

# Estado apresenta novo modelo de gestão hídrica



PAG. 05

Metodologia para acompanhamento dos níveis de mananciais na Grande São Paulo prevê cenário de projeção de 12 meses; medidas estimulam consumo consciente nos períodos mais críticos.

Desde o início deste mês, o Sistema Cantareira opera na Faixa de Restrição (Faixa 4), com redução da captação máxima pela Sabesp de 27 m<sup>3</sup>/s para 23 m<sup>3</sup>/s para preservar os reservatórios.

**PRORROGADO!**

CURSO DE AUXILIAR E TÉCNICO EM ENFERMAGEM

Seu futuro na saúde começa agora e 2026 é o seu ano!

50% DE DESCONTO NA MATRÍCULA!

ESCOLA TÉCNICA SOS SAÚDE

Rua Antônio R. Barbosa, 60 - Centro - Arujá

MANHÃ OU NOITE APENAS R\$ 380,00 MENSais TARDE R\$ 310,00 MENSais

ESCOLA TÉCNICA

**SOS** SAÚDE

(11) 2502-6956 (11) 97063-2525

Rua Antônio Rodrigues Barbosa, nº 60

Centro - Arujá - SP

CURSO DE AUXILIAR E TÉCNICO EM ENFERMAGEM

**PRORROGADO!**

50% DE DESCONTO NA MATRÍCULA!

MANHÃ OU NOITE APENAS R\$ 380,00 MENSais TARDE R\$ 310,00 MENSais

Invista em um ensino que vai além da sala de aula!

TRANSFORME SEU 2026 COM UMA NOVA CARREIRA NA SAÚDE

ESCOLA TÉCNICA SOS SAÚDE

# O treino silencioso do sistema imunológico

## EDITORIAL

A ciência acaba de confirmar o que a sabedoria popular há muito tempo intui: manter o corpo em movimento é também um ato de proteção profunda. Um estudo conduzido em São Paulo, com apoio da FAPESP e publicado na revista *Scientific Reports*, revelou que o exercício físico regular pode literalmente “treinar” o sistema imunológico. Os resultados mostram que idosos com histórico de atividades físicas de endurance, como corrida, natação e ciclismo, apresentam células de defesa mais eficientes, menos inflamatórias e metabolicamente mais equilibradas.

O sistema imunológico, muitas vezes lembrado apenas em tempos de gripe ou pandemia, é um exército complexo que se beneficia do mesmo princípio que move músculos e pulmões: treino e constância. A pesquisa analisou as chamadas células natural killer (NK), responsáveis por eliminar células doentes e combater vírus. Em idosos que praticam exercícios há mais de duas décadas, essas células se mostraram mais adaptáveis e resistentes a processos inflamatórios. É como se o corpo, ao correr ou pedalar, também ensinasse suas células a lidar melhor com o estresse biológico.

Luciele Minuzzi, pesquisadora da Justus Liebig University Giessen, na Alemanha, explica que, enquanto o sedentarismo e a obesidade aceleram o envelhecimento celular, a prática de endurance

faz o oposto: rejuvenesce o sistema de defesa. As células NK desses atletas idosos não apenas reagiram melhor a desafios inflamatórios, mas também demonstraram eficiência energética superior. Em outras palavras, usaram menos energia para fazer mais, sinal de um organismo treinado, equilibrado e resiliente.

Os resultados da pesquisa, conduzida por Minuzzi e pelo professor Fábio Lira, da Unesp de Presidente Prudente, reforçam uma mensagem essencial: envelhecer com saúde é um projeto de longo prazo. A equipe observou que o treinamento contínuo modula a inflamação, diminuindo marcadores inflamatórios e aumentando os anti-inflamatórios. A diferença entre os idosos ativos e os sedentários é nítida, quase biológica: um sistema imune que aprendeu a não exagerar nas respostas, mantendo-se firme sem se desgastar.

O exercício físico surge, portanto, como um modulador natural da imunidade. Tal como o sono reparador e a boa alimentação, ele influencia diretamente a eficiência das células de defesa. A prática constante atua como um educador do corpo, ajustando o equilíbrio entre agressividade e controle, fundamental para prevenir doenças crônicas associadas ao envelhecimento.

O estudo vai além da observação. Ao expor as células NK a bloqueadores farmacológicos, como propranolol e rapamicina, os pesquisadores perceberam

que, mesmo sob interferência química, as células dos idosos treinados mantinham suas funções de defesa. Já as dos sedentários falhavam ou entravam em exaustão. Esse achado reforça a hipótese de que o exercício cria uma “memória metabólica” nas células, tornando-as mais maduras e preparadas para responder a ameaças.

É um retrato fascinante da capacidade de adaptação humana. O corpo que se exercita não apenas se fortalece externamente, mas também aprimora seus mecanismos internos de sobrevivência. Cada treino, cada pedalada, cada passada se transforma em um diálogo silencioso entre o músculo e a célula, entre o esforço e a imunidade.

Mais do que uma recomendação médica, o estudo é um manifesto pela constância. O exercício físico não é apenas estética, nem apenas saúde cardiovascular. É, sobretudo, um investimento na imunidade, na longevidade e na autonomia. Ele molda um corpo que aprende a se defender com inteligência, não com exagero, e prepara o organismo para envelhecer com vigor.

Num mundo em que o sedentarismo é epidêmico, a descoberta soa como um convite urgente: não se trata de correr maratonas, mas de manter o corpo ativo o suficiente para lembrar ao sistema imunológico que ele também precisa estar em forma. Afinal, o verdadeiro treino começa dentro de nós.

# MEC permitirá uso das três últimas notas do Enem no Sisu 2026

## MEDIDA É INÉDITA E DEVE AMPLIAR NÚMERO DE INSCRITOS

A edição 2026 do Sistema de Seleção Unificada (Sisu) permitirá o uso das notas das três últimas edições do Exame Nacional do Ensino Médio (Enem) - 2023, 2024 e 2025 - para a inscrição e classificação dos candidatos. A novidade está prevista no Edital nº 22/2025, publicado no Diário Oficial da União de 20 de outubro e disponível também na página do Sisu.

Para fins de classificação, o Ministério da Educação (MEC) levará em conta a nota da edição do Enem que apresentar a melhor média ponderada, conforme a opção de curso, desde que o participante não tenha participado como treineiro - aqueles que se inscrevem na prova antes do 3º ano do ensino médio.

A medida é inédita e foi incluída no edital de adesão das instituições de ensino superior ao Sisu 2026, que começa na segunda-feira (27) e vai até 28 de novembro, por meio da plataforma Sisu Gestão.

Para preencher o termo de adesão, as



instituições precisam encerrado a ocupação de vagas referentes à última edição do processo seletivo da qual tenham participado. Durante o período de adesão, a instituição poderá reabrir o termo eventualmente assinando e alterar as condições de participação.

**O QUE É O SISU?:** O Sistema de Seleção Unificada permite que os candidatos escolham e concorram gratuitamente, com uma única inscrição, a vagas em diversas universidades públicas, a partir dos resultados obtidos pelo estudante no Enem. O objetivo é ampliar o acesso ao ensino superior.

Desde o ano passado, o Sisu passou a

ser realizado em edição única. No processo seletivo único anual, as instituições públicas de ensino superior podem disponibilizar vagas para cursos de graduação cujo início das aulas seja no primeiro ou segundo semestre do ano.

Em 2025, foram ofertadas 261.779 vagas para 6.851 cursos de graduação em 124 instituições públicas de ensino superior de todo o país. De acordo com o MEC, a edição do Sisu de 2025 teve 254,8 mil candidatos aprovados, sendo 128 mil na ampla concorrência, 111 mil na modalidade de cotas e 14 mil por meio de ações afirmativas das próprias instituições de ensino superior.



# Foragido por envolvimento em roubo milionário de botox é preso em Itaquá

## AEROPORTO INTERNACIONAL DE GUARULHOS

A Polícia Militar prendeu, na quarta-feira (22), um homem que estava foragido da Justiça suspeito de ter participado de um roubo milionário de botox ocorrido em julho deste ano no Aeroporto Internacional de Guarulhos, na região metropolitana de São Paulo. O suspeito foi localizado em uma borracharia na região do Parque Piratininha, em Itaquaquecetuba, após uma denún-

cia anônima.

A equipe realizava patrulhamento de rotina quando recebeu informações sobre o paradeiro do procurado. Os policiais foram até o local e o abordaram. Foi constatado, por meio do sistema de inteligência, o mandado de prisão em aberto.

O Departamento Estadual de Investigações Criminais (Deic), responsável pelas investigações do caso, já havia realizado uma operação

anterior para prender o suspeito, porém, ele conseguiu fugir.

Cinco dias depois do roubo, os agentes recuperaram parte da carga, avaliada em R\$ 7 milhões, em um galpão localizado em Embu das Artes. Na ocasião, o responsável pelo local foi preso em flagrante e autuado por receptação qualificada.

As investigações prosseguiram e, em julho, policiais da 2ª Divisão de Investigações

sobre Furtos, Roubos e Recepções de Veículos e Cargas (Divecar) prenderam outros quatro envolvidos. Com a quadrilha, foram apre-

endidos celulares e o veículo utilizado durante o crime no aeroporto.

O suspeito detido ontem foi inicialmen-

te levado à Central de Polícia Judiciária de Itaquaquecetuba, que acionou o Deic. O caso foi registrado como captura de procurado.



  
Mariane Lobo  
maison

**Emagrecimento corporal sem sofrimento!**



Conquiste sua melhor versão para o verão com o nosso combo especial!

**COMBATA A GORDURA LOCALIZADA COM AS TECNOLOGIAS:**



**VELARYAN®**



**crio sculpting**

AGENDE SUA AVALIAÇÃO

⌚ (11) 91372-7231

Av. Guilherme Alfieri, 146 - (Próximo à Santa Casa)  
Parque São Benedito - Santa Isabel - SP

# Guararema avança no Índice de Efetividade da Gestão Municipal

**TCE-SP**

Guararema segue se destacando pela boa gestão pública e pela qualidade na prestação de serviços à população, conforme apontam os resultados mais recentes do Índice de Efetividade da Gestão Municipal (IEG-M), divulgados pelo Tribunal de Contas do Estado de São Paulo (TCE-SP). Na apuração referente ao ano de 2024, divulgada em 2025, o município obteve nota B, classificada como “Efetiva”, reforçando o compromisso da Administração Municipal com a eficiência, o planejamento e a responsabilidade na condução das políticas públicas em diversos setores.

O IEG-M avalia a efetividade das gestões municipais em sete áreas: Planejamento, Gestão Fiscal, Educação, Saúde, Meio Ambiente, Proteção dos Cidadãos (Defesa Civil) e Tecnologia. Guararema manteve ou avançou em índices de diversos setores, com destaque para Educação e Saúde, ambas com nota B+, evidencian- do a continuidade dos investimentos e o aprimoramento das ações voltadas a essas áreas.

“O resultado do IEG-M mostra que Guararema segue no caminho certo. Estamos investindo em uma gestão moderna, planejada e transparente, que garante serviços públicos de qualidade e promove o desenvolvimento sustentável do município. Cada indicador positivo é fruto do trabalho de uma

equipe comprometida e da confiança da população”, afirma o prefeito de Guararema, o Zé.

Nos últimos anos, a cidade apresentou estabilidade e avanços consistentes, mesmo em cenários de desafios econômicos e administrativos. A evolução em áreas estratégicas, como Planejamento e Meio Ambiente, e a manutenção de bons resultados em Educação e Fiscal refletem a eficiência do trabalho integrado das Secretarias Municipais e o compromisso da Prefeitura com a transparência, a boa governança e o desenvolvimento sustentável.

Os índices na íntegra podem ser acessados por meio do site oficial do TCE-SP: painel.tce.sp.gov.br.

**RECONHECIMENTO:** Em 2011, a Prefeitura de Guararema recebeu a certificação internacional ISO 9001, do Sistema de Gestão da Qualidade, que mantém até hoje. Em 2024, de olho na preservação do meio ambiente, a Administração Municipal, que é 1º Lugar no Ranking do Programa Município VerdeAzul, do Governo do Estado de São Paulo, passou a ser uma das únicas do Brasil a contar com a ISO 14001, do Sistema de Gestão Ambiental.

Destaque entre outras cidades, a gestão de Guararema foi premiada em 1º lugar na categoria “gestão” do Prêmio Francisco Montoro, na 65ª edição do Congresso Estadual

de Municípios (CEM), realizado pela Associação Paulista de Municípios (APM), em 2023.

Além disso, o município é reconhecido em 1º lugar no Índice de Desenvolvimento da Educação Básica (Ideb) na Região Metropolitana de São Paulo, Alto Tietê e Vale do Paraíba. Com nota 7,5 — a maior da história de Guararema — a cidade conquistou também o 9º melhor Ideb do Estado e o 25º melhor Ideb do Brasil.

A avaliação divulgada pelo Ministério da Educação considera o desempenho dos estudantes do 5º ano de todas as escolas municipais de Ensino Fundamental em Língua Portuguesa e Matemática em 2023.

Guararema também recebeu o Prêmio Município de Destaque na Avaliação de Fluência Leitora, concedido pelo Governo do Estado de São Paulo. O título reconhece o bom desempenho dos alunos das escolas municipais, que, aos 7 anos, já dominam a leitura.

Mais recentemente, no final de 2024 o município foi contemplado com a classificação “Ouro” no Selo Nacional do Compromisso com a Alfabetização.

Já em outras áreas, em 2024, a Prefeitura implantou as primeiras ciclovias da história da cidade, o que rendeu ao município o Selo Bicicleta Brasil, concedido pelo Governo Federal em reconhecimento às iniciativas de mobilidade urbana sustentável.



## NÃO PASSE VERGONHA, **ECONOMIZE!**

Na Ultrafarma é muito mais barato!

É verdade.  
Eu garanto!

**COMPRE PELO SITE OU APP** **VISITE NOSSAS LOJAS** **ENTREGA EM TODO BRASIL** **2% OFF NO PIX** **ATÉ 5% DE CASHBACK NO CLUBE SIDNEY OLIVEIRA**

# Estado apresenta novo modelo de gestão hídrica

## **PLANO DE CONTINGÊNCIA PREVÉ SETE NÍVEIS DE MEDIDAS**

O governo de São Paulo já começou a colocar em prática medidas para atenuar o impacto da crise hídrica. O chamado plano de contingência, que entrou em vigor a partir da Deliberação 1.729/2025, prevê sete níveis de medidas. Atualmente, a diminuição de pressão no abastecimento de água está ocorrendo por dez horas, durante a noite, o que caracteriza o terceiro patamar.

O sistema de abastecimento da região metropolitana de São Paulo está em 28,7%. No plano de contingência, o pior desses níveis, chamados de faixas de atuação, é o de número 7, correspondente ao rodízio.

No primeiro estágio, o de número 0, as condições são normais. No estágio 1, com a redução do volume dos mananciais já levemente sentido, aplica-se o Regime Diferenciado de Abastecimento (RDA).

Do estágio 2 ao 6, estão previstos diferentes graus da Gestão de Demanda Noturna (GDN), com di-

minuição da pressão da rede por períodos de 8h, 10h, 12h, 14h ou 16h. O rodízio é implantado, segundo as autoridades, somente quando essas determinações não resolverem o problema e após anuência expressa do conselho diretor da Arsesp.

Quando quiserem



avançar ou retroceder de uma faixa para a outra, as concessionárias que prestam serviço na região deverão submeter a proposta à aprovação do conselho diretor da Agência Reguladora de Serviços Públicos do Estado de São Paulo (Arssesp). Para adotar uma medida mais severa, é necessário que o quadro de piora dure uma semana corrida e, para poder retomar ações mais brandas, a exigência é de 14 consecutivos.

Em entrevista na tarde desta sexta-feira (24), o diretor-presidente da Arsesp, Thiago Mesquita Nunes, negou que a escolha pelas áreas de racionamento de água se dê por localização, de maneira que a periferia seja mais afetada. Segundo ele, o critério é técnico.

**M E T O D O L O G I A**  
E FAIXAS: As 7 faixas de atuação representam etapas graduais de criticidade e orientam quais medidas de contingências serão adotadas em cada cenário. Para assegurar previsibilidade, as restrições só acontecem após sete dias consecuti-

vos dos índices em uma mesma faixa, com relaxamento após 14 dias consecutivos de retorno ao cenário imediatamente mais brando.

Nas faixas de 1 a 3, o foco é em prevenção, consumo racional de água e combate a perdas na distribuição. As fai-

xas 1 e 2 estabelecem o Regime Diferenciado de Abastecimento (RDA) e a gestão de demanda noturna de 8 horas, respectivamente. A faixa 3, onde São Paulo se encontra atualmente, prevê gestão de demanda noturna de 10 horas por dia e intensificação de campan-

## **MEDIDAS DE ABASTECIMENTO**

## **FAIXAS DE ATUAÇÃO**

nhas de conscientização.

Já nas faixas 4, 5 e 6, os cenários são de contingência controlada, com períodos ampliados de redução da pressão na rede, por 12, 14 e 16 horas. Por fim, na faixa 7, o cenário mais grave inclui o rodízio de abastecimento entre regiões, com obrigação de fornecimento de caminhões-pipa para apoio a serviços essenciais. “O rodízio é uma medida de caráter excepcional e de impacto muito alto. Ele só será considerado quando todas as medidas anteriores se revelarem insuficientes para garantir a preservação dos reservatórios”, explicou o diretor-presidente da Arsesp.

No último dia 26, a SP Águas declarou es- cassez hídrica na Bacia do Alto Tietê e na por- ção de competência es- tadual da bacia do Rio Piracicaba, que inclui o Sistema Cantareira. A agência determinou a suspensão temporária da emissão de novas outor- gas de uso da água, exce- to as consideradas prio- ritárias para consumo humano e de animais.

Desde o início deste mês, o Sistema Cantareira opera na Faixa de Restrição (Faixa 4), com redução da captação máxima pela Sabesp de 27 m<sup>3</sup>/s para 23 m<sup>3</sup>/s para preservar os reservatórios.

# PM deflagra maior operação com uso de drones no estado

**SEGURANÇA NO COMBATE À CRIMINALIDADE**



A Polícia Militar de São Paulo deflagrou nesta terça-feira (21), a maior operação com uso de drones no estado. Até o momento, dez pessoas foram presas, sendo três procurados pela Justiça. A operação segue em andamento nas áreas do ABCD Paulista, Osasco e Alto do Tietê. Ao todo, foram mobilizados 20 drones, que oferecem uma visão privilegiada das regiões em tempo real.

A ação aconteceu no âmbito da Operação Impacto, focada principalmente no combate ao tráfico de drogas em áreas previamente definidas pelo Centro de Inteligência da instituição. As transmissões foram analisadas por uma equipe da base do Comando de Policiamento de Área Metropolitana (CPA/M) 7, em Guarulhos, que tem contato direto com os policiais que estão na rua.

“A operação alia tecnologia de ponta, uso de helicópteros, uso de cães para reforçar o combate ao crime em toda a Região Metropolitana. Os

drones aumentam a visão e a percepção territorial das equipes policiais e os cães farejadores fazem a varredura em locais estratégicos analisados pela inteligência da Polícia. Em São Paulo, a segurança pública avança com tecnologia, planejamento e coragem”, disse o governador Tarcísio de Freitas.

Para a operação, foram empregados 230 policiais militares, incluindo tropas do 5º Batalhão de Choque (Canil) com dez cães farejadores, Batalhão de Ações Especiais de Polícia (Baep) e a Força Tática.

Até o momento, dez pessoas foram presas, sendo três procurados pela Justiça, além da apreensão de 8 quilos de drogas. A operação segue em andamento.

O secretário da Segurança Pública, Guilherme Derrite, acompanhou a saída dos militares para a operação. “A tecnologia se tornou a nossa aliada para dificultar cada vez mais a vida do criminoso, para asfixiar financeiramente o crime

organizado e levar paz para a sociedade”, disse.

“O drone é um divisor de águas para a captação de imagens, vídeos, atividade de inteligência policial e de vigilância”, afirma o comandante da Polícia Militar na Região Metropolitana de São Paulo, coronel Caio de Oliveira. “Ele entra como uma ferramenta poderosa na segurança do policial e na precisão da atividade que ele tem que desenvolver”, explica. Segundo o coronel, o uso dos drones garante operações com melhor custo-benefício, uma vez que o recurso agrupa valor técnico e estratégico sem demandar grandes estruturas adicionais.

As operações utilizam diferentes modelos de aeronaves, com variação de autonomia de voo, alcance de zoom e definição das câmeras. Oliveira destaca que há drones capazes de fazer reconhecimento de placas e que já foram realizados testes em conjunto com o programa Muralha Paulista para reconhecimento facial.



**OFERTAS IMPERDÍVEIS** GB TRUCK AUTO PEÇAS DIESEL

**PARA MANTER SEU BRUTO EM DIA!**

**CUÍCA de Freio 30x30 Stahl**

**POR APENAS R\$ 199,00** à vista



RETIRE NA LOJA OU CONSULTE TAXA DE ENTREGA!

**FILTRO DE AR TECFIL ARS9839**

**POR APENAS R\$ 109,99** à vista



**ADITIVOS BARDHAL** PARA MOTOR, COMBUSTÍVEL OU RADIADOR



**DESCONTO 10%**

PEÇA PELO WHATSAPP  
**(11) 97601-8128**

Rua José Bonifácio, 56  
Jd. Monte Serrat - Santa Isabel - SP

# Pela primeira vez em 20 anos, número de fumantes cresce

**PROPORÇÃO DE ADULTOS FUMANTES SALTOU DE 9,3% PARA 11,6%**



Pela primeira vez em quase duas décadas, o número de fumantes no Brasil aumentou, quebrando uma tendência histórica de queda. De acordo com uma pesquisa com dados preliminares divulgada pelo Ministério da Saúde, a proporção de adultos fumantes nas capitais brasileiras saltou de 9,3% em 2023 para 11,6% em 2024. Um crescimento de 25% em apenas um ano.

Os dados alarmantes reacenderam o alerta entre autoridades de saúde. Para o médico da família e comunidade, Felipe Bruno da Cunha, essa crescente pode estar relacionada à popularização de novos produtos, a exemplo dos

cigarros eletrônicos, que atraem, especialmente os mais jovens:

"Eu acredito que tem muita relação direta com as novas formas associadas ao fumo. Porém, na última década, nós vemos um aumento expressivo, principalmente por conta do cigarro eletrônico, o vape. A partir de outros tipos de cigarro, o cigarro de palha, por exemplo. Então, por isso o aumento expressivo", diz.

A Organização Mundial da Saúde considera o tabagismo uma pandemia, pois é a principal causa de morte evitável no mundo, com aproximadamente 8 milhões de óbitos por ano. O especialista ressalta que mais de 50 tipos de doenças po-

dem ser causadas pelo cigarro, principalmente as cardiovasculares, as respiratórias e também cerca de 10 tipos de cânceres.

"Existem inúmeros riscos associados ao cigarro, não só a dependência química, mas também as complicações físicas", reitera o médico.

O médico também esclarece sobre os riscos do tabagismo para os fumantes passivos.

"Porque aquelas pessoas que convivem com aquele fumante, têm um risco associado também a doenças crônicas, principalmente, a gente fala da própria correlação, inclusive, de neoplasias, o câncer de pulmão. Então, é muito importante procurar ajuda", aponta.

**Mariane Lobo**  
maison

## bumbum à vista

A hora de realçar suas curvas é agora!

**harmonização  
de glúteos**  
personalizada e com resultado natural.

AGENDE SUA AVALIAÇÃO

📞 (11) 91372-7231

Av. Guilherme Alfieri, 146 - (Próximo à Santa Casa)  
Parque São Benedito - Santa Isabel - SP

# Quatro milhões de pessoas terão de fazer prova de vida no INSS

**NOTIFICAÇÕES FORAM ENVIADAS POR APlicativo OU EXTRATO BANCARIO**

Quatro milhões de beneficiários do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) terão de fazer prova de vida para não ter seu benefício bloqueado. De acordo com o instituto, todos já foram notificados por meio do aplicativo Meu INSS ou por meio do extrato do banco no qual é feito o pagamento.

Segundo o INSS, a mensagem foi entregue somente para os beneficiários cuja comprovação de vida não pode ser feita de forma automática pelo sistema.

Os beneficiários terão o prazo de 30 dias para fazer a prova de vida, contados a partir da data do aviso para realizar o procedimento.

O instituto divulgou um passo a passo para ajudar os beneficiários a regularizarem a situação:

- Acesse o site ou aplicativo Meu INSS, faça login e siga as instruções para o reconhecimento facial, se for pedido;

- Em alguns bancos, é possível realizar a Prova de Vida online, diretamente pelo aplicativo ou site do banco;

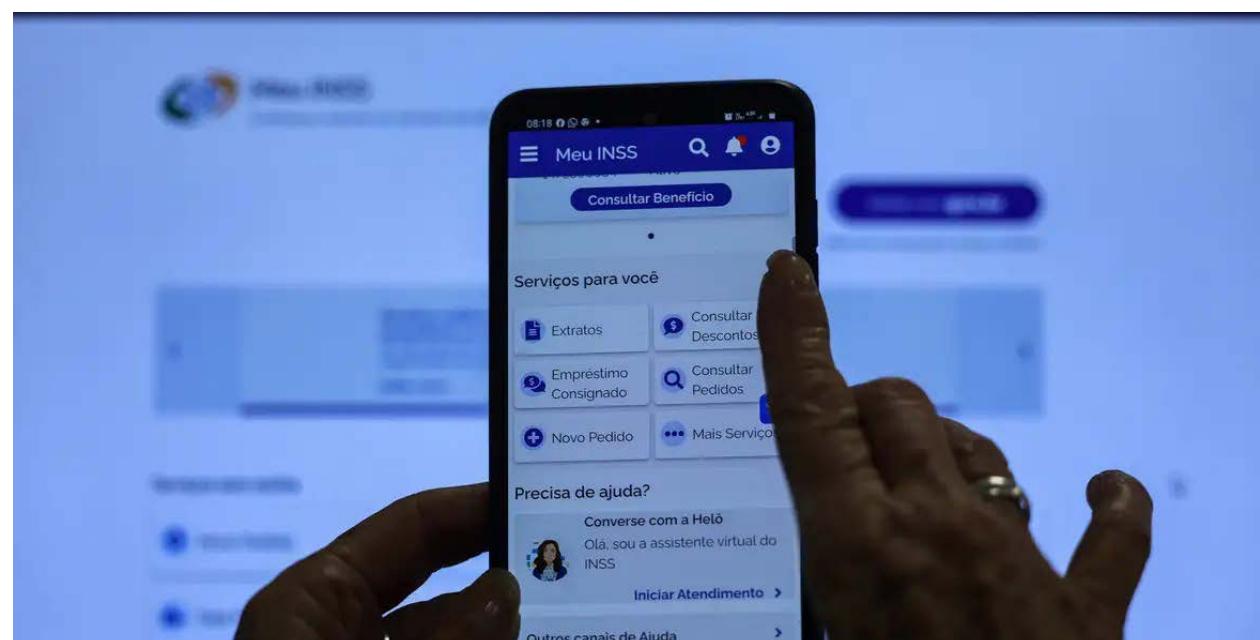
- Se preferir, o beneficiário também pode comparecer presencialmente à

agência bancária responsável pelo pagamento e apresentar um documento oficial com foto.

**QUEM PRECISA FAZER?:** Mesmo com o novo sistema automático, em alguns casos o INSS não consegue confirmar a Prova de Vida sozinho. Quando isso acontece, o próprio beneficiário deve realizar o procedimento, que pode ser feito pelo Meu INSS, pelo aplicativo ou site do banco, ou indo à agência bancária pessoalmente, se preferir.

**POR QUE A PROVA DE VIDA É IMPORTANTE?:** A Prova de Vida é a confirmação de que o beneficiário está vivo e tem direito de continuar recebendo o benefício previdenciário. O procedimento é fundamental para prevenir fraudes e garantir que os pagamentos sejam feitos de forma correta, protegendo o sistema e o dinheiro de quem contribuiu a vida inteira para o país.

**ALERTA CONTRA GOLPISTAS:** Aposentados e pensionistas devem ficar atentos para os golpistas que tentam enganar os beneficiários com ligações



e mensagens falsas, ameaçando corte do benefício, solicitando dados pessoais ou até marcando falsos agendamentos.

O INSS não realiza contatos diretos pedindo a realização da Prova de Vida nem envia mensagens por WhatsApp, SMS ou aplicativos, ameaçando o bloqueio do benefício. Também não envia servidores às residências dos beneficiários para recolher documentos ou para fazer o procedimento de comprovação de vida.

**MÊS DA Troca de Óleo**

**Economize com nossos kits de Filtros + Óleo para o seu caminhão!**

**Kit para Om366 para Mercedes 1418, 1618, 1214 e outros a partir do ano 94**



Filtros Cód: FC1641, PL3661 e AP98341  
Balde de 20 litros de óleo 15w40 - Futura

**A PARTIR DE R\$ 499,68 À VISTA**

**Kit para Om352 para linha Mercedes Benz**



Tecfil®  
Filtros Cód: FC1611, PL5191 e AP98341  
Balde de 20 litros de óleo 15w40 - Futura

**A PARTIR DE R\$ 484,54 À VISTA**

**CONSULTE KITS PARA OUTROS MODELOS!**

**PEÇA PELO WHATSAPP (11) 97601-8128**

Rua José Bonifácio, 56 - Jd. Monte Serrat - Santa Isabel - SP

**GB TRUCK AUTO PEÇAS DIESEL**

# Programa de reforma permite “qualquer tipo de melhoria”, diz ministro

## FINANCIAMENTO



Os beneficiários do programa Reforma Brasil, lançado na última segunda-feira (20) pelo presidente Lula, poderão fazer qualquer tipo de melhoria em suas residências. A informação foi trazida pelo ministro das Cidades, Jader Filho, em coletiva à imprensa.

A política pública vai permitir que famílias possam financiar valores a partir de R\$ 5 mil para reformas, ampliações e adequações de moradias de todo o país.

**PROCESSO SIMPLIFICADO:** O governo informa que a operação de concessão do financiamento será simplificada e digital, iniciando pelo site da Caixa ou aplicativo do banco, a partir de 3 de novembro. A operacionalização do pedido de financiamento ocorrerá por uma página específica na internet que estará disponível a partir desta terça (21).

O beneficiário vai precisar comprovar a realização da obra.

“A pessoa vai apresentar qual é a obra que ela

quer fazer em sua casa e vai tirar uma foto. O crédito de 90% [do total] é liberado”, explicou o ministro das Cidades.

O beneficiário recebe o restante depois que apresentar a imagem da melhoria realizada.

**DIFERENTES FAIXAS:** Um esclarecimento de Jader Filho é que o beneficiário do programa não precisa ter necessariamente problemas estruturais na casa.

“Qualquer tipo de reforma que a família queira fazer”, garantiu.

Jader Filho explicou que o programa foi desenvolvido pelos ministérios das Cidades e da Fazenda, em parceria com a Caixa Econômica Federal. O valor previsto, ao todo, é de R\$ 30 bilhões do Fundo Social em linhas de crédito voltadas a famílias com renda de até R\$ 9,6 mil.

A Caixa também vai separar R\$ 10 bilhões do Sistema Brasileiro de Poupança e Empréstimo (SBPE) para quem tem renda superior a esse limite.

Por isso, a política

pública prevê um total de R\$ 40 bilhões em crédito. Os recursos são relativos a este ano e também 2026.

Outra informação prestada é que não existe uma distribuição prévia de recursos do programa por região do país.

**CASAS:** O Reforma Casa Brasil atende inicialmente moradores de áreas urbanas em capitais, municípios com mais de 300 mil habitantes, ou que façam parte de arranjos populacionais com esse porte. O crédito é voltado principalmente para uso residencial, mas pode contemplar imóveis de uso misto.

As taxas de juros variam conforme a faixa de renda mensal das famílias. Na faixa 1, os juros são de 1,17% para quem tem renda de até R\$ 3,2 mil.

Para quem ganha de R\$ 3,2 mil a R\$ 9,6 mil, os juros ficam em 1,95%.

Quem tem renda acima de R\$ 9,6 mil, as regras são da Caixa com valores de financiamento a partir de R\$ 30 mil e prazo de pagamento de até 180 meses.

**Tatuagem arrependida?**

**Sobrancelha acinzentada?**

Remova com segurança o que não te representa!





Tratamento sob medida -

Resultados nas - primeiras sessões

Conforto e segurança -



*PO*  
PIETRA OLIVEIRA  
*beauty*

(11) 91707-3239

Av. Guilherme Alfieri, 146 - (Próximo à Santa Casa)

Parque São Benedito - Santa Isabel - SP



**PEÇAS CERTAS  
PARA NÃO DEIXAR  
O BRUTO PARADO!**



**(11) 97601-8128  
(11) 4952-3200**

@gbtruck

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



**VENHA VISITAR  
NOSSA SEDE  
PRÓPRIA!**

**Rua José Bonifácio, 56  
Jardim Monte Serrat  
Santa Isabel - SP**