



Pioneiras da Polícia Militar do Amazonas: 45 anos de história e inspiração

POLÍCIA 5

IDAM

Idam celebra o aniversário de Manaus e o trabalho realizado junto aos mais de 1,4 mil agricultores

ECONOMIA 9

MANAUS 356 ANOS

‘BiblioTour’ leva público a conhecer a história centenária da Biblioteca Pública do Amazonas

CULTURA 13

DECLARAÇÃO

Na Indonésia, presidente Lula reafirma metas da COP30 e critica unilateralismo



MUNDO 11



ESPECIAL 2

Manaus celebra 356 anos: da Fortaleza de São José à metrópole da Amazônia

CAIC TEA

Governador Wilson Lima inaugura o segundo Caic TEA e amplia o atendimento especializado a crianças com autismo em Manaus



CIDADES 4

O governador Wilson Lima inaugurou, nesta quinta-feira (23/10), o segundo Centro de Atenção Integral à Criança com Transtorno do Espectro Autista (Caic TEA) em Manaus. O Caic TEA Gilson Moreira está lo-

calizado no bairro Mundo Novo, zona norte de Manaus, sendo entregue na véspera do aniversário de 356 anos da capital amazonense, marcando mais um avanço no atendimento especializado e gratuito a crianças autistas

do Governo do Estado. “A nossa preocupação foi em fazer um atendimento integral, não só para a criança, que vai ser atendida por esse Caic, mas também à mãe e familiares.”, destacou Wilson Lima.

LIBERTADORES

Palmeiras sofre na altitude, perde para a LDU e se complica na Libertadores

Com um primeiro tempo digno de pesadelo para o torcedor, o Palmeiras perdeu por 3 a 0 para a LDU, nesta quinta-feira (23), pela ida da semifinal da Libertadores, e se complicou no torneio. Os gols no Casa Blanca,

em Quito, foram marcados por Villamil (duas vezes) e Alzugaray (de pênalti), todos na primeira etapa. Foi a primeira vez em 25 anos que o time paulista se viu perdendo por 3 a 0 numa partida de Libertadores. Para chegar à final do torneio, o Palmeiras agora

terá que vencer os equatorianos por quatro ou mais gols de diferença – ou três, o que levaria a semifinal para a disputa de pênaltis. A partida de volta será na próxima quinta-feira (30), no Allianz Parque, às 21h30 (de Brasília).

Nosso cuidado com Manaus só aumenta

A Hapvida segue ampliando o cuidado de Manaus, fortalecendo a saúde com acesso e qualidade

Conheça mais

Sua vida pede

Hapvida



ESPORTES 14

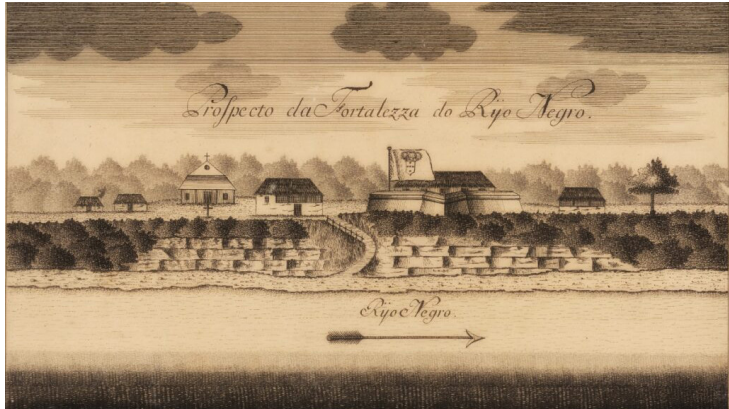
Manaus celebra 356 anos

Fotos:Divulgação



No coração da Floresta Amazônica, às margens do majestoso rio Negro, Manaus celebra, neste dia 24 de outubro de 2025, seus 356 anos de fundação. A capital amazonense, conhecida por sua rica diversidade cultural e importância histórica, nasceu como um pequeno forte militar e tornou-se uma das cidades mais emblemáticas do Brasil.

As origens: o Forte que deu origem à cidade



A história de Manaus começou em 1669, com a construção da Fortaleza de São José da Barra do Rio Negro, erguida por ordem da Coroa Portuguesa para proteger o território e afirmar a presença lusitana na Amazônia. O forte foi o embrião do povoado que, ao longo das décadas, cresceu às margens do rio Negro e se transformou em uma das

mais importantes cidades da região Norte. O nome “Manaus” foi adotado em homenagem à etnia indígena Manaó, que habitava a região e significa “mãe dos deuses”. Essa herança indígena permanece viva na cultura, nos costumes e até na culinária local.

O ciclo da borracha: o apogeu e a modernidade

O grande salto econômico e urbano de Manaus veio no final do século XIX, durante o Ciclo da Borracha (1879–

1912). A exportação do látex transformou a cidade em símbolo de riqueza e sofisticação. Foi nessa época que surgiram ícones como o Teatro Amazonas, o Mercado Adolpho Lisboa e o Palácio Rio Negro, construções que ainda hoje encantam moradores e visitantes.

Renascimento industrial e Zona Franca



O renascimento econômico de Manaus ocorreu em 1967, com a criação da Zona Franca de Manaus, um polo industrial incentivado pelo governo federal para promover o desenvolvimento da Amazônia. Desde então, a cidade tornou-se um centro tecnológico e econômico, abrigando fábricas de grandes multinacionais e atraindo milhares de migrantes de todo o país. Hoje, o Polo Industrial de Manaus é responsável por uma parte significativa da economia regional,

enquanto a cidade busca equilibrar crescimento com preservação ambiental.

Manaus hoje: tradição e modernidade

Com cerca de 2,2 milhões de habitantes, Manaus é uma metrópole que mistura tradição e modernidade. É ponto de partida para o tu-

rismo ecológico na Amazônia, centro cultural vibrante e palco de grandes eventos esportivos e musicais. A capital também enfrenta desafios típicos das grandes cidades – como mobilidade urbana e gestão ambiental –, mas segue orgulhosa de sua identidade amazônica e da força de seu povo. “Manaus é uma cidade que resiste, se reinventa e continua sendo o coração pulsante da Amazônia”, resume a historiadora Lúcia Mendonça, da Universidade Federal do Amazonas (UFAM).



O ponto alto das comemorações será a tradicional Serenata Encontro das Águas, às margens do rio Negro, simbolizando a união entre a história, a cultura e a natureza que fazem de Manaus uma cidade única.



Editorial

Trump testa limites da própria força na América do Sul

Donald Trump embarcou recentemente em pelo menos duas arriscadas aventuras políticas na América do Sul. A primeira consiste em tentar derrubar a ditadura venezuelana por meios militares. O presidente norte-americano decla-

rou estar em guerra com os cartéis latino-americanos do narcotráfico e afirmou que o governo da Venezuela faz parte desse esquema. Por esse motivo, Trump declarou, nesta quinta-feira (23), que não exclui a possibilidade de ataques a

alvos terrestres dentro do território venezuelano, após já ter autorizado ofensivas contra embarcações acusadas de servir aos traficantes em águas internacionais no mar do Caribe e no Pacífico. O risco dessa empreitada é elevado. Não há

sinais de que o regime de Nicolás Maduro esteja prestes a implodir, e, mesmo que isso ocorra, permanece a dúvida sobre quem poderia substituí-lo. No entanto, ao adotar essa postura agressiva, Trump pode estar arman-

do uma cilada para si mesmo. Caso não consiga, em curto prazo, atingir seus objetivos – derrubar Maduro e estabilizar a Argentina –, sua imagem pode sair enfraquecida, passando a impressão de que foi derrotado em suas próprias iniciativas.



Marcellus Campelo

Engenheiro civil, especialista em saneamento básico; exerce, atualmente, o cargo de secretário da Unidade Gestora de Projetos Especiais – UGPE

Saneamento: um investimento com retorno de bilhões

Estudo do Instituto Trata Brasil, realizado em parceria com a EX Ante Consultoria Econômica, mostra que a Amazônia Legal pode ganhar aproximadamente R\$ 330,1 bilhões, entre 2024 e 2040, com a universalização dos serviços de saneamento básico. No Amazonas, essa cifra pode chegar a R\$ 2,4 bilhões – ou seja, 12,8% de todos os benefícios projetados para os nove estados da região.

O estudo estima que o Amazonas poderá alcançar um ganho de aproximadamente R\$ 817 por habitante, até 2040. Na capital, Manaus, a estimativa é de cerca de R\$ 384,79 por pessoa.

Os números impressionam e fazem todo sentido: o acesso à água de qualidade e à coleta e tratamento de esgoto, um desafio para a grande maioria dos municípios brasileiros, é um dos motores mais eficientes de desenvolvimento econômico e social.

A Amazônia Legal, onde o estudo se concentra, é formada pelos estados do Amazonas, Acre, Amapá, Rondônia, Roraima, Pará, Tocantins, Maranhão e Mato Grosso. A região tem 772 municípios, que concentram 26,65 milhões de habitantes, o equivalente a 13,1% da população brasileira. Ocupa quase 60% do território nacional.

O estudo realizado pelo Trata Brasil, que se intitula “Benefícios Econômicos e Sociais da Expansão do Saneamento na

Amazônia Legal”, calcula que o retorno estimado para cada R\$ 1 investido nessa área, na região, é de, aproximadamente, R\$ 5,10, valor acima da média projetada para o Brasil.

Entre 2024 e 2040, os benefícios devem alcançar R\$ 516,6 bilhões, sendo R\$ 273,7 bilhões em ganhos diretos (renda gerada por investimentos e impostos) e R\$ 242,9 bilhões pela redução de perdas relacionadas à falta de acesso aos serviços. No mesmo período, os custos devem somar R\$ 186,5 bilhões, resultando em um saldo positivo de R\$ 330,1 bilhões para a região. Entre 2005 e 2023, os ganhos acumulados da região chegaram a R\$ 176,5 bilhões, superando os custos sociais de R\$ 85,6 bilhões e gerando um saldo positivo de R\$ 90,8 bilhões.

O cálculo leva em conta, por exemplo, a redução de custos com saúde pública, em função das internações por doenças de veiculação hídrica. A economia nesse quesito é projetada em cerca de R\$ 2,7 bilhões, para o período analisado.

Entre os benefícios destacados pelo acesso ao saneamento, que também entra nessa conta, está o aumento da produtividade, com a redução dos períodos de afastamento do trabalho por problemas de saúde. Trabalhadores que vivem em domicílios com saneamento, diz o estudo, ganham até 27% a mais. Na educação, o acesso aos serviços se reflete

na redução do absenteísmo escolar.

Além disso, as moradias com saneamento são até 30% mais valorizadas comercialmente. Os ganhos também se refletem no turismo e meio ambiente, com a preservação de rios, córregos e lagos, contribuindo, também, para a redução das emissões de gases de efeito estufa.

Os maiores ganhos líquidos da universalização dos serviços, até 2040, deverão ser obtidos no Pará, com uma perspectiva de 30,4%, seguido do Maranhão, com 19,1%, e Mato Grosso, com 16,1%. Juntos, eles concentram mais de 65% dos benefícios da região.

Na análise per capita, os destaques são para Rondônia, Acre e Amazonas. Entre as capitais, os maiores ganhos por habitante devem ocorrer em Rio Branco, com R\$ 735,93, depois vem Porto Velho, com R\$ 706,14, e Macapá, com R\$ 650,65.

O déficit da Amazônia Legal no acesso à água tratada, com base em dados de 2022, é de 9,4 milhões de pessoas (35,6% da população da região). A falta de cobertura de rede de coleta de esgoto atinge uma fatia maior: 21,9 milhões (82,4% da população da região). Apenas 16,8% do esgoto gerado, no período pesquisado, era tratado antes de voltar ao meio ambiente.

No Amazonas, onde os desafios também são grandes e históricos, alguns

passos decisivos têm sido dados pelo Governo do Estado, para garantir o avanço em saneamento, área de gestão municipal. Um dos exemplos mais emblemáticos é a criação da Microrregião do Saneamento Básico (MRSB), trabalho que tem à frente a Secretaria de Desenvolvimento Urbano e Metropolitano (Sedurb), atuando com apoio e parceria de demais órgãos estaduais.

A autarquia criada permite a gestão compartilhada dos serviços – por estado e municípios –, apoio aos planos municipais e a viabilização de recursos federais, dando condições para que as cidades do interior possam cumprir a meta da universalização.

Outro exemplo da atuação firme do Governo do Amazonas nessa área vem dos programas Social e Ambiental de Manaus e Interior (Prosamin+), na capital, e de Saneamento Integrado (Prosai), concluído em Maués e em execução em Parintins. Os programas, coordenados pela Unidade Gestora de Projetos Especiais (UGPE), são realizados a partir de uma política integrada de infraestrutura urbana, habitação e saneamento.

O sistema de esgotamento sanitário do Prosamin+ abrange o trecho entre a avenida Manaus 2000, no bairro Japiim, na zona sul, e a Comunidade da Sharp, na zona leste. No local, está sendo implantado 60 quilômetros de rede

coletora, seis estações elevatórias de esgoto e nove quilômetros de ligações domiciliares e intradomiciliares. Além disso, mais 8 quilômetros de rede de abastecimento de água.

Como parte do programa, em agosto de 2021 o Governo do Estado entregou a Estação de Tratamento de Esgoto (ETE) Waldir Brito, a maior e mais moderna da região Norte, instalada em Educandos, na zona sul. Com capacidade para tratar até 300 litros por segundo, a ETE elevou de 18% para 26% o percentual do esgoto tratado em Manaus, beneficiando 192 mil pessoas.

Um novo passo está sendo dado agora, com a entrega da primeira etapa da ETE do bairro Raiz, na zona sul. A obra é resultado de um acordo de cooperação técnica entre estado e município, por meio do Prosamin+. A ETE está sendo construída pela concessionária Águas de Manaus (Aegea), em terreno doado pelo Governo do Estado. Nesta etapa, vai beneficiar mais de 50 mil pessoas, e cerca de 220 mil até 2027, quando todas as fases estarão concluídas.

A estação vai se somar ao sistema de esgotamento sanitário já implantado pelo Prosamin+, ampliando a cobertura e beneficiando milhares de famílias.

Com o Prosai Maués, já concluído, o município tornou-se referência em saneamento. Ganhou 50% de cobertura de esgoto, uma das maiores taxas da

região. Foram implantados 13 quilômetros de rede de coleta e a recuperação de mais 18 quilômetros. Também foi recuperada a ETE da cidade, que estava fora de operação.

O programa construiu e recuperou o sistema de captação, armazenamento e distribuição de água, expandindo a capacidade em mais de sete vezes. Com o Prosai Parintins, que iniciou em setembro do ano passado, o Governo do Estado já garantiu abastecimento de água de qualidade para toda a cidade, resolvendo um problema crônico de contaminação dos poços.

Agora, caminha para alcançar a cobertura de 25% da cidade com rede de coleta e tratamento de esgoto.

É um trabalho que nos deixa plenamente gratificados, pelos resultados atingidos e os efeitos sentidos na qualidade de vida das pessoas alcançadas. A universalização do saneamento é um benefício pra toda a vida.

Com a expansão dos investimentos no Amazonas e a modernização da gestão do setor, o estado se posiciona à frente na corrida para a universalização do saneamento básico. O desafio é grande, mas o caminho já está sendo trilhado.

O Amazonas está avançando, e cada novo metro de rede construída é um passo em direção a um futuro mais justo, sustentável e próspero.

PRIMEIRO MONUMENTO (SÉRIE MEMÓRIAS)

Manaus completa agora 356 anos. Faço de imediato uma cronologia de seus monumentos, cada um deles contando de um passado distante, ou recente. Do presente a arquitetar um futuro pleno de ações também monumentais. E isso passará de gerações em gerações para que todos possam apresentar sua identidade através dos rostos da Manaus do passado. Um ponto verde apenas. Na imensidão amazônica. Na verdade, Manaus basta a si mesma. Sua exuberância de antanho era infinita. E fazia com que expandisse um certo ar de divindade. Ela era

em 1695, ventre fecundo. Força vital. Chão ardente. Manaus basta a si mesma. Mas sempre preferiu seguir contando com seus filhos. Com suas limitadas doações. Com seus quase-nada, para retornar a ser cognominada de MANAUS-SORRISO. A Manaus de 1695 principiou erigindo o fortim de São José da Barra do Rio Negro. Tudo para evitar invasões de holandeses e espanhóis e ao mesmo tempo exibir domínio lusitano. Falo Manaus de 1695, pois ali levantaram a capela de madeira construída por carmelitas. Levando uma pequena imagem de N. S. da Conceição

e a consagraram como padroeira do lugar. Essa foi à origem. Anos após, em 1850 o incêndio, onde a imagem miraculosamente salvou-se do fogo (reliquia do século XVII), pois confeccionada em papel machê e fibras vegetais. A Imaculada Conceição. Assim atestam grandes historiadores como Mario Ypiranga Monteiro, Arthur César Ferreira Reis, Etelvina Garcia, Antônio José Loureiro. No entanto em 1877 foi erguida a igreja-matriz hoje Catedral de N. S. da Imaculada Conceição. Foi essa a época que foi instalado o primeiro Bispado de Manaus. Posse D. José Lourenço de Aguiar,



Carmem Novoa Silva

Teóloga e membro da Academia Amazonense de Letras e da Academia Marial de Aparecida – SP

que lavrou a ata inaugural, já citando que a Virgem Santíssima era a padroeira da diocese, ou seja, Manaus. O livro desta ata memorável consta nos arquivos da Cúria de Manaus, que ciosa de seus tesouros, guarda-os avidamente dos que querem de alguma forma mudar o rumo da história. O primeiro bispo, nomeado pelo Papa Leão XIII. Este último tinha o poder de alterar o nome da padroeira oficial. Não o fez. Está na ata (documento imprescindível em quaisquer instituições) para evidenciar o fato, “ipsis letteris” Manaus teve então o seu primeiro monumento em

1877. Uma Construção grandiosa para época, mas feita de doações pecuniárias e de serviços voluntários. O Museu da Catedral mostra achados durante a restauração. Muito suor e sangue e tempo para levantar o primeiro MONUMENTO HISTÓRICO romântico, visto que não se tinha dinheiro e tudo era efetuado precariamente, mas com vistas a um trabalho meritório. Os outros MONUMENTOS - Teatro Amazonas, Palácio da Justiça... Foram feitos em tempos de abundância da extração do látex. Uma fase folgada economicamente. Os MONUMENTOS de hoje como

a Ponte Rio Negro, a Arena da Amazônia... Foram feitos em tempos de fartura, e sob a cultura do desperdício. Ressalta-se o predomínio da ética e da partilha do 1º Monumento de Manaus, que muitos “esquecem”. Mas Manaus só crescerá mesmo em idade, sabedoria e graça sob o conjunto esforço é união dos 144 mil eleitos. Catedral Primeiro Monumento definitivo. A Padroeira, Imaculada, é também definitiva desde 1695. Ela é Mãe de Deus, constando em bíblias católicas. Seu magnificat “O Senhor fez em mim maravilhas” Santo é seu nome.

Destaque



DIVULGAÇÃO

A Universidade do Estado do Amazonas (UEA) inicia, no próximo domingo (26/10), a aplicação das provas do Sistema de Ingresso Seriado (SIS) das Etapas de Acompanhamento I, II e III. Já na segunda e terça-feira, será a vez dos participantes do Vestibular 2025, acesso 2026, realizarem os exames, que serão divididos em duas etapas: Conhecimentos Gerais (27/10) e Conhecimentos Específicos e Redação (28/10).

De olho



DIVULGAÇÃO

O STF (Supremo Tribunal Federal) formou maioria para manter a regra que autoriza a nomeação de parentes para cargos de natureza política. Até o momento, o placar é de 6 votos a 1 a favor da manutenção do entendimento. Apesar da maioria, o julgamento foi suspenso e será retomado na próxima quarta-feira (29).

Cidades

Governador Wilson Lima inaugura o segundo Caic TEA e amplia o atendimento especializado a crianças com autismo em Manaus

Entrega do novo espaço ocorre na véspera do aniversário de 356 anos da capital amazonense

O governador Wilson Lima inaugurou, nesta quinta-feira (23/10), o segundo Centro de Atenção Integral à Criança com Transtorno do Espectro Autista (Caic TEA) em Manaus. O Caic TEA Gilson Moreira está localizado no bairro Mundo Novo, zona norte de Manaus e foi entregue na véspera do aniversário de 356 anos da capital amazonense, marcando mais um avanço no atendimento especializado e gratuito a crianças com autistas do Governo do Estado.

“A nossa preocupação foi em fazer um atendimento integral, não só para a criança, que vai ser atendida por esse Caic, mas também à mãe e familiares. Todo esse trabalho que estamos fazendo é ouvindo a sociedade civil organizada, as instituições, os profissionais, para que a gente possa fazer uma entrega inclusiva e fazer com que essas crianças sejam compreendidas, sejam aceitas e que elas também tenham a condição de ser um adulto funcional”, destacou Wilson Lima.

Com a nova unidade, o Governo do Amazonas garante acesso a terapias multiprofissionais e inclusivas. O primeiro centro foi inaugurado em julho, na zona leste e, até dezembro, está prevista a entrega da terceira unidade desse tipo, o Caic TEA Afrânio Soares, na zona sul, consolidando o novo modelo de atendimento especializado em todas as regiões de Manaus.

O investimento faz parte de um projeto maior do Governo do Amazonas, que já reformou os 11 Caics da rede estadual de saúde. Com as obras, os centros voltaram a funcionar plenamente



Centro de Atenção Integral à Criança com Transtorno do Espectro Autista (Caic TEA)

e ganharam novas funções dentro da rede assistencial, como polos de reabilitação, unidades odontológicas e agora, unidades especializadas para crianças com TEA.

Participaram da inauguração o presidente da Assembleia Legislativa do Amazonas (Aleam), deputado estadual Roberto Cidade; o deputado estadual Mário César Filho; os vereadores Saimon Bessa, Diego Afonso, Paulo Tyrone e Marco Castilhos; a secretária Saúde, Nayara Maksoud; a secretária executiva do Fundo de Promoção Social e Erradicação da Pobreza, Kathelen Santos; além de representantes da Defensoria Pública do Amazonas (DPE-AM), do Conselho Estadual de Saúde (CES) e de movimentos ligados as mães atípicas.

A nova unidade amplia a rede de atenção à saúde infantil, reforçando o compromisso da gestão estadual com a inclusão e o cuidado integral. O espaço foi total-

mente adaptado para oferecer um ambiente moderno, acolhedor e sensorialmente adequado ao desenvolvimento das crianças. Os atendimentos já iniciaram após a inauguração do centro na quinta-feira.

O Caic TEA Gilson Moreira é resultado da parceria entre o Governo do Amazonas e a Rede TEIA Agir, instituição especializada em terapias para o autismo e responsável pela gestão de unidades em Goiás, São Paulo e, agora, no Amazonas.

A nova unidade da zona norte segue o mesmo modelo do Caic TEA José Con- tente, inaugurado em julho deste ano na zona leste e tem como objetivo oferecer terapias intensivas e integradas a crianças de até 11 anos com diagnóstico confirmado de autismo. Cada paciente recebe um Plano Terapêutico Singular (PTS), elaborado por uma equipe multiprofissional conforme suas necessidades específicas.

O método utilizado tem base na Análise do Comportamento Aplicada (ABA), abordagem científica reconhecida internacionalmente como uma das mais eficazes para o tratamento do TEA. O processo terapêutico é acompanhado de avaliações periódicas e devolutivas para as famílias, com duração média de seis meses, até a alta da criança.

A equipe é composta por psicólogos, fonoaudiólogos, terapeutas ocupacionais, psicopedagogos, psicomotricistas, nutricionistas, assistentes sociais e médicos, o que garante uma abordagem integrada e centrada no desenvolvimento global das crianças. Essa estrutura multiprofissional permite que diferentes áreas da saúde atuem de forma coordenada, assegurando resultados mais efetivos no progresso das terapias.

Antes da adaptação para o novo modelo, o prédio do Caic Gilson Moreira passou por uma ampla reforma exe-

cutada pela Secretaria de Estado de Infraestrutura (Seinfra), com recursos e apoio do Fundo de Promoção Social (FPS). A modernização incluiu melhorias estruturais, elétricas e de acessibilidade, garantindo conforto e segurança aos usuários.

Para Marcelle Gomes, de 25 anos, mãe do Samuel, de 6 anos, diagnosticado com autismo aos dois, o novo Caic representa uma conquista para muitas famílias que lutam diariamente por acesso a terapias especializadas. “Esse espaço, reunindo todas as terapias em um local só, é muito importante, fica muito mais fácil, mais previsível pra ele. Tem muitos lugares que não é nem um terço. É uma causa que a gente luta há muito tempo e, hoje em dia, ter o governo apoiando a causa e ajudando nossos filhos é muito bom”, relatou.

Diferenciais
Entre os diferenciais da

unidade estão os espaços especialmente projetados para promover estímulos sensoriais e o bem-estar das crianças. O Jardim Molhado é um ambiente lúdico que estimula o contato com a água e a natureza, contribuindo para o equilíbrio emocional e sensorial. Já a Sala Multisense oferece recursos de luz, som, texturas e estímulos controlados, favorecendo o relaxamento e a concentração durante as terapias.

Outro destaque é a Área de Estimulação Psicomotora, equipada com brinquedos adaptados e piso amortecido, voltada para o desenvolvimento da coordenação motora e da socialização. O espaço também conta com uma Sala de Integração Sensorial, onde foi realizada a entrega dos brinquedos da campanha Doe Brinquedos e Ganhe Sorrisos, simbolizando o vínculo entre cuidado terapêutico e afeto comunitário.

Antes não tinha
agora
tem

CNH Social

120 MIL VAGAS
ofertadas

CNH na Escola

1.230 ALUNOS
atendidos

Motociclista Legal

19 MIL KITS
entregues

Escola Pública de Trânsito

CURSOS GRATUITOS
até 2027

Mais informações:
detrancidadao.am.gov.br
eptran.detran.am.gov.br

DETRAN-AM
DEPARTAMENTO ESTADUAL
DE TRÂNSITO DO AMAZONAS

AMAZONAS
GOVERNO DO ESTADO

Pioneiras da Polícia Militar do Amazonas:

45 anos de história e inspiração

Ingresso de mulheres desafiou padrões e trouxe nova fase na Segurança Pública

Em abril de 1980, a Polícia Militar do Amazonas (PMAM) constituía a primeira turma de policiais femininas. Um marco inédito para corporação e grande conquista para um grupo de mulheres pioneiras, que ingressaram em uma jornada marcada por desafios e transformações dos parâmetros da sociedade manauara, daquela época. Quarenta e cinco anos após o início dessa história, este legado continua inspirando jovens mulheres que sonham em seguir a carreira militar.

O Amazonas foi o terceiro estado do Brasil a abrir vagas para mulheres nas fileiras da Polícia Militar, ficando atrás de São Paulo, que criou o primeiro corpo policial feminino em 1955; o segundo foi o Paraná, em 1977. Em uma época em que o público feminino era direcionado a setores de menor prestígio e remuneração, 32 mulheres aceitaram o desafio e decidiram trilhar uma carreira tradicionalmente dominada por homens.

Após o processo de seleção e convocação, o comandante-geral da PMAM, à época, coronel do Exército Brasileiro Wilson Raizer, designou o tenente Claumendes, hoje coronel da reserva, para assumir o comando da primeira turma de policiais



Claumendes

femininas. Claumendes relembra que a missão era desafiadora, mas assegurou que elas receberam o mesmo treinamento e disciplina dos policiais homens.

“Eu agia com rigor para que elas fossem bem formadas. Se você perguntar para qualquer uma delas, elas vão falar que eu era ‘durão’. Mas eu preparei o espírito delas para mostrarem para o resto da tropa, que não eram inferiores”, lembrou orgulhoso o coronel da reserva.



Pelotão feminino da PMAM

Os primeiros passos: Disciplina e superação

Após nove meses de formação militar, as alunas foram graduadas como 3º sargento. Zeny Rebelo e Cleide Queiroz, capitães da reserva, relembram com orgulho o início da trajetória na PMAM e compartilham do mesmo espírito de superação e força que marcou a turma de 80.

“Para mim, tudo era novidade. Aprender a marchar, prestar continência, falar de forma direta... Foi uma escola totalmente diferente. Tive que me adaptar a uma rotina que exigia disciplina e responsabilidade em tudo”, recorda Zeny.

Cleide Queiroz relembra que após os primeiros anos de formação, as PMs, inicialmente, foram empregadas em ações sociais e de apoio ostensivo em aeroportos, rodoviária e escolas.

“Acompanhávamos os casos de crianças perdidas ou em situação de vulnerabilidade. Fazíamos um trabalho social, enquanto o pessoal ainda amadurecia a ideia da mulher na segurança pública”, recorda Cleide.

Zeny relembra com emoção o primeiro grande serviço da turma: a segurança do Papa João Paulo II durante visita a Manaus. “Foi nossa primeira missão. Ainda acabamos sendo abençoadas pelo Papa, nunca esqueci esse dia”, conta saudosa.

Os desafios e conquistas na carreira militar

Sandra Regina, foi a primeira mulher do Estado a alcançar o posto de coronel fechado nos quadros da PMAM, após participar de



Zeny Rebelo e Cleide Queiroz

um curso na Polícia Militar de São Paulo, que a habilitou ao oficialato.

Ela relembra que o preconceito e a necessidade constante de provar o próprio valor ainda faziam parte da rotina das pioneiras.



Sandra Regina

“Houve um tempo em que precisei provar o meu valor todos os dias. Mas eu percebia que, mesmo diante das dificuldades, havia orgulho em ver mulheres cumprindo com excelência suas fun-

seguir adiante. E destaca um momento importante na carreira, que lhe rendeu a medalha de mérito policial.

“Eu lembro que consegui prender um traficante, no bairro Cidade de Deus, co-



Nilcilene de Freitas

ções”, destacou a policial.

Entre as mulheres que fizeram história na PMAM, está a tenente da reserva Nilcilene de Freitas. Ela conta que transformou a resistência da sociedade em um combustível para

nhecido por ‘Bola’. Ganhei uma medalha de mérito policial.

Foi uma ação que a gente trabalhava na rua, uma rua muito perigosa, onde haviam muitos traficantes”, enfatizou.



Polícia Militar do Amazonas

Presença feminina na atualidade

Atualmente a Polícia Militar do Amazonas conta com 1,3 mil mulheres policiais, que ocupam postos de destaque em chefias, diretorias e unidades da corporação. Para o comandante-geral, coronel PM Klinger Paiva, as pioneiras da turma de 1980 abriram portas para que as mulheres na corporação pudessem ocupar cada vez mais espaços que antes eram exclusivamente desempenhados por homens.

“Na minha turma de formação de oficiais éramos 20 alunos e apenas três eram mulheres. Hoje temos turmas em formação com um número mais expressivo de policiais militares femininas. Atualmente, as nossas policiais ocupam espaços de comando, de liderança, em funções estratégicas e essenciais para a evolução da nossa instituição.

Tivemos, no início do meu comando, a primeira mulher como comandante do Comando de Policiamento Metropolitano (CPM), mostrando que mulheres podem liderar uma grande tropa”, disse o coronel Klinger.

A coronel Otacicleide, que comandou o CPM entre 2023 e 2024, ocupa hoje a função de diretora de Finanças da PMAM. Para ela, a turma de 1980 serve de exemplo para todas as policiais militares femininas, que não desistem diante dos desafios enfrentados em uma instituição predominantemente masculina.

“Eu tive a grata satisfação de conhecer e trabalhar com algumas das pioneiras e, até hoje, mantenho contato com as policiais da turma de 1980 que ainda moram em Ma-



Pelotão feminino da PMAM

naus. Todas as vezes que eu pensava em desistir de algum desafio, eu olhava para elas e o exemplo dessas mulheres me inspirava e motivava.

As conquistas que elas tiveram há 45 anos ainda refletem positivamente para as policiais militares da ativa”, destacou a coronel Otacicleide.

SEAP

Operação integrada realiza recambiamento de internos no interior do Amazonas

A Secretaria de Estado de Administração Penitenciária (Seap), em parceria com a Secretaria de Segurança Pública do Amazonas (SSP-AM), realizou uma operação integrada para o recambiamento de 37 internos que estavam custodiados na Delegacia do município de Envira (a 1.208 quilômetros de Manaus).

A ação contou com o apoio das Forças de Se-

gurança do Estado e teve como objetivo cumprir as determinações da Justiça, assegurando o tratamento adequado às pessoas privadas de liberdade e o cumprimento das normas legais de custódia.

Na quarta-feira (22/10), foi concluída a última etapa da operação, com a transferência de 10 internos, reforçando o compromisso da Seap com a dignidade da pessoa humana

e a eficiência na gestão penitenciária.

“Essa operação integrada reforça o compromisso do Governo do Estado em garantir a dignidade da pessoa privada de liberdade. A parceria entre a Seap e a SSP demonstra a força do trabalho conjunto em prol da dignidade da pessoa humana e do cumprimento das determinações judiciais”, destacou o secretário da Seap,

coronel Paulo Cesar.

O secretário da SSP, coronel Vinícius Almeida, também ressaltou o trabalho em conjunto entre as instituições.

“Nosso trabalho é garantir que a lei seja cumprida com segurança. Essa ação demonstra que o Estado está presente em todas as regiões, atuando de maneira responsável e integrada para manter a ordem”, disse o secretário.



Ação conjunta entre Seap e SSP-AM garantiu a transferência de 37 custodiados da Delegacia de Envira

Política

O que é a ‘Bancada Cristã’ e por que ela vem causando polêmica no Congresso

DIVULGAÇÃO

Se aprovado, agrupamento teria voz e voto no colégio de líderes da Câmara, que decide as prioridades da Casa

Os deputados aprovaram nesta quinta-feira, 22, a urgência para a resolução que cria a “Bancada Cristã” na Câmara, por 398 votos a 30. Na prática, isso significa que a proposta não precisará passar por comissões e pode ser votada em plenário a qualquer momento.

Pautar o projeto é prerrogativa do presidente Hugo Motta (Republicanos-PB), que anunciou que colocaria a urgência em votação após participar de um culto ecumênico na Casa, dizendo que o requerimento demonstra que “as bancadas evangélica e católica têm interesse em muitas pautas que são de interesse da população brasileira”.

A criação do grupo é iniciativa dos líderes das frentes parlamentares evangélica e católica, respectivamente Gilberto Nascimento (PSD-SP) e Luiz Gastão (PSD-CE). Se aprovada, o representante dessa bancada passaria a participar do colégio de líderes da Câmara, onde se decide quais projetos vão a plenário, e poderia fazer indicações de integrantes



Presidente da Câmara, Hugo Motta (ao centro), participou de culto ecumênico na Casa organizado pelas frentes parlamentares católica e evangélica

em comissões.

Para Gastão, o projeto é importante porque mais de 80% da população brasileira é cristã. “[Essa bancada não será] nem de direita, nem de esquerda. Nosso objetivo maior é que nossa cruz,

nosso Senhor Jesus Cristo, possa estar dentro desse Congresso, no nosso dia a dia e em todos os lugares dessa nação”, falou.

A iniciativa foi criticada, porém, por parlamentares de esquerda, que apontaram a necessidade de

que a Câmara – e o Estado brasileiro – sejam laicos. “Votamos contra, não porque somos contra a fé, pelo contrário, respeitamos e defendemos toda forma de crença”, disse Taliria Petrone (PSOL-RJ). “Transformar a fé em ins-

trumento institucional de poder é inconstitucional e perigoso. O Congresso não pode se transformar em púlpito”, completou.

Para Tarcísio Motta (PSOL-RJ), o requerimento é escandaloso. “[É] um privilégio concedido a uma

religião em detrimento de todas as outras, uma violação frontal ao princípio da laicidade do Estado brasileiro”, falou. “Se for preciso, recorreremos ao STF para impedir que esse retrocesso seja consolidado, caso ele seja aprovado”, disse.

■ REGRAS DE TRANSPARÊNCIA

Flávio Dino determina regras de transparência para emendas estaduais e municipais

O ministro Flávio Dino, do Supremo Tribunal Federal (STF), determinou nesta quinta-feira (23) que os legislativos estaduais e municipais adotem as mesmas regras de transparência e rastreabilidade aplicadas a emendas parlamentares federais.

De acordo com a decisão, a execução de emendas parlamentares já aprovadas por deputados estaduais e vereadores para 2026 deverá ser travada até que as assembleias e câmaras demonstrem o cumprimento das regras de transparência e rastreabilidade.

Para cumprir a determinação, serão notificados os tribunais de contas estaduais, do DF e municipais, além dos Ministérios Públicos de Contas, Procuradorias Gerais e Ministérios Públicos estaduais, para que adotem as medidas necessárias e garantam que os processos de execução das emendas estaduais e municipais sigam o modelo federal de transparência e rastreabilidade. Uma audiência também será realizada em março de 2026 para verifi-

car o avanço das medidas.

“Não faz sentido que o dever de identificar a origem e os beneficiários finais dos recursos públicos (transparência e rastreabilidade ponta a ponta) se limite ao plano federal, permitindo que os mesmos vícios, opacidade, fragmentação, ausência de planejamento e controle social, persistam nos níveis estadual, distrital e municipal. Em outras palavras, teríamos um sistema constitucional que exige transparência seletiva, apenas no ente federal, mas que tolera práticas deletérias no nível subnacional”, afirmou

o ministro na decisão.

Segundo Dino, a medida marca o início de uma nova fase no processo das emendas. Ele ressaltou que a jurisprudência do Supremo determina que o modelo federal deve ser seguido obrigatoriamente pelos entes subnacionais.

Convocado pelo ministro, a audiência desta quinta teve como objetivo avaliar os avanços na rastreabilidade das transferências especiais e esclarecer os efeitos das decisões já tomadas pela Corte, incluindo a que derrubou o chamado “orçamento secreto”.



Ministro do STF, Flávio Dino

■ DECLARAÇÃO

Lula afirma que vai disputar quarto mandato durante visita à Indonésia

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) afirmou, na madrugada desta quinta-feira (23), que pretende disputar um quarto mandato à Presidência da República.

A declaração foi feita durante discurso ao lado do presidente da Indonésia, Prabowo Subianto, em visita de Estado ao Palácio Merdeka, em Jacarta.

“Eu vou completar 80 anos, mas pode ter certeza de que eu estou com a mesma energia de quando eu tinha 30 anos de idade. E vou disputar um quarto mandato no Brasil”, disse Lula.

“Meu mandato termina no final de 2026, mas nós estamos preparados para disputar outras eleições”, completou o mandatário.

A afirmação foi feita após Lula comentar a relação bilateral entre Brasil e Indonésia e destacar que pretende aprofundar os laços comerciais e diplomáticos entre os dois países nos próximos anos.

A declaração ocorre em meio à agenda internacional do presidente pelo Sudeste Asiático. Mais cedo, Lula e o presidente indonésio assinaram uma série de acordos de coo-

peração em áreas como agricultura, mineração, energia, ciência, defesa e estatística.

A parceria estratégica entre os dois países foi destacada pelo petista como “cada vez mais relevante”.

Política externa

Durante o discurso, Lula disse que a relação entre Brasil e Indonésia deve ser “cada vez mais produtiva” e afirmou que pretende estimular investimentos pri-

vados entre os dois países.

“Queremos mais empresários brasileiros visitando a Indonésia e mais empresários da Indonésia investindo no Brasil”, afirmou o petista.

Ele também destacou que ambos os países compartilham posições semelhantes na política internacional, como a defesa do Sul Global, da reforma do Conselho de Segurança da ONU e de uma solução diplomática para a guerra em Gaza.



Declaração foi feita durante coletiva de imprensa ao lado do presidente indonésio, Prabowo Subianto

10 motivos para reduzir o uso excessivo de telas

Por Dr. Ricardo Amaral Filho

Crianças e adultos completamente abduzidos pela tela do celular é uma cena cada vez mais comum. O uso excessivo de dispositivos digitais já faz parte do cotidiano de muitas famílias.

Você sente que está sempre com o celular na mão? Nos últimos anos, telas como as de smartphones, tablets e TVs se tornaram uma constante em nossas vidas do trabalho ao lazer, da hora que acordamos até momentos antes de dormir. É comum vermos crianças pequenas hipnotizadas por vídeos, adolescentes jogando por horas e adultos checando notificações a todo instante. Embora a tecnologia traga benefícios e facilite tarefas do dia a dia, o uso excessivo pode cobrar um preço na saúde e no bem-estar. A seguir, apresentamos 10 motivos para reduzir o tempo de tela, com base em evidências científicas atuais, para que adultos e crianças reflitam sobre seus hábitos digitais.

1. Sono prejudicado e noites mal dormidas

Mexer no celular ou tablet antes de dormir atrapalha seriamente o seu sono, dispositivos eletrônicos emitem luz azul, que engana o cérebro e suprime a produção de melatonina, hormônio que nos ajuda a sentir sono e em vez de ficarmos relaxados à noite, ficamos em estado de alerta, como se ainda fosse dia. Estudos mostram que essa luz das telas atrasa em quase 90 minutos a liberação da melatonina necessária para pegar no sono. Este é o motivo de que, depois de maratonar vídeos até tarde, temos dificuldade para adormecer e acordamos cansados, especialistas recomendam desligar as telas pelo menos uma hora antes de dormir para proteger a qualidade do sono.

Priorizar um ambiente escuro e tranquilo à noite ajuda não só adultos, mas também crianças que são ainda mais vulneráveis à interferência das telas no sono.

2. Visão em risco e “vista cansada”

Horas seguidas olhando para telas podem causar cansaço visual e até problemas de visão a longo prazo. Focar em objetos próximos (como a tela do celular ou computador) por muito tempo força a musculatura dos olhos, levando a sintomas de fadiga ocular digital: visão embaçada, olhos secos e dores de cabeça são queixas comuns. Em pessoas predispostas, o excesso de tempo de tela pode agravar problemas oculares preexistentes, como glaucoma e catarata, segundo especialistas. Portanto, dar descanso aos olhos fazendo pausas a cada 20 minutos e olhando para longe e limitar o tempo contínuo em frente às telas é fundamental para manter a saúde da visão.

3. Concentração e foco comprometidos

Notou dificuldade de se concentrar em uma leitura longa ou de terminar uma tarefa sem olhar o celular? O uso exagerado de telas pode estar minando nossa atenção, à avalanche de estímulos rápi-



Dr. Ricardo Amaral Filho - Mestre em Educação e Saúde, Médico de Família e Comunidade, especialista em Medicina do Exercício e do Esporte

dos notificações pipocando, troca frenética de vídeos e multitarefas digitais acostuma o cérebro a se dispersar com facilidade. Pesquisas recentes ligam o tempo de tela excessivo a prejuízos nas funções cognitivas: atenção, memória e aprendizagem ficam comprometidas com a sobrecarga digital. Um estudo de 2022 chegou a apelidar esse fenômeno de “demência digital”, pela forma como afeta negativamente a capacidade de concentração, o controle dos impulsos e até a regulação das emoções. Em crianças e adolescentes, os efeitos são ainda mais evidentes: excesso de dispositivos está associado a déficits de atenção e desempenho escolar mais fraco.

Reduzir o tempo online e fazer uma coisa de cada vez pode ajudar seu cérebro a recuperar o “fôlego” e o foco.

4. Relações humanas prejudicadas

Mesmo juntos, cada um isolado em sua tela: o uso excessivo de celulares pode esfriar relações familiares e de amizade.

Quantas vezes você já conversou com alguém que não largava o telefone, ou talvez se pegou ignorando um amigo porque estava rolando o feed de notícias? O tempo de tela em excesso pode enfraquecer os laços sociais. Quando preferimos olhar para a tela em vez de interagir com quem está ao nosso lado, acabamos nos desconectando das pessoas importantes. Pesquisas da área de saúde mostram que reduzir o uso de dispositivos libera mais tempo para se conectar de verdade com a família e os amigos, fortalecendo nossas relações. Pais distraídos no celular, por exemplo, fazem as crianças se sentirem negligenciadas muitas até “competem” com o smartphone pela atenção dos adultos. Crianças que ficaram apenas cinco dias sem dispositivos tiveram melhora na capacidade de reconhecer emoções e sinais sociais, em comparação àquelas sempre conectadas. Ou seja, menos tela e mais conversa olho no olho resultam em melhores habilidades sociais e vínculos mais fortes.

A vida real não acontece nas telas! Devemos valorizar os momentos!

5. Dopamina e o ciclo viciante do digital

Aplicativos, jogos e redes sociais são projetados para prender nossa atenção e conseguem isso acionando mecanismos de recompensa do cérebro. Cada curtida que recebemos ou fase de jogo que passamos libera dopamina, um neurotransmissor associado à sensação de prazer e bem-estar, a questão é que, com estímulos constantes, esse circuito de dopamina acaba ficando “viciado”: passamos a desejar checar o celular sem parar, em busca de mais recompensas digitais (seja a próxima notificação ou um novo vídeo). Estudos indicam que quando essas vias de recompensa são usadas em excesso, elas se tornam menos responsivas, fazendo com que a pessoa precise de estímulos cada vez maiores para sentir o mesmo prazer. É um ciclo perigoso parecido com outros tipos de dependência. Sinais de vício digital incluem ansiedade ou irritação quando estamos longe do aparelho e a dificuldade de controlar o tempo gasto online. Por isso, reduzir o uso de telas pode ajudar a “reconfigurar” o cérebro, recuperando a sensibilidade natural às atividades simples e prazeres fora do mundo virtual.

6. Ansiedade e saúde mental em alerta

O excesso de tempo online também está ligado a um aumento da ansiedade e outros transtornos mentais. A constante avalanche de informações, notificações e cobranças das redes sociais nos deixa mentalmente exaustos e tensos. Além disso, nas redes todos parecem felizes e bem-sucedidos, o que leva muitos a sentirem um medo de estar por fora das novidades ou de não atingir esse padrão fenômeno conhecido como FOMO (fear of missing out). Não é só impressão: estudos populacionais mostram que quem passa muitas horas nas redes sociais tende a relatar mais sintomas de ansiedade e depressão. Um levantamento recente no Brasil revelou um dado preocupante: entre os que usam redes sociais 3 horas ou mais por dia, 43,5% foram diagnosticados com ansiedade ou seja, quase metade dos que usam em excesso sofre

desse mal, contra uma minoria daqueles que usam pouco. Os motivos vão desde comparações sociais negativas até cyberbullying e isolamento. Se você sente seu coração acelerar cada vez que chega uma notificação, ou fica angustiado quando está longe do celular, é hora de reavaliar seus hábitos digitais. Menos tempo de tela significa menos gatilhos estressantes e mais tranquilidade para a mente.

7. Sedentarismo e problemas de saúde física

Ficar longos períodos diante das telas geralmente significa ficar parado seja no sofá assistindo a vídeos, seja sentado diante do computador. Esse sedentarismo traz impactos sérios para a saúde do corpo. Tempo excessivo de tela costuma vir nos momentos que seria de gasto em atividades físicas. Estimativas apontam que cerca de 5 milhões de mortes por ano no mundo estão ligadas à inatividade física.

8. Má postura e dores corporais

Cabeça inclinada para baixo, coluna curvada, ombros tensionados: a postura típica de quem passa horas ao celular ou computador pode render muitos problemas. O chamado “pescoço de texto” (do inglês textneck) é aquela dor e rigidez no pescoço causada por ficar olhando para baixo na tela por muito tempo. Uso excessivo das telas pode provocar má postura, tensão muscular e dores nas costas e cabeça, mesmo em pessoas jovens.

Manter-se por horas sentado ou deitado de forma inadequada, vidrado em um jogo ou rede social, sobrecarrega a coluna vertebral. Com o passar do tempo, podem surgir desvios posturais como hiper cifose (corcunda) e dores crônicas no pescoço, nos ombros e lombar. Crianças e adolescentes, que ainda estão em fase de crescimento, também correm risco de desenvolver problemas ortopédicos precocemente devido a posturas erradas diante das telas.

9. Queda de produtividade e desempenho

O hábito de checar o celular a todo momento não atrapalha só os estudos das crianças afeta também a produtividade no trabalho e nas tarefas diárias

de qualquer pessoa.

Cada vez que interrompemos o que estamos fazendo para olhar notificações ou dar “só uma espiadinha” nas redes, perdemos foco e tempo para retomar a atividade original.

Em ambientes de aprendizagem, o impacto é evidente: uma avaliação internacional (PISA) revelou que alunos que usam dispositivos digitais por 5 a 7 horas por dia na escola tiveram desempenho muito inferior em matemática em comparação com aqueles que os utilizavam por apenas ~1 hora, cerca de 65% dos estudantes admitiram se distrair na aula por causa do celular ou outros eletrônicos no Brasil esse percentual chegou a 80%, as telas viraram a principal concorrente da atenção dos alunos, prejudicando não só quem usa mas também os colegas ao redor. No trabalho, as “puladinhas” constantes para responder mensagens ou navegar na internet também podem levar a prazos perdidos e queda na qualidade das entregas. Desligar as notificações e estabelecer momentos específicos para checar o telefone são estratégias que podem melhorar muito sua concentração e rendimento. Lembre-se: multitarefa é um mito para fazer bem feito e mais rápido, o ideal é focar em uma coisa de cada vez, sem as distrações digitais.

10. Comparação social e autoestima abalada

Nas redes sociais, todo mundo parece levar uma vida perfeita isso pode nos fazer sentir péssimos sobre nós mesmos. Ver constantemente fotos e posts de pessoas “sempre felizes, bonitas e bem-sucedidas” estimula a comparação social, geralmente injusta, que corrói nossa autoestima. Sem perceber, muitos começam a medir a própria vida pelos destaques da vida alheia filtrados nas redes, gerando sentimentos de inadequação, inveja e tristeza. Estudos associam o uso excessivo de redes sociais a problemas de autoimagem ou seja, a pessoa passa a ter uma percepção mais negativa do próprio corpo e valor, há também ligação com maior exposição a cyberbullying e aquela ansiedade de sentir que ficou de fora das novidades.

A boa notícia é que esses efeitos podem ser revertidos: uma pesquisa mostrou que mulheres que fizeram uma pausa de apenas uma semana nas redes sociais tiveram melhora significativa na autoestima e na imagem corporal, diminuir as comparações virtuais ajudou essas pessoas a se sentirem melhor consigo mesmas. Desconectar um pouco nos permite valorizar mais a própria realidade com suas imperfeições normais em vez de buscar um padrão impossível. Sua saúde mental agradece!

Os riscos do uso excessivo de telas vão desde problemas físicos, como distúrbios de sono, sedentarismo e dores, até impactos mentais e sociais, como ansiedade e isolamento. Isso não significa demonizar a tecnologia ela é parte importante da vida moderna e traz inúmeras facilidades. A questão central é o equilíbrio.

Depois de conhecer esses 10 motivos, vale a pena perguntar: o tempo que passo nas

telas está me fazendo bem ou mal? Identificar exageros é o primeiro passo para mudar hábitos. Reduzir o tempo de tela pode parecer desafiador num mundo hiperconectado, mas é totalmente possível e os benefícios são reais: noites de sono melhores, mente mais tranquila, corpo mais saudável e relações mais próximas. Que tal fazer um teste?

Desafie a família toda a repensar a rotina digital e adotar pequenas mudanças. A seguir, trazemos algumas dicas práticas para ajudar nessa missão de equilibrar o virtual e o real.

8 Dicas para reduzir o tempo de tela

1- Estabeleça “zonas livres” de dispositivos: Defina momentos ou lugares em casa onde o uso de telas é proibido, nada de celular durante as refeições em família ou na hora de dormir. Assim todos conversam mais e dormem melhor sem aluz azul por perto.

2- Desligue notificações não essenciais: Aqueles alertas sonoros e pop-ups de redes sociais, jogos e apps de mensagem nos fisgam o tempo todo. Silencie o que não for urgente. Sem a tentação constante no visor, fica mais fácil esquecer do celular por um tempo.

3- Use ferramentas de bem-estar digital: Muitos smartphones têm recursos que monitoram e limitam o tempo de uso de aplicativos (como o Bem-estar Digital no Android ou Tempo de Uso no iPhone). Apps como o Forest ou ScreenZen também “gamificam” o foco, ajudando você a ficar longe do aparelho quando precisa estudar ou trabalhar.

4- Priorize atividades físicas e hobbies offline: Preencha o tempo livre com algo longe das telas. Vale passear com o cachorro, andar de bicicleta, brincar ao ar livre, ler um livro de papel, desenhar, tocar um instrumento, cozinhar em família.

5- Crie uma rotina relaxante antes de dormir: Substitua o hábito de ficar no celular à noite por outras formas de desacelerar tomar um banho morno, ouvir música calma, fazer alongamentos ou ler algumas páginas de um livro.

6- Deixe o telefone carregando fora do quarto, se possível. Isso sinaliza ao seu cérebro que é hora de descansar, melhorando a qualidade do sono.

7- Dê o exemplo e busque apoio: No caso das crianças, combine horários de uso de tela e cumpra junto com elas crianças aprendem muito observando os adultos.

8- Proponha atividades em família (um jogo de tabuleiro, cozinhar juntos) para que todos desacomodem de recorrer à tela por tédio.

Se sentir muita dificuldade em se desconectar ou notar sintomas de dependência (como ansiedade intensa sem o celular), não tenha vergonha de buscar ajuda profissional.

Muitas pessoas já passam por isso e aprenderam a estabelecer uma relação mais saudável com a tecnologia.

Lembre-se: o objetivo não é abolir as telas, e sim usar a tecnologia de forma consciente, aproveitando o melhor que ela oferece sem abrir mão da sua saúde e dos momentos inesquecíveis da vida real.



SÉRGIO FROTA & EDILANE FROTA

@sergiopromoter sergiofrotacolunista@gmail.com





Comunicação TCE-AM

DIVULGAÇÃO



A homenagem ao ministro do STJ, Luiz Gurgel de Faria, na ALEAM foi conduzida pelo presidente da casa legislativa, deputado Roberto Cidade, um dos autores da propositura, na foto a presidente do TCE - AM, conselheira Yara Amazônia Lins e o ministro do STJ, Luiz Gurgel de Faria



Durante a celebração de 45 anos do Centro Educacional Pinocchio, no Teatro Manauara. Na foto professora Nelly Falcão de Souza e Aline Rocha



Pedro Câmara, Nelly Falcão de Souza e Victoria Cardoso



Pedro Câmara, Geraldo Pio de Souza e Victoria Cardoso

Celebração dos 30 ANOS DA COLUNA SÉRGIO FROTA E DO PROGRAMA PROMOTER

28.NOVEMBRO SEXTA ÀS 20h

Local: Morada Buffet



PRÊMIO MELHORES DO ANO

MAIS QUE UM PRÊMIO, UM RECONHECIMENTO DE EXCELENCIA O TALENTO VIRA DESTAQUE E A DEDICAÇÃO, TROFÉU!

INFORMAÇÕES E RESERVAS: 98443-1228

PRÊMIO MELHORES DO ANO

O colunista, apresentador e multimídia Sérgio Frota, estará celebrando os 30 anos da Coluna Sérgio Frota, com Edilane Frota, atualmente publicada no Jornal Vanguarda do Norte, e também celebrando os 30 anos do Programa Promoter, atualmente exibido na TV Norte Amazonas - afiliada do SBT. Na ocasião estará sendo realizado a 20ª edição da entrega do Prêmio Melhores do Ano, aos destaques de 2025. Estaremos homenageando profissionais de todas as áreas, que fazem a diferença na Amazonas e no Brasil. Para coroar o evento faremos realizar um elegante jantar, dia 28.11, nos salões do Morada Buffet - Morada do Sol. Os homenageados terão uma extensa divulgação em nossas mídias escrita, falada, televisivas e redes sociais. O evento será coordenador por Edilane Frota. Informações e reservas 92 98443 1228.

Confira a pré-relação dos homenageados:

Juíza Lídia de Abreu Carvalho, Advogado Associados Oliveira & Wang, juiz Fabrício Marques, juíza Giselle Falcone Medina, Conselheiro do TCE - AM Érico Desterro, professora Nelly Falcão, desembargador Flávio Pascarelli, doutora, advogada e professora Adriana Almeida Lima, juíza Maria Eunice Torres dos Nascimento, Tabelião Juliana Sá Fioretti, advogada Caroline Ribeiro Frota Moreira, escritor Rômulo Sena, desembargador Yêdo Simões, empresário Walter Montezuma Affonso Jr, advogada, contadora e administradora Dagmar Lyra, advogada Marly Capote, Luiz Otavio Neves, presidente do Jornal Vanguarda do Norte, contador MBA e Planejar e Gestão Tributária Aldemario Ribeiro Cruz Júnior, Professor e escritor Bosquinho Poeta, CEO da Stone Ativos, Rafael Frank Sidra Stone, diretor da Escola de Direito da UEA e Advogado, Alcian Pereira de Souza, Engenheiro Civil, Perito Judicial e Advogado, Allan Almeida dos Reis, contadora, diretora da Adm. Financeira e Contabeil da Fundação Boas Novas e diretora da ACA, Maria da Paz Nunes, empresário, mentor e apresentador da Band, Leocádio Lopes, professor e advogado doutor Denison Melo de Aguiar, empresário e engenheiro, doutorando em Ciências Empresariais e Sociais, Sidarta Gadelha, engenheiro civil, secretário executivo de Estado de Saúde, Silvio Romano Benjamin, advogado Aldemiro



Engenheiro Civil e Secretário Executivo da Secretaria de Estado de Saúde, Silvio Romano Benjamin, será homenageado com Prêmio Melhores do Ano 2025, durante a celebração dos 30 anos ininterruptos da Coluna Sérgio Frota e do Programa Promoter, no Morada Buffet



O presidente da OAB - AM, Jean Cleuter Simões Mendonça, será homenageado com Prêmio Melhores do Ano 2025, durante a celebração dos 30 anos ininterruptos da Coluna Sérgio Frota e do Programa Promoter, no Morada Buffet



Professor Dr. Waldemar Navis do Amaral e professor Gilson José Corrêa

O amazonenses professor Gilson José Corrêa, é o novo membro da Academia Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, na cadeira número 26, a posse ocorreu na quinta (16.10), durante a Sessão Solene realizada na abertura oficial do 29 Congresso Brasileiro de Ultrassonografia, no Centro de Convenções Frei Caneca, em São Paulo



Advogada, contadora e administradora Dagmar Lyra, encontra-se em Orlando, em uma missão especial, representando a Faculdade Florida Christian University, em parceria com a Febracis, durante o congresso realizado nesta instituição



Completamente repaginado o tradicional Atlético Rio Negro Clube, retorna a cena social de Manaus, como Rio Negro Convenções e Eventos, na foto Marília Aziz, uma das gestoras do Rio Negro Convenções e Evento com marido Murad Abdel Aziz

Economia

Dólar
Variação
-0,2%

COMPRA
5,386
VENDA
5,387
Valores em R\$

Euro
Variação
-0,12%

COMPRA
6,256
VENDA
6,257
Valores em R\$

Ouro 716,24
Bitcoin 593.370,00
B3 +0,59%
Pontos 145.720,98

Idam celebra o aniversário de Manaus e o trabalho realizado junto aos mais de 1,4 mil agricultores familiares da capital

FOTOS: DIVULGAÇÃO

Desde 2019, o instituto viabilizou a liberação de R\$ 4,9 milhões em crédito rural

A cidade de Manaus completa nesta sexta-feira (24/10) 356 anos e, em meio às celebrações, o Instituto de Desenvolvimento Agropecuário e Florestal Sustentável do Estado do Amazonas (Idam) destaca o trabalho realizado junto aos agricultores familiares e pescadores da zona rural de Manaus, que inclui cerca de 1,4 mil trabalhadores rurais atuando principalmente nas culturas da mandioca, hortaliças, banana, citrus, pitaya, piscicultura e pesca artesanal. “O Idam hoje conta com duas unidades locais (Unloc) para atender ao seu público manauara, uma na barreira e outra na zona leste, esta última inaugurada em 2023. Dessa forma, podemos desenvolver os serviços de Assistência Técnica e Extensão Rural (Ater) a um público maior e mais diverso de agricultores familiares e pescadores”, ressaltou a diretora-presidente do instituto, Eliane Ferreira.

O resultado da atuação do Idam se observa nos números: desde 2019, a equipe técnica viabilizou na capital o total de R\$ 4.920.040,95 em crédito rural, por meio da elaboração de 176 projetos de crédito. Neste mesmo período, foram realizadas, em Manaus, 2.230 novas inscrições do Cartão do Produtor Primário (CPP) e 4.150 renovações do documento, o que é essencial para assegurar benefícios e direitos exclusivos do produtor rural.

O atendimento das popu-



Idam destaca o trabalho realizado junto aos agricultores familiares e pescadores da zona rural de Manaus

lações rurais de Manaus não se restringe à elaboração de projetos de crédito rural e emissão de documentos rurais. Em 2024, o Idam registrou 902 visitas técnicas, 21 cursos de capacitação e 44 atendimentos a agricultores familiares e pescadores da zona rural da capital.

As atividades visam à conscientização, educação e capacitação dos produto-

res em boas práticas e novas tecnologias de cultivo e criação de animais, bem como noções de associativismo e cooperativismo.

“Nesta data de comemoração, o Idam reforça sua dedicação em continuar a atender os produtores rurais manauaras que abastecem nossas mesas e mercados, desenvolvendo nossos serviços de forma gratuita e com

técnicos capacitados”, concluiu a diretora-presidente.

Apoio às organizações de produtores

Desde 2019, a Gerência de Organizações Rurais e Participação (GEORP) vem desenvolvendo um conjunto de ações voltadas ao fortalecimento das organizações de produtores rurais de Manaus, abrangendo ca-

pacitações, regularizações documentais, fundação de organizações informais e apoio na inscrição em editais de chamadas públicas. Estima-se que aproximadamente 6,3 mil famílias foram beneficiadas direta ou indiretamente pelas ações.

O trabalho resultou na contemplação de diversas organizações em editais de chamadas públicas, fortale-

cendo o acesso a políticas públicas voltadas para associações e cooperativas.

Os projetos aprovados possibilitaram a aquisição de equipamentos e bens essenciais à produção e ao escoamento da produção rural, incluindo veículos, triciclos, motocultivadores, roçadeiras e tratorito, totalizando aproximadamente R\$ 230 mil em investimentos.

APOSTAS

Arrecadação federal com apostas sobe mais de 16.000% em setembro

Com a tributação de casas de apostas, a Receita Federal arrecadou R\$ 1,2 bilhão em setembro. O resultado representa uma alta de 16.099% em comparação ao mesmo mês de 2024, quando R\$ 7 milhões foram arrecadados.

O mercado regulado de apostas entrou em vigor em sua totalidade em janeiro de 2025. Desde então, somente as empresas devidamente autorizadas pelo Ministério da Fazenda estão

aptas a operar legalmente no Brasil. No acumulado do ano, a arrecadação com jogos de azar e apostas subiu 17.962% em relação ao mesmo período de 2024. De janeiro a setembro, somou R\$ 6,8 bilhões.

A arrecadação obtida com a tributação de casas de apostas está vinculada à alíquota de 12% aplicada sobre a receita bruta dos jogos. Em junho, o governo federal publicou uma MP (medida provisória) que elevava a

alíquota para 18%, mas a medida perdeu a validade.

“A mudança legislativa foi significativa. Como a comparação foi com um período que não tinha regulamentação, por isso esse número [16.000%] cresce. Fica esquisito porque é extraordinário, mas é porque antes não tinha regulamentação das casas de apostas”, disse o chefe do Centro de Estudos Tributários e Aduaneiros da Receita Federal, auditor fiscal Claudemir Malaquias.

CAIXA ECONÔMICA FEDERAL

Caixa criará fundo imobiliário para capitalizar Correios, diz presidente

O presidente da Caixa Econômica Federal, Carlos Vieira, afirmou que o banco criará um fundo imobiliário para capitalizar os Correios – estatal que passa por plano de reestruturação financeira em meio a prejuízos. A declaração aconteceu em entrevista à Folha de S. Paulo. “Só de imóveis, os Correios têm mais de R\$ 5,5 bilhões [...] A ideia é fazer um fundo imobiliário. Você pega o bem físico e coloca no fundo,

o investidor vai lá e eu alugo aquele bem”, disse.

“Os Correios têm condições de fazer isso, uma série de imóveis são operacionais. Então eu capitalizo os Correios também com essa medida, e esses imóveis passariam a um fundo. O retorno médio de aluguel, pelo menos em Brasília, é de algo em torno de 0,4% do valor do imóvel”, completou.

Na prática, a ideia é criar um fundo imobiliário, com refe-

rência nos imóveis da estatal. A partir disso, seria possível captar dinheiro de investidores e refrescar o caixa da estatal. O valor de aluguel pagaria a estes investidores. O programa de reestruturação do equilíbrio financeiro terá três eixos: corte de despesas, diversificação de receitas e recuperação da saúde financeira dos Correios – que contempla empréstimo com bancos, este fundo imobiliário e outras medidas.



DIVULGAÇÃO

No mês passado, a Receita Federal arrecadou R\$ 1,2 bilhão com a tributação de jogos de azar



CORREIOS/DIVULGAÇÃO

Estatal de serviço postal tem mais de R\$ 5,5 bilhões em imóveis, que poderiam ser utilizados na operação

“Não é escolha, é sobrevivência”:

COP30 lança apelo por adaptação climática

REUTERS/ANDERSON COELHO

Na oitava carta da presidência da COP30, divulgada às vésperas da conferência em Belém, André Corrêa do Lago afirma que a humanidade entrou na “era das consequências” e defende que a adaptação climática seja vista como o próximo passo da evolução humana.

A presidência da COP30 divulgou, nesta quinta-feira (23), a oitava carta da conferência das Nações Unidas sobre Mudança do Clima, dedicada à adaptação climática. No texto, o presidente designado da cúpula, André Corrêa do Lago, afirma que o mundo vive a transição da “era dos alertas” para a “era das consequências” e que a adaptação deve ser tratada “não como escolha, mas como parte da sobrevivência humana”.

Segundo Corrêa do Lago, a adaptação é “o próximo passo da evolução humana” e deve ocupar papel central nas negociações de Belém.

Ele compara o desafio climático à própria trajetória da espécie humana: “A sobrevivência nunca pertenceu apenas aos mais fortes, mas aos mais cooperativos.”

O embaixador também defende que a cooperação internacional determine se a humanidade “evoluirá



Vista da floresta amazônica em Belém

não apenas para sobreviver, mas para se tornar sua melhor versão – lastreada em dignidade, justiça e solidariedade.”

A carta introduz um novo alerta, classificado pelo presidente da COP30 como “um precedente perigoso na evolução humana”: o risco de um futuro em que “os ricos se isolam atrás de muros resilientes ao clima enquanto os pobres permanecem expostos”.

Investimentos como política econômica

Com base em dados recentes do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), a carta aponta que 1,1 bilhão de pessoas vivem em pobreza multidimensional aguda, sendo 887 milhões em regiões que já enfrentam grandes riscos climáticos.

“Sem adaptação, a mudança do clima se torna um

multiplicador da pobreza”, escreveu Corrêa do Lago.

O texto também chama atenção para o subfinanciamento para projetos de adaptação, que representa menos de um terço dos recursos climáticos globais.

O presidente da COP30 propõe que os investimentos nessa área sejam tratados “não como assistência, mas como política econômica”, e que o financiamento para adaptação “precisa

ir além de dobrar, podendo até triplicar” para atender às necessidades dos países em desenvolvimento.

Segundo Corrêa do Lago, a COP30 deve consolidar a adaptação como eixo central das negociações e gerar resultados concretos em quatro frentes: ampliar a implementação dos Planos Nacionais de Adaptação, concluir a avaliação de progresso desses planos, reduzir a lacuna de

financiamento e operacionalizar o Objetivo Global de Adaptação com indicadores mensuráveis.

O documento ainda reiterou que 144 países em desenvolvimento já iniciaram seus planos nacionais de adaptação, sendo 67 deles com documentos submetidos oficialmente à Convenção do Clima. Corrêa do Lago convida os demais a aderirem ao esforço coletivo.

TRIBUNAL DE JUSTIÇA DE SÃO PAULO

Justiça de SP suspende aborto legal após remoção de camisinha sem acordo

O Tribunal de Justiça de São Paulo (TJSP) determinou a suspensão do aborto legal realizado em caso de gravidez após remoção do preservativo sem consentimento. A decisão é assinada pelo desembargador Borelli Thomaz, da 13ª Câmara de Direito Público, e cabe recurso.

Em março, a Bancada Feminina do PSOL moveu uma ação popular contra hospitais de São Paulo que se recusavam a realizar o procedimento nessa situação, conhecida como “stealthling”.

A liminar da 1ª instância, assinada pela juíza Luiza Barros Rozas Verotti, em março, determinava que os hospitais autorizados eram obrigados a fazer o aborto legal em casos stealthling.

A magistrada concluiu que é dever do Estado prestar assistência integral à mulher em situação de gravidez decorrente de violência sexual, por meio de um atendimento emergencial, integral e multidisciplinar em todos os hospitais integrantes da rede do Sistema Único de Saúde (SUS). O Centro de Re-

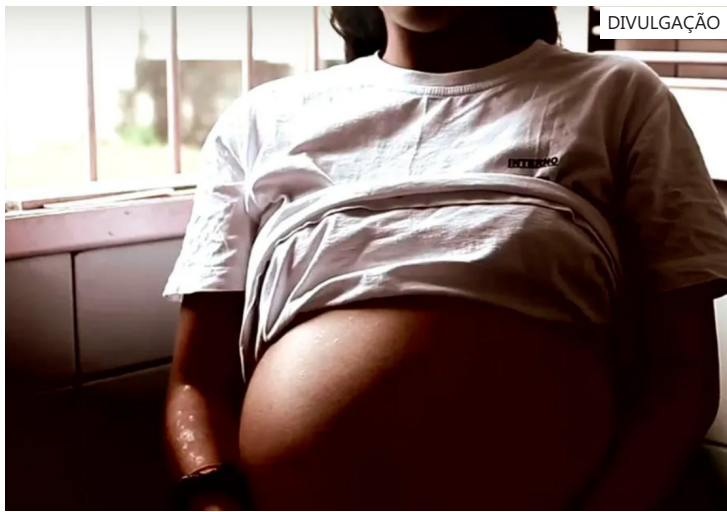
ferência da Saúde da Mulher, do governo estadual, realizava a terminação da gravidez de forma legal nesses casos.

O ato de retirar o preservativo sem autorização é considerado um crime pelo artigo 215 do Código Penal desde 2009, a pena é de 2 a 6 anos.

“Ter conjunção carnal ou praticar outro ato libidinoso com alguém, mediante fraude ou outro meio que impeça ou dificulte a livre manifestação

de vontade da vítima”.

Na decisão de segunda-feira (20), o desembargador afirmou que não há base legal que equipare “stealthling” a estupro para determinação de aborto legal. Ainda de acordo com Borelli Thomaz, uma ação popular não deve ser utilizada para obrigar o poder público a cumprir esse tipo de decisão, uma vez que essa modalidade de ação é para combater atos lesivos ao patrimônio público.



DIVULGAÇÃO

Decisão do Desembargador Borelli Thomaz, da 13ª Câmara de Direito Público, afirma que não há base legal para equiparar “stealthling” a estupro

IBGE

IBGE anuncia processo seletivo com quase 10 mil vagas

O IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística) anunciou o PSS (Processo Seletivo Simplificado) que contratará 9.580 profissionais temporários, visando reforçar a capacidade operacional e garantir a continuidade das pesquisas estatísticas e geográficas em todo o país.

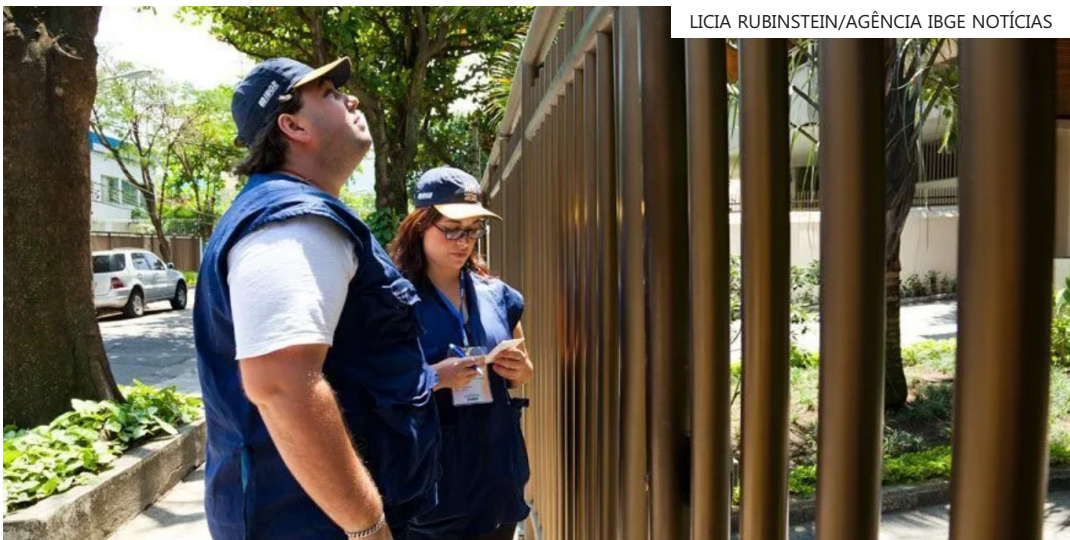
O próximo PSS ofertará um total de 9.580 vagas,

distribuídas entre as funções de agente de pesquisas e mapeamento (APM): 8.480 vagas e supervisor de coleta e qualidade (SCQ): 1.100 vagas.

A previsão é que os editais sejam publicados em novembro de 2025, com as provas agendadas para janeiro de 2026. A divulgação do resultado final está prevista para março do mesmo ano.

O presidente do IBGE, Marcio Pochmann, ressaltou a importância estratégica do novo processo. “O PSS para temporários é fundamental para o funcionamento das pesquisas estatísticas e geográficas do país.

Ele permite a contratação de profissionais que atuam na coleta de dados atualizados e de alcance nacional”, afirmou.



LICIA RUBINSTEIN/AGÊNCIA IBGE NOTÍCIAS

Publicação do edital está prevista para novembro; aplicação das provas acontece em janeiro de 2026

Mundo

Na Indonésia, presidente Lula reafirma metas da COP30 e critica unilateralismo

Presidente discursou em Fórum Empresarial nesta quinta-feira (23); governo brasileiro mapeia oportunidades com o objetivo de fortalecer relações e ampliar comércio no país asiático

O presidente Luiz Inácio Lula da Silva (PT) declarou nesta quinta-feira (23) que o Brasil se opõe a medidas unilaterais e reafirmou as metas da COP30 que será realizada em Belém do Pará, em novembro. “Como a Indonésia, o Brasil se opõe a medidas unilaterais e coercitivas que distorcem o comércio e limitam a integração econômica. É o setor privado, com parcerias e projetos conjuntos, que transformará nossa afinidade diplomática em prosperidade compartilhada para nossas sociedades”, disse Lula. Segundo o presidente, “Indonésia e Brasil seguirão parceiros na construção de um futuro compartilhado de cooperação, desenvolvimento e justiça social.”

O discurso ocorreu durante o Fórum Empresarial Indonésia-Brasil, em Jacarta, onde Lula realiza uma visita de Estado. O presidente também enfatizou que faltam menos de 20 dias para o início da COP30 e frisou que a quadruplicação do uso de combustíveis sustentáveis é “uma das propostas que serão levadas à cúpula”. “Vamos mostrar que é possível promover o desenvolvimento, enfrentar a mudança do clima e proteger as florestas



Presidente Lula e o presidente da Indonésia, Prabowo Subianto

tropicais e sua rica biodiversidade”, expressou ele. Lula afirmou que o Brasil “está recuperando 40 milhões de hectares de terras degradadas”. “Ao sediar a COP-30 no coração da Amazônia, o Brasil quer mostrar que não há como preservar a natureza sem cuidar das pessoas. O apoio da Indonésia ao Fundo Florestas Tropicais para Sempre tem sido fun-

damental para seu lançamento em Belém”, acrescentou o presidente.

Visita de Estado Como parte da agenda, o líder brasileiro se reuniu com o presidente indonésio Prabowo Subianto. Na ocasião, os dois assinaram atos e memorandos de cooperação entre os países. O governo brasileiro mapeia oportunidades com o objetivo de

fortalecer relações e ampliar o comércio no país asiático. Lula está no país como parte de uma visita de Estado de quatro dias ao Sudeste Asiático. O presidente se encontrará com o secretário-geral da Asean (Associação de Nações do Sudeste Asiático) para discutir “prioridades” na relação entre o Brasil e a organização. Depois, ele viajará para a Malásia, na sexta-feira (24),

onde participará da Cúpula da Asean em Kuala Lumpur. No país, Lula também terá uma série de encontros com autoridades e empresários. A comitiva oficial do presidente é integrada pelos ministros Mauro Vieira (Relações Exteriores), Carlos Fávaro (Agricultura e Pecuária), Alexandre Silveira (Minas e Energia) e Luciana Santos (Ciência, Tecnologia e Inovação) e pelo presidente do Banco

Central, Gabriel Galípolo. Segundo a apuração, Lula deve encontrar o presidente dos Estados Unidos, Donald Trump, no domingo (26), na Malásia. O encontro vem sendo articulado há semanas por integrantes dos governos do Brasil e dos EUA, desde que os dois chefes de Estado se encontraram brevemente durante a Assembleia Geral da ONU, em Nova York.

VATICANO

Rei Charles III se torna o primeiro chefe da Igreja da Inglaterra a rezar publicamente com o Papa

O rei Charles III tornou-se nesta quinta-feira (23/10) o primeiro líder da Igreja da Inglaterra a rezar publicamente com um papa na história. A cerimônia aconteceu no Vaticano durante a visita oficial do monarca britânico e da rainha Camila ao Papa Leão XIV. O momento histórico durou pouco menos de 15 minutos na Capela Sistina, no Vaticano. Sob o famoso teto da capela, pintado por Michelangelo, a cerimônia reuniu clérigos e corais tanto da Igreja Católica Romana

quanto da Igreja da Inglaterra, da qual o rei é o líder supremo. A visita é considerada um importante símbolo de reconciliação, em uma viagem que também marca o primeiro encontro entre o rei e o novo papa, nascido nos Estados Unidos. Antes do culto na Capela Sistina, o rei e a rainha tiveram uma audiência privada com o papa. Houve também uma troca de presentes. O rei presenteou o papa com uma grande fotografia de prata e um ícone de

Santo Eduardo, o Confessor, um rei anglo-saxão da Inglaterra conhecido por ser dedicado às suas preces. Em troca, o papa presenteou o rei com uma versão em escala reduzida do mosaico “Cristo Pantocrator”, de uma catedral na Sicília, que foi feito no Vaticano. A visita de Estado ao Vaticano foi remarcada depois que a anterior havia sido adiada devido à saúde debilitada do papa Francisco, antecessor de Leão.



Papa Leão XIV e rei Charles III

EUA

Trump diz que EUA não vão parar até “erradicarem ameaça” dos cartéis

O presidente dos Estados Unidos, Donald Trump, disse nesta quinta-feira (23) que seu governo não vai parar até que a ameaça dos cartéis de drogas seja “total e completamente erradicada”. “Sob o governo Trump, estamos finalmente tratando os cartéis como a principal ameaça à segurança nacional, o que eles realmente são. Os cartéis estão travando uma guerra contra os Estados Unidos e, como prometi na campanha, estamos travando uma guerra contra eles como nunca antes”, comentou. “Governos anteriores tentaram mitigar essa ameaça e nosso objetivo é eliminá-la. Não estamos mitigando, estamos eliminando”, adicionou. Em outro momento do pronunciamento, o presidente afirmou que os cartéis são o “Estado Islâmico do hemisfério ocidental”. “Deveria ser claro agora para o mundo inteiro que os cartéis são o Estado Islâmico do hemisfério ocidental. Além de sua violência monstruosa, como cortar cabeças, queimar inimigos

vivos e queimar pessoas inocentes vivas também, a propósito”, comentou. Nesta quinta, o secretário de Defesa americano já havia chamado os cartéis de “Al-Qaeda do nosso hemisfério”, prometendo matar seus integrantes. Isso ocorre em meio ao aumento da tensão entre os dois países, após o envio de navios de guerra americanos para o Caribe. Os Estados Unidos dizem ser parte de uma campanha

de combate ao narcotráfico, mas a Venezuela teme que seja, na verdade, para uma mudança de regime. Nas últimas semanas, os EUA realizaram vários ataques letais contra barcos na costa caribenha que, segundo eles, traficavam narcóticos. Na quarta-feira (22), Nicolás Maduro afirmou que seu país mobilizou 5 mil mísseis antiaéreos Igla-S de fabricação russa em “posições-chave de defesa aérea”.



Presidente americano falou que cartéis estão travando guerra com o país



Maza Lopes

Maza Said Lopes

mazalopes@aol.com

@mazalopes



Eraldo e Fernanda Teles



Arlete, Bellinha e Eraldo Teles

MÃOS QUE SALVAM



Juliana e Felipe Teles, Max e Luciana Dunham



Os Lima, Silvana, Oséias e Horonita



Leda Teixeira e Marcos Coeira



Alexandro e Flávia Alves



Jiya Parvani e Raquel Farah



Koca e Eliamara Teles

...que acolhe, que ajudam, que dividem, ou melhor, que multiplicam amor, solidariedade, o tempo de fazer o bem às crianças e adolescentes com necessidades especiais. Assim, agem os bem feitos da Associação Mãos que Salvam...no sábado passado os filantropos promoveram a primeira feijoada, de muitas que virão, no Hotel Da Vinci para mostrar e provar o propósito além, de converterem muitos novos adeptos à graça de ajudar crianças e adolescentes beneficiados com o coração e as mãos de gente generosa e agradecida a DEUS. Ah! Para adesão os amigos tocavam o sino, foi emocionante e foi barulho!



Rafael, Mª Júlia e Érika Fonseca



Leandro Nery, Malu e Priscila Simões



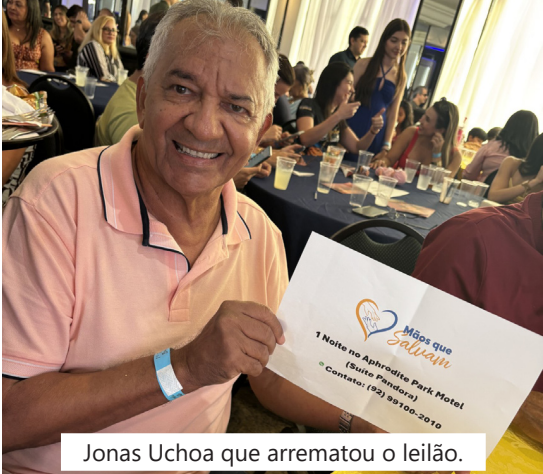
Thiago e a Thais Silotti



Karla e Paulinho Pacheco



Fernando Teles



Jonas Uchoa que arrematou o leilão.



Reginaldo e Cássia Motta

PELO DIA



O Trio Du Vale emoldura Zé Raimundo e Nonatinho.

Os irmãos Ferreira Do Vale, José Raimundo e Nonato festejaram, como bem sabem, com churrasco e forró do bom - foi show do Trio Du Vale e da banda Rabo de Vaca -, o dia do eletricitista, durante a tarde do sábado passado e é claro que no estacionamento coberto da Casa do Eletricitista.



Só Do Vale, Felicidade, Clarissa, Rodney e Dulce.



Do Vale também, Neuza e Maria

Cultura

Manaus 356 anos:

‘BiblioTour’ leva público a conhecer a história centenária da Biblioteca Pública do Amazonas



O evento é coordenado pelo Departamento de Gestão de Bibliotecas, em parceria com o Departamento de Literatura, o Ateliê de Restauro e a Central de Arte e Educação

Com entrada gratuita, a visita guiada acontece de 9h às 12h, nesta sexta-feira (24/10)

Conhecer de perto e vivenciar a história de uma construção centenária e simbólica do Amazonas. Essa é a proposta inserida na programação da 5ª Semana do Livro e da Biblioteca. O evento, promovido pelo Governo do Amazonas, por meio da Secretaria de Cultura e Economia Criativa, realiza o BiblioTour pela Biblioteca Pública do Amazonas nesta sexta-feira (24/10), das 9h às 12h, com entrada gratuita. Em comemoração ao aniver-

sário de Manaus, celebrado na mesma data, a programação convida o público a participar de uma visita guiada para conhecer a história e o acervo literário da Biblioteca Pública do Amazonas. De acordo com o bibliotecário David Carvalho, a atividade também aborda fatos curiosos sobre o espaço. “É uma visita guiada que apresenta um pouco da história do nosso prédio e da nossa contribuição para a história da cidade. Ao longo do percurso, é possível conhecer detalhes sobre a concepção do edifício, curiosidades sobre a famosa escada e o contexto histórico do hall de entrada, com destaque para o teto e o quadro que compõem o ambiente”, explicou. Construído entre 1904 e 1912, o prédio abrigou inicial-

mente a Assembleia Legislativa do Estado antes de se tornar a sede da Biblioteca Pública do Amazonas. Além de apresentar a importância política do edifício, o tour destaca elementos arquitetônicos, como a escadaria principal, em arco aberto e ferro trabalhado, encomendada de Glasgow, na Escócia. O BiblioTour também relembra os 80 anos do incêndio de 1945, que destruiu aproximadamente 40 mil obras do acervo, além de narrar o processo de reconstrução do espaço após a mobilização popular. O passeio inclui ainda uma visita ao salão de pesquisa, onde são apresentados os diferentes tipos de acervos, suas histórias e outras curiosidades sobre o patrimônio preservado. A programação da 5ª Semana do Livro e da Biblioteca

iniciou na terça-feira (21/10) e segue até sábado (25/10). O evento é coordenado pelo Departamento de Gestão de Bibliotecas, em parceria com o Departamento de Literatura, o Ateliê de Restauro e a Central de Arte e Educação.

Programação
Sexta-feira (24/10) – Biblioteca Pública do Amazonas
Rua Barroso, 57 – Centro
9h às 12h – BiblioTour: conheça a biblioteca – visita guiada que apresenta a história e o acervo da instituição, conduzida por monitores caracterizados;
9h às 11h – Contação de história “Meu Amigo Livro” (Atividade Mania de Ler).

Sábado (25/10) – Projeto Sala de Leitura Compaixão
Comunidade Parque das

Nações Indígenas – Rua Ximã Açu, s/n, Bairro Tarumã (Zona Oeste).
8h às 11h – Atividades variadas:
Biblioteca Volante e contação de história “Meu Amigo Livro” (Projeto Mania de Ler).
Troca de livros (Biblioteca Pública do Amazonas).

Biblioteca Pública do Amazonas
Encontro “Manaus em Memória: história, arquitetura e biblioteca” – bate-papos sobre o patrimônio cultural e arquitetônico da cidade.
14h – Arquitetura e a Biblioteca Pública do Amazonas como patrimônio histórico, com Ottoni Mesquita;
15h30 – Biblioteca Pública e o patrimônio cultural, com Etelvina García.

EVENTO DE ROCK

Manaus Rock Fest celebra 5ª edição com noite dedicada ao rock amazonense

O Governo do Estado do Amazonas, por meio da Secretaria de Cultura e Economia Criativa, realiza a 5ª edição do Manaus Rock Fest, nesta sexta-feira (24/10), às 19h, no Teatro Amazonas, com entrada gratuita. O evento integra a programação em celebração ao aniversário de Manaus e tem como objetivo valorizar e fortalecer a cena do rock amazonense. O festival tem como objetivo valorizar e fortalecer a cena do rock amazonense, oferecendo espaço para bandas locais apresentarem seus trabalhos autorais. Criado para fomentar a cultura do rock e ampliar as opções de lazer durante o aniversário da cidade, o Manaus Rock Fest busca dar visibilidade aos gêneros do Rock. Nesta edição, o público poderá conferir apresentações das bandas Antiga Roll, com seu rock’n’roll cru, pitadas de punk e rock clássico; D’Peads, com punk rock direto e agressivo; Playmobills, que mistura punk, hardcore e rock alternativo no formato power trio; e Bad Trip, referência em heavy metal cover, influenciada por Metallica, Megadeth, Slayer, Pantera e Anthrax, conhecida pela energia e técnica nos palcos.



O Teatro Amazonas abre as portas para o rock amazonense

EVEN

Espetáculo ‘Eu Capitu’ chega pela primeira vez a Manaus com oficinas formativas e entrada gratuita

Após passar por nove capitais brasileiras, o espetáculo “Eu Capitu” chega pela primeira vez a Manaus, com apresentações gratuitas no sábado e domingo (25 e 26/10), às 19h30, no Teatro da Instalação, rua Frei José dos Inocentes, Centro, zona sul de Manaus. A montagem é uma releitura contemporânea de Dom Casmurro, de Machado de Assis, sob o olhar feminino, e propõe uma reflexão sobre o silenciamento das mulheres e a violência de gênero na sociedade atual. Com texto de Carla Faour e direção artística de Miwa Yanagizawa, a peça é protagonizada por Flávia Pyramo e Mika Makino, e conta com idealização e direção geral de Felipe Valle. A realização é da Trupe Produções Artísticas e da Pagu Produções Culturais, com patrocínio da Petrobras, por meio da Lei

Federal de Incentivo à Cultura, do Ministério da Cultura e do Governo do Estado do Amazonas, por meio da Secretaria de Estado de Cultura e Economia Criativa.

Uma nova voz para Capitu
Em Eu Capitu, o público acompanha a história de Ana (Mika Makino), uma menina às vésperas da adolescência que vive em um ambiente de

violência doméstica e busca refúgio em seu mundo imaginário. Sua mãe, Leninha (Flávia Pyramo), sofre em um relacionamento abusivo, realidade que impacta diretamente a

filha. Obrigada a estudar Dom Casmurro para uma prova escolar, Ana passa a identificar no clássico literário as dores e silêncios que também a cercam. É nesse encontro entre realidade e ficção que surge uma nova Capitu, livre para narrar sua própria história. A autora Carla Faour explica que o texto propõe um olhar simbólico e poético sobre temas duros. “Se o assunto é pesado, eu queria tratar de forma doce e lúdica, criando um universo metafórico. A peça dá voz às mulheres em um mundo que ainda é dominado por narrativas masculinas, seja na política, nas artes ou nas famílias”, afirma. **Do trauma à criação artística** A ideia para o espetáculo surgiu após o produtor Felipe Valle testemunhar um episódio de violência doméstica no

qual não conseguiu intervir. O sentimento de impotência o levou a revisitar Dom Casmurro, enxergando no texto de Machado de Assis as múltiplas formas de violência simbólica e emocional que atravessam as relações humanas. “Percebi toda a carga de machismo contida naquela obra e quis trazê-la ao teatro pelo olhar feminino. Por isso, convidei mulheres para dirigir, escrever e dar vida a essa história, tão atual e necessária”, explica Valle. A diretora Miwa Yanagizawa reforça o papel do teatro como espaço de reflexão. “Nos interessa instigar o público a enxergar outras possibilidades narrativas e a tomar consciência a partir de múltiplas perspectivas. O palco é um lugar para levantar questionamentos, não apenas para oferecer respostas”, destaca.



Peça será apresentada nos dias 25 e 26 de outubro, no Teatro da Instalação, e propõe uma reflexão sobre o silenciamento feminino e a violência de gênero

Esportes

Palmeiras sofre na altitude, perde para a LDU e se complica na Libertadores

Alviverde leva desvantagem de três gols para tentar reverter no Allianz Parque

Com um primeiro tempo digno de pesadelo para o torcedor, o Palmeiras perdeu por 3 a 0 para a LDU, nesta quinta-feira (23), pela ida da semifinal da Libertadores, e se complicou no torneio. Os gols no Casa Blanca, em Quito, foram marcados por Villamil (duas vezes) e Alzugaray (de pênalti), todos na primeira etapa. Foi a primeira vez em 25 anos que o time paulista se viu perdendo por 3 a 0 numa partida de Libertadores. Para chegar à final do torneio, o Palmeiras agora terá que vencer os equatorianos por quatro ou mais gols de diferença – ou três, o que levaria a semifinal para a disputa de pênaltis. A partida de volta será na próxima quinta-feira (30),



Palmeiras encontrou muitas dificuldades para criar contra a LDU

no Allianz Parque, às 21h30 (de Brasília). **LDU volta a aproveitar a altitude contra um brasileiro** Assim como já havia fei-

to contra Botafogo e São Paulo nas oitavas e quartas de final, respectivamente, a LDU comandada pelo brasileiro Tiago Nunes soube aproveitar o fator casa – e a altitude – logo

nos minutos iniciais. Antes mesmo de abrir o placar, aos 17', o time equatoriano já tinha feito o goleiro Carlos Miguel trabalhar três vezes. O primeiro gol de Villa-

míl saiu após bobeada de Khellven pela direita. O lateral cortou mal e a bola ficou com Quiñonez, que tocou para trás. O boliviano dominou dentro da área e fuzilou, sem chances para o goleiro. **Andreas Pereira comete pênalti** A LDU não se deu por satisfeita. Após jogada ensaiada em escanteio, Quiñonez acertou um forte chute de primeira e Andreas Pereira acabou bloqueando com a mão esquerda. O árbitro Facundo Tello assinalou o pênalti na hora. Aos 27 minutos, o atacante Alzugaray bateu forte e Carlos Miguel não alcançou, assim como não faria em novo chute de Villamil, nos acréscimos da primeira etapa. Ramirez entortou Murilo em belíssima jogada individual pela direita e rolou para trás. O chute do boliviano ainda desviou em Khellven antes de entrar. Foi o sexto gol sofrido por Carlos Miguel em dois jogos.

Goleiro da LDU faz milagre na etapa final Com a boa vantagem construída, a LDU voltou para a segunda etapa imbuída pelo objetivo de não sofrer gol do Palmeiras. E o time de Tiago Nunes cozinhou muito bem o jogo. Abel Ferreira sacou Khellven e Raphael Veiga, que fizeram atuações ruins, logo no intervalo, e voltou com Giay e Sosa para tentar reforçar o lado direito do time. Mas foi o paraguaio quem acabou desperdiçando a melhor chance palmeirense na partida. Aos 38 minutos, Sosa entrou sozinho pela ponta direita da área e chutou forte, mas o goleiro Dominguez fez um milagre e evitou o gol. Campeã da Libertadores em 2008, a LDU viaja a São Paulo na semana que vem com uma vantagem difícil de ser revertida. Caso avance, encara o vencedor do confronto entre Racing e Flamengo na final em Lima, no Peru.

■ NBA

Tiago Splitter é o 1º brasileiro a ser técnico de um time da NBA

O Portland Trail Blazers anunciou que Tiago Splitter será o técnico interino da equipe, segundo informações da ESPN. De acordo com o jornalista Shams Charania, o brasileiro, que fazia parte da comissão técnica, assume o comando após a saída temporária de Chauncey Billups. Splitter, ex-jogador da NBA e campeão com o San Antonio Spurs em 2014, vinha atuando como assistente técnico da franquia. Essa será sua primeira experiência como treinador principal em nível profissional. De acordo com a ESPN, Nate Bjorkgren também foi cogitado para o cargo, mas decidiu que seria melhor para o time manter sua função atual dentro da organização. Antes de chegar a Portland, Splitter teve passagens como assistente técnico no Brooklyn Nets entre 2019 e 2023 e no Houston Rockets na temporada 2023-24. Em seguida, comandou o Paris Basketball, da França, onde conquistou dois títulos nacionais na última temporada. Como jogador, o brasileiro teve uma carreira de quase duas décadas como profissional, atuando entre 1999 e 2017. Fez história no basquete espanhol e se consagrou no San Antonio Spurs, tornando-se o primeiro brasileiro campeão da NBA em 2014. Splitter também passou por Atlanta Hawks e Philadelphia 76ers antes de se aposentar em 2018,



Tiago Splitter

após enfrentar problemas físicos e uma cirurgia no quadril. Agora, o ex-pivô e campeão da NBA em 2014 pelo Spurs assume interinamente o cargo de técnico principal dos Trail Blazers. A equipe de Portland vive um momento de reestruturação e busca ajustar o elenco e a comissão técnica durante a temporada. **Afastamento de Billups** Chauncey Billups foi preso em conexão com uma investigação sobre apostas esportivas, segundo informaram autoridades policiais à imprensa. Billups – membro do

Hall da Fama do Basquete, cinco vezes All-Star e campeão da NBA em 2004 – teria participado de um jogo ilegal de pôquer que acontecia em Manhattan, Miami, Las Vegas e nos Hamptons, segundo as autoridades. O jogo de pôquer supostamente envolvia membros de pelo menos três famílias mafiosas de Nova York. Billups teria sido pago por sua participação. O armador do Miami Heat, Terry Rozier, e um terceiro ex-jogador da NBA, Damon Jones, também estão sendo acusados na investigação, segundo as autoridades.

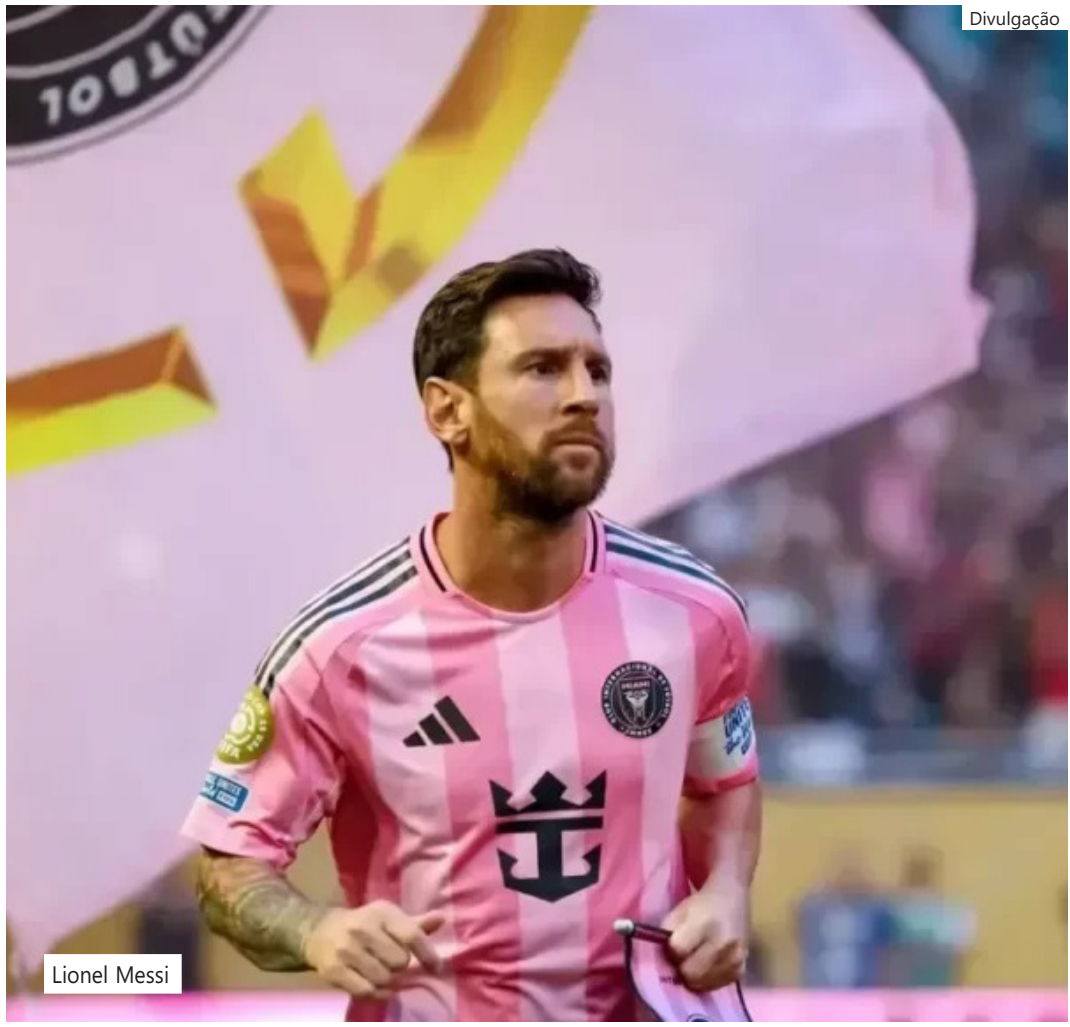
■ CAMISA 10 ARGENTINO

Lionel Messi renova contrato com o Inter Miami

O Inter Miami anunciou nesta quinta-feira (23) a renovação de contrato com seu maior astro, Lionel Messi. O novo vínculo do argentino com o clube da MLS vai até 2028. “Ele está em casa”, disse o Inter Miami, acompanhado de um vídeo no qual o camisa 10 assina o contrato em meio às obras do novo estádio da equipe. Renovou! Inter Miami divulga vídeo com Messi indicando permanência do craque;

O Miami Freedom Park está previsto para ser inaugurado neste ano. O plano do clube estadunidense era manter Messi justamente para que ele pudesse dar o pontapé inicial da nova arena. Aos 38 anos e desde 2023 no clube, Lionel Messi já é o maior artilheiro da história do Inter Miami, com 50 gols, além de ter dado 35 assistências. Pela equipe estadunidense, o argentino conquistou a Leagues Cup, em 2023, e

o Supporters' Shield, troféu entregue ao melhor time da temporada regular, em 2024. Agora, o craque busca o título inédito da MLS. A permanência em Miami também faz parte do plano de Messi para chegar bem preparado à Copa do Mundo do ano que vem, que será disputada nos Estados Unidos, no México e no Canadá. Campeão mundial no Catar, em 2022, o camisa 10 fará aniversário durante o Mundial, onde celebrará os 39 anos.



Lionel Messi



Fernando Coelho Jr. @fernandocoelhojr

FERNANDO COELHO JR.



RIO NEGRO CLUBE REABRE COM NOITE CHEIA DE CHARME

. As empresárias Marília Aziz e Márcia Azulay receberam convidados, no evento que apresentava o tradicional Rio Negro Clube, após uma profunda repaginação, no início da semana.

. Preservando os itens primordiais do Rio Negro - o clube que foi palco social de várias gerações de Manaus, abrigando incontáveis histórias fabulosas, tanto na frequência de seu parque aquático quanto nas disputadíssimas festas do célebre Salão dos Espelhos -, como o impecável piso de madeira e os lustres de cristais, o local reabre trazendo a tradição como bandeira principal, no espaço no Centro Histórico da cidade.

. Ao lado dos maridos, os empresários Murad Aziz e Moisés Azulay, as anfitriãs receberam os amigos e a família com a simpatia e o alto astral de sempre, na noite que contou com cocktail-soupeer, musica de charme e painés de Led que uniam a modernidade com o clássico. Noite ótima!



Murad e Marília Aziz, na festa de reabertura do Rio Negro Clube



Kamilla e Amin Aziz, no evento que movimentou o início da semana



Márcia e Moisés Azulay



Afrodite e Nasser



Clycia e Francisco Garcia



Marilena Perales, Pedrinho Aguiar e Cleide Sousa



Bosco Fonseca, Fernando Salignac e Flávio Ricardo Castro



Orsine Junior e Pamela

Murad Aziz com o presidente do Rio Negro, Washington Deneriaz, o historiador Abraham Baze e a diretoria do Clube



Mario Silva e Brenna

‘Manaus Cidade Global’

. A Prefeitura de Manaus lançou oficialmente o site “Manaus Cidade Global” (<https://cidadeglobal.manaus.am.gov.br>) durante o Fórum de Desenvolvimento Sustentável das Cidades, evento considerado como a pré-COP30, que ocorreu em Brasília, no último fim de semana.

. O encontro reuniu autoridades do governo federal, parlamentares, gestores públicos municipais e representantes da sociedade civil para debater os avanços e desafios das cidades brasileiras na Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas (ONU).

. O titular da Secretaria Municipal de Finanças, Planejamento e Tecnologia da Informação (Semei), Clécio Freire, e o subsecretário de Gestão, Alain Costa, foram dois dos representantes da Prefeitura de Manaus no evento, que reconheceu a capital amazonense como pioneira ao reunir, em uma única plataforma digital, todas as informações e projetos estratégicos alinhados aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) das Nações Unidas. O site “Manaus Cidade Global” tem como objetivo divulgar e permitir o acompanhamento das ações da prefeitura que contribuem para o cumprimento das metas globais da Agenda 2030, fortalecendo a transparência e o monitoramento das políticas públicas voltadas ao desenvolvimento sustentável.



Os lindos noivos David Espinosa e Daniela de Luna, casam-se numa bela festa no Armazém XV, com o inigualável pôr do sol no espaço com o Rio Negro de cenário

A secretária de Comunicação do Município, Camila Silva foi aplaudidíssima durante palestra no Compol 2025. Ela é competente e muito querida pela coluna!



O artista plástico Jandr Reis está à frente da exposição que comemora os 356 anos de Manaus, com a coletiva intitulada “Manaus Arte e Memória da Amazônia”. O evento aconteceu no Centro Cultural Palácio da Justiça. A exposição inédita é composta pelo acervo pessoal de Reis, que abrange mais de 100 obras assinadas por 55 artistas. A iniciativa representa não apenas a veia colecionadora de Reis, mas também um gesto de responsabilidade histórica e um cuidado com a memória coletiva. O Trabalho do artista Jandr Reis é impecável!

Nosso cuidado com Manaus **só aumenta**

A Hapvida segue ampliando o cuidado de Manaus, fortalecendo a saúde com acesso e qualidade

Conheça mais

Sua vida pede


Hapvida

Registada em Títulos – Dr. Francisco Ruyterio Delgado Pereira CRM 122.4923
ANS nº 3.88233





Centro de Formação
Profissional de Comunicação

CFPC

Nossa Essência

Qualificar para profissionalizar por meio da formação técnica em comunicação, tecnologia, marketing, gestão de projetos educacionais e de sustentabilidade, contribuindo para a qualificação de profissionais comprometidos com o desenvolvimento da Amazônia.

Credenciamento/ Autorização

Escola devidamente autorizada pelo Conselho Estadual de Educação do Amazonas conforme resolução n. 115/2023-CEE/AM e registro no INEP/MEC., devidamente cadastrada no SISTEC/MEC. [Diploma com validade em todo território nacional]

Identidade Corporativa

Educação, Comunicação e Projetos

Para mais notícias
e entretenimento

ACESSE

VANGUARDADONORTE.COM.BR

Cristal Filtros
Água Pura, Vida Saudável

SIGA NOS: @CRISTALFILTROS

NOSSOS SERVIÇOS

- MANUTENÇÃO DE EQUIPAMENTO
- ASSISTÊNCIA TÉCNICA
- ACESSÓRIOS
- HIGIENIZAÇÃO COMPLETA
- ADAPTAÇÕES
- REFIL MULTIMARCA E REFIL ALCALINO

BENEFÍCIO DA ÁGUA ALCALINA IONIZADA E OZONIZADA

- **PUREZA**
Neutraliza partículas sólidas (sujeiras) e elementos químicos da água
- **PH ALCALINO**
Eleva o pH da água
- **CONDUTIBILIDADE ALTA**
Enriquece a água com três minerais essenciais (Cálcio, Magnésio e Potássio)
- **ANTIOXIDANTE**
Carrega a água de íons negativos em até -300
- **ANTIOXIDANTE**
Deixa a água hexagonal, com aglomerados que são formados por apenas 6 moléculas de H₂O

CONSULTORES CRISTAL FILTROS

(92) 9 9443-2431
(92) 9 9339-3381

Av. Max Teixeira, Nº 2280,
Cidade Nova, 69090-001

cfpc-am.com.br

Centro de Formação
Profissional de Comunicação

CFPC

Educação
Profissional

Curso

**Técnico em
Rádio e Televisão**

Matrículas Abertas

Turmas
Manhã, Tarde e Noite

Faça sua Matrícula!
+55 (92) 98576-8787

Registro
Profissional

Estágio
Supervisionado

www.cfpc-am.com.br
atendimento@cfpc-am.com.br



Centro de Formação
Profissional de Comunicação

CFPC

MATRÍCULAS ABERTAS

Curso Técnico em Rádio e Televisão

Duração: **1 ano**
Certificação: **Diploma**
Estágio: **Supervisionado**
Turmas: **Manhã, Tarde, Noite**

Mensalidade
A partir de
R\$ **270,00**

Registro
Profissional



Endereço: **Rua Luiz Antony, 878 - Centro**
E-mail: **atendimento@cfpc-am.com.br**
Whatsapp: **+55 (92) 99615-8989**
www.cfpc-am.com.br



Sony Corsi

Consultor de
Planos de saúde

Fale comigo
(92) 985052260

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**

**ANUNCIE
AQUI**