direito constitucional fundamental – o de expressar suas opiniões – configura uma grave inversão de valores e um claro sinal de intolerância à crítica. Ainda que a legislação preveja mecanismos para a proteção da honra e da imagem, a utilização sistemática da ameaça de ações judiciais como ferramenta de intimidação política é questionável e perigosa. Como já dito, o receio de enfrentar um processo, com seus custos financeiros e desgaste emocional, pode levar cidadãos a se autocensurarem, privando a sociedade de um debate público essencial para a melhoria da gestão da saúde em Avaré.

É fundamental distinguir entre a crítica construtiva, que busca apontar problemas e sugerir soluções, e a ofensa gratuita e difamatória. Em um sistema democrático, agentes públicos devem estar mais suscetíveis ao escrutínio da população, especialmente em áreas sensíveis como a saúde, que impactam diretamente a vida e o bem-estar de todos. A reação de ameaçar judicialmente aqueles que questionam a gestão sugere uma fragilidade na capacidade de dialogar e de reconhecer a legitimidade de diferentes perspectivas. Os cidadãos de Avaré têm o direito de expressar suas opiniões sobre a condução da saúde pública, um setor que lhes concerne diretamente. Seja através de comentários nas redes sociais, em conversas informais ou em manifestações públicas, essa liberdade é um pilar da democracia e um instrumento essencial para garantir a transparência e a responsabilização dos gestores.

A postura do secretário Roslindo Machado, que chamou de “apedeutas” seus críticos, representa um retrocesso no que se espera de um agente público em uma sociedade democrática. Em vez de intimidar, o diálogo aberto e a disposição para ouvir as críticas podem ser oportunidades valiosas para identificar problemas, aprimorar a gestão e construir uma relação de confiança com a população.

Vale lembrar que vários protestos pedindo a exoneração de Roslindo foram

registrados, protestos feitos pela opinião pública, inclusive com uma petição online contendo mais de 1,8 mil assinaturas. A sociedade civil, a imprensa e as instituições democráticas devem estar atentas a essa situação. É preciso garantir que os cidadãos de Avaré se sintam seguros para expressar suas opiniões sobre a saúde pública sem o receio de represálias judiciais. A liberdade de expressão não é um favor concedido pelo poder, mas um direito fundamental que deve ser protegido e respeitado por todos, especialmente por aqueles que ocupam cargos de gestão pública. O debate aberto e a crítica construtiva são ferramentas indispensáveis para a construção de uma saúde pública mais eficiente e transparente em Avaré.

## Entre denúncias e descasos

A área da saúde pública em Avaré tem sido palco de crescentes e preocupantes denúncias por parte dos munícipes. Longe de serem “fake news” ou informações infundadas, esses relatos ecoam a dor e a frustração de cidadãos que se sentem desamparados diante de situações de descaso, que vão desde a falta de medicamentos básicos até a dificuldade de acesso a consultas e procedimentos essenciais. A insistência em minimizar ou desqualificar essas queixas ignora a realidade vivenciada por muitos avereenses e clama por uma atenção urgente e por soluções efetivas.

As denúncias que chegam diariamente ao in Foco (e também outros “meios” de comunicação) e às redes sociais pintam um quadro sombrio da saúde local. Pacientes relatam a angústia de buscar atendimento e se deparar com a falta de profissionais, a demora excessiva para agendamentos e a peregrinação em busca de insumos básicos que deveriam estar disponíveis nas unidades de saúde. Histórias de pessoas com doenças crônicas que não conseguem a medicação necessária, de famílias que enfrentam dificuldades para marcar consultas com especialistas e de cidadãos que se sentem negligenciados no momento em que mais precisam de amparo são recorrentes e carregam um peso de sofrimento real. É crucial ressaltar que esses relatos não são invenções ou tentativas de disseminar informações falsas. São narrativas de munícipes que experimentam na pele as deficiências do sistema de saúde local. São pais e mães preocupados com a saúde de seus filhos, idosos que se sentem abandonados e trabalhadores que veem sua qualidade de vida comprometida pela falta de assistência adequada. Ignorar essas vozes é fechar os olhos para uma realidade que impacta diretamente a vida de inúmeras pessoas em Avaré.

A insistência em classificar essas denúncias como “fake news” soa como uma estratégia para desviar o foco dos problemas reais e evitar a responsabilização. Em vez de atacar os mensageiros ou tentar desacreditar os relatos, e até mesmo culpabilizar a população, o poder público deveria priorizar a investigação dessas queixas, buscando identificar as causas do descaso e implementar medidas concretas para sanar as deficiências existentes. A saúde é um direito fundamental e inalienável de todo cidadão. A Constituição Brasileira garante o acesso universal e igualitário aos serviços de saúde, e é dever do poder público assegurar que esse direito seja efetivamente cumprido. As constantes denúncias de descaso em Avaré apontam para um grave descumprimento desse dever, exigindo uma resposta urgente e transparente por parte das autoridades competentes. É preciso ir além de declarações e promessas. Os munícipes de Avaré necessitam de ações concretas que se traduzam em melhorias reais no atendimento, na disponibilidade de medicamentos, na agilidade dos agendamentos e na qualidade dos serviços oferecidos. A saúde não pode ser tratada como moeda de troca política ou como um tema a ser minimizado diante das críticas. É uma questão de dignidade humana e de respeito aos direitos fundamentais.

Diante da persistência das denúncias e da gravidade dos relatos, a sociedade civil, a imprensa e os órgãos de fiscalização têm um papel crucial a desempenhar. É preciso dar voz aos munícipes, investigar as denúncias com rigor e cobrar das autoridades as medidas necessárias para garantir que a saúde em Avaré seja tratada com a seriedade e a prioridade que merece. A negligência e o descaso não podem se tornar a nova normalidade na saúde pública local.



# Fact x fake news



- **Fontes duvidosas ou inexistentes:** As informações são atribuídas a fontes anônimas, não verificáveis ou a “autoridades” não identificadas.
- **Linguagem sensacionalista e apelativa:** O texto e as manchetes são projetados para gerar impacto emocional e incentivar o compartilhamento impulsivo.
- **Erros gramaticais e de formatação:** Muitas “fake news” apresentam erros de escrita que não seriam comuns em veículos de imprensa profissionais.
- **Ausência de checagem de fatos:** Não há um processo de verificação da informação antes da publicação.
- **Veículos desconhecidos ou com histórico de desinformação:** A fonte da notícia geralmente não possui credibilidade ou já foi identificada como disseminadora de informações falsas.

## Como se proteger das “fake news”:

Diante desse cenário, é fundamental desenvolver um olhar crítico e adotar algumas práticas para distinguir notícias verdadeiras de “fake news”:

**Verifique a fonte:** Analise a credibilidade do site ou perfil que publicou a informação. Desconfie de veículos desconhecidos ou com histórico de disseminação de notícias falsas.

**Leia a matéria completa:** Não se baseie apenas na manchete, que muitas vezes é sensacionalista e enganosa.

**Procure por outras fontes:** Compare a informação com o que está sendo divulgado por veículos de imprensa confiáveis. Se apenas uma fonte desconhecida está noticiando o fato, desconfie.

**Analise as evidências:** Verifique se a notícia apresenta dados concretos, cita fontes confiáveis e oferece contexto para a informação.

**Desconfie de informações compartilhadas em grupos de mensagens:** Nem tudo que circula em aplicativos de mensagens é verdadeiro. Verifique a origem da informação antes de compartilhar.

**Use ferramentas de checagem de fatos:** Existem diversas agências de checagem de fatos que verificam a veracidade de informações que circulam online.

**Mantenha a calma e o senso crítico:** Notícias que apelam excessivamente para a emoção ou que parecem inacreditáveis muitas vezes são falsas.

Em Avaré, como em qualquer outro lugar, a proliferação de “fake news” pode prejudicar o debate público e a tomada de decisões informadas. Ao compreendermos as diferenças entre **notícias verdadeiras e falsas** e ao adotarmos uma postura crítica diante da informação, contribuímos para um ambiente online mais saudável e para o fortalecimento da democracia. A busca pela verdade é uma responsabilidade de todos. E ela só é possível com liberdade.

*(Fontes BBC, Reuters, CNN, UOL, Conjur e in Foco)*



Na era digital, somos diariamente bombardeados por um fluxo incessante de informações. Em meio a manchetes chamativas e compartilhamentos virais, torna-se cada vez mais desafiador discernir o que é fato e o que é ficção. A proliferação das chamadas “fake news” – notícias falsas ou enganosas criadas com o objetivo de desinformar, manipular opiniões ou gerar engajamento – representa um sério risco para a sociedade, minando a confiança nas fontes legítimas de informação e polarizando debates. Compreender a diferença crucial entre uma notícia verdadeira e uma “fake news” é, portanto, uma habilidade essencial para navegar no mundo contemporâneo.

Uma notícia verdadeira é o resultado de um processo rigoroso de apuração jornalística. Profissionais da imprensa dedicam tempo e recursos para investigar eventos, coletar evidências, ouvir diferentes lados da história e verificar a veracidade dos fatos antes de publicá-los. As notícias verdadeiras se baseiam em fontes confiáveis, como documentos oficiais, testemunhos de especialistas, dados estatísticos e informações confirmadas por múltiplas fontes. O compromisso primordial do jornalismo sério é com a precisão e a imparcialidade, buscando apresentar os fatos de forma objetiva, mesmo que a notícia possa ser desconfortável ou contrariar determinadas opiniões.

### Características de uma notícia verdadeira incluem:

- **Apuração rigorosa:** Jornalistas investigam a fundo os acontecimentos, buscando provas e confirmando informações.
- **Fontes confiáveis e identificadas:** As informações são atribuídas a fontes verificáveis, como especialistas, autoridades ou documentos oficiais. Quando a fonte precisa ser anônima, geralmente há uma justificativa clara para proteger sua identidade, e a informação é corroborada por outras fontes.
- **Objetividade e imparcialidade:** O jornalista se esforça para apresentar os fatos sem inserir suas opiniões pessoais ou favorecer um lado específico da história.
- **Contextualização:** A notícia verdadeira apresenta o evento dentro de um contexto mais amplo, ajudando o leitor a compreender suas causas e consequências.
- **Correções e retratações:** Caso um erro seja identificado, veículos de imprensa sérios corrigem a informação de forma transparente.
- **Credibilidade do veículo:** A reputação e o histórico do veículo de comunicação são importantes indicadores de confiabilidade.

Em contraste, as “fake news” são caracterizadas pela ausência de compromisso com a verdade. São informações fabricadas, distorcidas ou manipuladas para alcançar um determinado objetivo, que pode ser político, econômico ou simplesmente gerar cliques e compartilhamentos. As “fake news” frequentemente exploram emoções como medo, raiva ou surpresa para viralizar rapidamente, sem que o receptor questione sua veracidade.

### Características comuns das “fake news” incluem:

- **Informações falsas ou distorcidas:** Os fatos são inventados, alterados ou retirados de contexto.



# LPNet AGORA É **DESKTOP**

## ELEITA A MELHOR INTERNET DO ESTADO DE SP



200 MEGA ATÉ  
**800**  
MEGA

A PARTIR DE

R\$ **79**,99  
/mês

APÓS 3 MESES, R\$ 89,99



[lpnet.com.br](http://lpnet.com.br)



0800 343 6001

Consulte disponibilidade e condições para sua região em [www.lpnet.com.br](http://www.lpnet.com.br). Instalação sujeita à disponibilidade técnica e enquadramento às normas técnicas. Taxas de instalação e adesão isentas mediante critérios promocionais vigentes. Valores mensais para pagamento mediante boleto na modalidade de envio por e-mail ou pagamento via débito em conta. Equipamento Wi-Fi cedido em sistema de comodato. Fidelidade de 12 meses com cancelamento antecipado sujeito à multa prevista em contrato. Oferta Válida até 30/09/2024, podendo ser automaticamente prorrogada por mais 30 dias. As velocidades nominais máximas dos planos disponibilizados estão sujeitas a variações e devem ser medidas por meio de conexão cabeada. O desempenho do Wi-Fi pode sofrer variação decorrente de obstáculos e distância do equipamento. As condições contratuais do serviço adquirido podem ser consultadas no Contrato de Prestação de Serviço de Comunicação e Multimídia, disponível em nosso site. Para mais informações, entre em contato com nossa Central de Atendimento 0800 343 6001.



*in* **Foco**

**24**  
*anos*

**Graças a você, fazemos história!**

*obrigado*