



ANDRÉ ROEDEL

Guilherme Gazzola se afilia ao Partido Progressista

Pág. A3



DIVULGAÇÃO

Eleição para Conselho Tutelar será no próximo domingo

Este ano são 10 candidatos que concorrem ao pleito. A votação acontecerá das 8h às 17h

Pág. A4



DIVULGAÇÃO

Prefeitura de Itu anuncia novo quadro de secretários

Pág. A3

Campanha Multivacinação tem início no sábado em todas Unidades Básicas de Saúde

Todas as UBSs estarão abertas, das 8h às 17h, para vacinar crianças e adolescentes. Pág. A8



DIVULGAÇÃO

Evento contra o aborto será dia 7 de outubro

Pág. A5

Escritora de Itu lança livro para crianças sobre inclusão social

Pág. A11

Jornada de trabalho com 4 dias semanais será testada

Pág. A6



DIVULGAÇÃO

Jovem de Itu conquista os 100 jurados durante programa e se consagra campeã do Canta Comigo

Clarinha Teixeira, de 15 anos, conquistou 50,18% dos votos. Ela canta desde os 4 anos. Para o futuro, Clarinha e professor de música, Dimas Tadeu, contam que há novos projetos em andamento e que novidades vem por aí. Pág. A10

Saúde Mental: especialista dá dica para o uso de redes sociais

Pág. A8

Pan-Americanos: Basquete do Ituano vai representar Itu

A Confederação Brasileira de Basketball (CBB) divulgou a lista das atletas convocadas para os Jogos Pan-Americanos 2023 e, entre elas, estão as rubro-negras Leila Zabani, Maria Paula Albiero e Mari Dias. Os Jogos Pan-Americanos deste ano serão em Santiago, no Chile. Pág. A9

Prefeitura de Itu garante IPTU sem reajuste em 2024

Pág. A6



vogue
eyewear

Elegância e conforto em qualquer ocasião!

CARRARA
OPTICA

Capivari 3491-1855 / Elias Fausto 3821-7039

Editorial

Sim, ela transforma. Estamos falando dela, a solidariedade

Em um mundo com infelizmente tantos casos de violência, descaso e injustiças ainda temos esse lado humano, que torna tudo mais leve e agradável. A solidariedade é uma virtude que transcende fronteiras, idiomas e culturas. Ela é um dos pilares que sustentam nossa humanidade, uma força que pode iluminar os dias mais sombrios e unir comunidades inteiras em tempos de necessidade.

Em um mundo cada vez mais conectado, muitas vezes somos lembrados das diferenças que nos separam. No entanto, é fundamental que não deixemos que essas divisões obscureçam a verdade universal de que todos nós compartilhamos a mesma jornada neste planeta. A solidariedade nos lembra disso. Ela nos recorda que somos todos interdependentes, que nossas alegrias são mais brilhantes quando compartilhadas e nossos fardos são mais leves quando carregados em conjunto.

E o melhor, ela nos mostra que não é preciso grandes gestos heroicos. Ela está nas pequenas ações do dia a dia. Em um ouvido que escuta, uma mão que ajuda a levantar, um apoio quando se mais precisa. São esses gestos de empatia e compaixão que fortalecem os laços da comunidade e promovem uma sociedade mais coesa. Em tempos de crise, a solidariedade surge como a luz guia. Ela é a força motriz por trás de equipes de resgate que se arriscam para salvar vidas, de médicos e enfermeiros que trabalham incansavelmente para cuidar dos doentes e de voluntários que fornecem suprimentos essenciais a quem precisa, pessoas que se unem para fazer um resgate animal, levar um sorriso a um paciente no hospital.

À medida que avançamos em um mundo cada vez mais complexo e interconectado, não podemos subestimar o poder transformador da solidariedade. E a cada um de vocês que faz algo para melhorar o dia de alguém, nosso muito obrigado.

Artigos

O Prazer, o Lazer e sua Importância para a Saúde Mental

O prazer e o lazer desempenham um papel fundamental em nossa vida, contribuindo significativamente para nossa saúde mental. Quando nos permitimos a momentos de descontração e diversão, investimos em nosso bem-estar emocional e psicológico.

O prazer é uma sensação de satisfação que experimentamos quando fazemos algo que gostamos. Pode ser qualquer atividade que nos alegra, desde coisas simples como ler um livro, ouvir música ou até mesmo desfrutar de um sonho de longo prazo. O prazer libera endorfina e substâncias químicas que promovem sensações de felicidade e alívio do estresse.

O lazer, por sua vez, é o tempo dedicado a essas atividades prazerosas, muitas vezes fora das obrigações diárias. É uma pausa necessária para relaxar e recarregar nossas energias. Em atividades de lazer, nosso corpo e mente podem se desligar das preocupações, criando um espaço para o descanso mental.

A relação entre prazer, lazer e saúde mental é estreita. A falta de momentos de prazer e lazer pode levar ao estresse, à ansiedade e à depressão.

O lazer também promove a socialização e a construção de relacionamentos saudáveis, vital para a saúde mental.

Em resumo, o prazer e o lazer desempenham um papel vital na promoção da saúde mental. Ao reservar um tempo para atividades que nos tragam alegria, fortalecemos nossa resiliência emocional e melhoramos nossa qualidade de vida.

Roner Sica - Psicólogo Corporal e Sistêmico, 19 99141 7910, @sicaroner

Acordos em Processos Judiciais

A celebração de acordos em processos judiciais, muitas vezes negligenciada, apresenta uma série de vantagens notáveis que podem beneficiar todas as partes envolvidas, além de aliviar a sobrecarga do sistema judiciário. A judicialização de conflito pode ser um processo demorado e custoso. Ao chegar a um acordo, as partes economizam tempo que seria gasto em preparação, comparecimento às audiências e aguardando a decisão do tribunal. Além disso, evitam custos legais crescentes. Nos tribunais, as partes muitas vezes têm um resultado incerto, pois dependem de um terceiro (o juiz) para tomar uma decisão.

Com acordos, as partes têm mais controle sobre os termos e condições do acordo, podendo chegar a um resultado que atenda melhor aos seus interesses. Os processos judiciais são geralmente públicos, enquanto as negociações de acordos podem ser privadas. Isso ajuda a manter informações sensíveis fora do domínio público. Em muitos casos, as partes envolvidas têm relacionamentos contínuos, como relações comerciais ou familiares. A litigação pode danificar irreparavelmente essas relações. Acordos podem preservar e até mesmo fortalecer esses laços.

Quando as partes participam ativamente na criação de um acordo, geralmente estão mais satisfeitas com o resultado. Isso pode levar a um cumprimento mais eficaz do acordo. O sistema judicial frequentemente lida com uma carga excessiva de processos. A celebração de acordos libera recursos do tribunal para casos mais complexos e urgentes. As partes tendem a cumprir acordos voluntariamente, pois foram coautoras dos termos. Em conclusão, A celebração de acordos em processos judiciais oferece inúmeras vantagens, incluindo economia de tempo e dinheiro, controle sobre o resultado, privacidade, preservação de relacionamentos, redução da incerteza, alívio do sistema judicial, satisfação das partes, flexibilidade, execução rápida e cumprimento voluntário. Isso torna a negociação de acordos uma estratégia inteligente em muitas situações.

Inhetta de Oliveira e Rios Barbosa www.iorb.adv.br

PREVISÃO DO TEMPO

FONTE: CLIMA TEMPO

SÁB	DOM	SEG
		
MÁX 32	MÁX 28	MÁX 29
MIN 16	MIN 18	MIN 18
Sol e aumento de nuvens de manhã. Pancadas de chuva à tarde e à noite.	Sol com algumas nuvens. Chove rápido durante o dia e à noite.	Sol com algumas nuvens. Não chove.



ONDE DESCARTAR OUTROS RESÍDUOS

REMÉDIOS VENCIDOS

Unidades básicas de saúde

PNEUS USADOS

Entregar na subprefeitura da Zona Leste. Praça Gaspar Ricardo, sn Centro

ENTULHOS DE CONSTRUÇÃO, PODAS DE ÁRVORES E MÓVEIS VELHOS:

ECOPONTOS

BAIRRO SÃO JUDAS: Av. Antonio Almeida Sampaio, 201
 BAIRRO AEROPORTO: Av. Abílio Piunti, 300
 JARDIM SANTA ROSA: Rua Antenor Faustino, 567
 JARDIM PADRE BENTO: Av. Carolina Cardin Piunti, 251
 CIDADE NOVA: Av. Esperança, 1287 (Pq. Ecol. Chico Mendes)
 JARDIM UNIÃO: Av. Ernesto Rodrigues, 80
 JD. PLAZA ATHENÉE: Pq. Almeida Jr, Av. do Parque, 251

DISK COLETA

(11) 2429-6793

e-mail: comarei@uol.com.br



RAYANE LINS

CIRCO STANKOWICH

Funcionando até o mês de novembro, no estacionamento do Polo Shopping, o Circo Stankowich traz em seus espetáculos números tradicionais como malabaristas, trapezistas, arqueiro, palhaço e truques de mágica, além de números especiais como as águas dançantes, King Kong Gigante e Globo da Morte. As apresentações duram aproximadamente duas horas e os ingressos podem ser adquiridos diretamente no circo ou pelo site: www.guicheweb.com.br/p/stankowich.

JOGOS MORTAIS X- Ambientado entre os eventos do primeiro e segundo longa, John Kramer - doente e desesperado - viaja para o México em busca de um procedimento experimental e uma cura milagrosa para o câncer, acaba descobrindo que toda a operação é na verdade um golpe. Armado com um novo propósito, o serial killer retorna ao seu trabalho e vira o jogo. O filme já está em cartaz no Topázio Cinemas.

MINHA MÚSICA, MINHA TERRA: CAPITAL INICIAL- Nessa série que traz grandes nomes da MPB, nos novos episódios, os integrantes da banda Capital Inicial, contam detalhes sobre como foram as suas primeiras experiências, que fatores os ajudaram a dar o primeiro impulso à sua carreira musical. A série é uma parceria com a Rádio Disney e os episódios já estão disponíveis na plataforma de streaming Disney+.



PORTAL E EDITORA MAIS EXPRESSÃO LTDA - ME

CNPJ - 15.139.895/0001-17 Uma empresa do Grupo Mais Expressão

Diretor geral: Alan de Santi

Diretor comercial: Cleiton Manzato

Jornalista responsável: Flávia Girardi (MTB 47.177)

Tiragem: 5.000 exemplares

Circulação: Salto e Itu

Os textos e artigos assinados não expressam necessariamente a opinião do jornal e são de inteira responsabilidade de seus autores. Para anunciar no Jornal Mais Expressão envie e-mail: anuncio@maisepressao.com.br e para sugestão, reclamação ou crítica, e-mail: redacao@maisepressao.com.br, Whatsapp: (19) 99895-4296 (Redação), ou pelo correio: Av. Conceição, 227 - Vl. Castelo Branco - CEP 13338-165 - Indaiatuba/SP. As mensagens devem conter nome completo, endereço e telefone.

Fones: (19) 2516-0001 - 3825-0223 - 3875-5511
redacao@maisepressao.com.br - www.maieexpressao.com.br

Guilherme Gazzola se afilia ao Partido Progressista na presença de autoridades

Comissão Executiva Municipal do PP é marcada pela posse de Gilmar Pereira como presidente

DENISE KATAHIRA
denisekathira@maiseexpressao.com.br

Foi realizado no último dia 21, em Itu, a Comissão Executiva Municipal do Partido Progressista (PP). A comitiva foi marcada pela filiação de Guilherme Gazzola ao novo partido, e o empossamento de Gilmar Pereira como Presidente do partido.

Estiveram presentes a Secretária Municipal de Saúde, Janaina Camargo, o ex-prefeito de Salto, Geraldo Garcia, o prefeito de Elias Fausto, Mauricio Baroni, o presidente Estadual do PP e deputado federal, Mauricio Neves, o deputado estadual, Rogério Nogueira, e o presidente da câmara de vereadores de Itu Normino da Rádio.

Em seu pronunciamento, o prefeito disse que o PP apresenta uma nova forma, de fazer política. “Moderna,



Prefeito de Itu Guilherme Gazzola, Secretário de Planejamento, Gilmar Pereira, presidente Estadual do PP e deputado federal, Mauricio Neves e Secretária Municipal de Saúde, Janaina Camargo

com olhar no futuro e para as pessoas, e que faz hoje o PP o segundo partido mais importante do Brasil. E talvez o melhor em qualidade de projetos existentes”.

Gazzola também enfatizou a sua trajetória como Prefeito de Itu. “Não foi fácil e tivemos que colocar as contas em dia. Foram dois anos iniciais terríveis. Em 2020, numa

eleição terrível, nós fomos prefeitos (referindo-se ao prefeito de Elias Fausto) quando uma pandemia se abateu sobre o mundo e nós ficamos com a responsabilidade de escolher qual vida era melhor para as pessoas. Então entra um segundo mandato, com um olhar para o futuro, com as coisas acontecendo, sendo inauguradas e sendo feitas”,

recorda. Ele ainda ressaltou que irá deixar a prefeitura em 2024 com tudo encaminhado.

Outro ponto abordado foi a questão da água, problema que os municípios enfrentam há anos. “Trabalhamos e ainda trabalhando para resolver o problema da água, com uma série de obras sendo feitas e a maior obra da história na questão hídrica, chamada

Sistema Utu-Guaçu”, disse.

Empossado Presidente do PP

A noite foi marcada pela posse do então Secretário de Planejamento, Gilmar Pereira, como presidente do partido que ressaltou a sua trajetória ao lado de Gazzola. “Guilherme lutou para deixar a cidade na condição que estamos hoje. Acabou a corrupção na cidade de Itu, e Itu é tratada com respeito, com dignidade”, disse. “Hoje é dinheiro é investido em saneamento básico, na água, são mais de cem milhões de reais investido na água. Com muito trabalho e honestidade, onde o dinheiro do contribuinte está sendo revertido dentro do município, na água, na educação. Nós vamos lutar, nós precisamos ter uma continuidade para gente conseguir fazer uma Itu cada vez melhor para todos nós”, completa.

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM

Thiago Gonçalves ‘Aduzinho’ anuncia pré-candidatura à Prefeitura de Itu em 2024

REPRODUÇÃO/INSTAGRAM



Vereador Thiago Gonçalves “Aduzinho” disputará o cargo do executivo nas eleições de 2024

O vereador Thiago Gonçalves “Aduzinho” anunciou oficialmente que é pré-candidato à Prefeitura de Itu nas

eleições de 2024. Thiago oficializou sua candidatura pelo Partido Liberal (PL), partido do qual é filiado há

mais de 15 anos. Em seu segundo mandato como vereador, foi reeleito mais votado e o mais jovem da Câmara dos Vereadores e se destaca por participar diretamente na conquista de quase R\$ 40 milhões em recursos para o município, sendo como um dos vereadores que mais trouxeram recursos na história Itu. Diante disso, diz se sentir preparado para novos desafios em sua carreira política e projeta uma campanha participativa e pautada pelo diálogo, distanciando dos valores antidemocráticos e ditatoriais da “velha política ituana”.

Prefeitura Municipal anuncia novo quadro de secretários

DIVULGAÇÃO



As mudanças são nas pastas de Planejamento, Habitação e Esportes

O prefeito Guilherme Gazzola anunciou mudanças no secretariado municipal. Gilmar Pereira, que estava responsável por Esportes, assume agora como secretário de Planejamento, no lugar de Roberto Barreira, que passa a exercer o cargo de secretário de Habitação.

A pasta de Esportes fica interinamente com Diego Corsi, que até atuava como diretor da mesma área. Neste período de transição, Gilmar e Roberto acompanharão juntos o andamento da Secretaria de Planejamento, encarregada pelo andamento de todos os projetos e obras da Prefeitura de Itu



Trevizan
ARQUITETURA

(19) 99772-2933

Instagram trevizanarquitetura

Eleição para os Conselheiros Tutelares acontece no próximo domingo (1) em Itu

Este ano são 10 candidatos que concorrem ao pleito. A votação acontecerá das 8h às 17h

DA REDAÇÃO
redacao@maiseexpressao.com.br

A eleição para a escolha dos conselheiros será realizada no dia 1º de outubro de 2023, das 8h às 17h. Para votar o eleitor deverá apresentar obrigatoriamente um documento de identidade com foto e o título de eleitor do município de Itu.

Confira os locais de votação: Escola Municipal de Ensino Fundamental “Francisco Ursoia”, localizada à Rua Dr. Itagibá Vilassa, 340, Vila Martins, e Escola Municipal em Tempo Integral “Convenção de Itu”, localizada à Praça Conde de Parnaíba, 422, Centro.

Função dos Conselheiros Tutelares

O Conselheiro Tutelar tem o papel fundamental de defender o direito das crianças e adolescentes da cidade. É de obrigação do eleito aplicar as medidas para



realizar o encaminhamento aos pais ou responsável, mediante termo de responsabilidade; orientar, apoiar e realizar os acompanhamentos temporários; a matrícula e frequência obrigatórias em estabelecimento oficial de ensino fundamental; a inclusão em serviços e programas oficiais ou comunitários de proteção, o apoio e promo-

ção da família, da criança e do adolescente; a requisição de tratamento médico, psicológico ou psiquiátrico, em regime hospitalar ou ambulatorial; a inclusão em programa oficial ou comunitário de auxílio, orientação e tratamento a alcoólatras e toxicômanos, bem como, garantir o acolhimento institucional.

LISTA DOS NOMES E NÚMEROS

- Mariana Machado Gonçalves: 01
- Ana Paula de Moura Silva Luiz: 02
- Aline Cristina Borsari: 03
- Rosana Alves dos Santos: 04
- Mariana de Carvalho Rodrigues: 05
- Mara Rosangela da Silva Lima: 06
- Ana Caroline Terrassan Villar: 07
- Dayanne Ferreira da Silva: 08
- José Antonio dos Santos: 09
- Bruna Cristina Perez Simã: 10

Obras tombadas que sumiram de igrejas de Itu são encontradas

Obras de arte tombadas pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan), como Patrimônio Histórico e Cultural, que deveriam estar em igrejas de Itu, foram encontradas expostas em um hotel de luxo em São Paulo e em leilões particulares.

A denúncia foi feita pelo museólogo Emerson Ribeiro Castilho ao Instituto do Patrimônio Histórico, que apontou o paradeiro do São Jorge, que tem os detalhes da armadura cobertos de ouro, mas hoje está desmontada e vai precisar ser restaurada. “Nós temos mais de 178 itens tombados, mas muitas peças foram subtraídas. Hoje, a gente tem a subtração de mais de 40 peças”, conta o museólogo.

JARDINAGEM

Quando se trata de jardim bem cuidado, é com a gente mesmo!



☎ LIGUE: (19) 3017-5030

Rua Voluntário João dos Santos, 745
Jardim Pau Preto

WWW.OGRUPOBIO.COM.BR

• Portaria • Limpeza • Refeições • Jardinagem



Grupo Bio

bio-serviços-especializados

'Eu Abraço a Vida' acontece em outubro na Praça Padre Miguel contra o aborto

Evento promovido pelas Paróquias de Itu realizará atividades e palestras contra o aborto

DA REDAÇÃO
redacao@maiseexpressao.com.br

As paróquias de Itu se uniram mais um ano para promover o evento "Eu Abraço a Vida". A ação que visa combater o aborto, acontece no dia 7 de outubro (sábado), das 13h às 16h, na Praça Padre Miguel (Praça da Matriz). A participação é gratuita.

No evento, diversas pastorais, movimentos e instituições que atuam em defesa da vida, realizarão ações, com tendas temáticas que contam com a participação de sacerdotes, diáconos, especialistas e voluntários, que estarão à disposição para diálogo e atendimento dos participantes e palestras em defesa da vida. As crianças também são convidadas a participar, e terão a diversas atividades, entre elas: desenho e pintura, brinquedos infláveis e música e dança.

No evento ainda haverá testemunhos, manifesto pela vida e o Abraço na praça, além da venda de pastel e



RENATA GUARNIERI/PREFEITURA DE ITU

refrigerante.

Ação

"Eu Abraço a Vida" é uma ação promovida pela Conferência Nacional dos Bispos do Brasil. Segundo a CNBB, diversos documentos e ensinamentos do Magistério da Igreja afirmam que o compromisso evangélico é de defender a vida e lutar contra as agressões que a ameaçam, como o aborto; que a vida é um

dom de Deus e deve ser defendida; que a vida tem um valor inegociável; e que o aborto é um crime contra a vida.

SERVIÇO

"Eu Abraço a Vida"

Data: 7 de outubro

Horário: das 13h às 16 horas

Local: Praça Padre Miguel (Praça da Matriz)

Participação gratuita

Saiba mais: www.abraco.jornalafederacao.com.br

Farmácia Central e Concilia funcionam em novo endereço

Desde esta segunda-feira, dia 25, a Farmácia Central passou a funcionar em novo endereço. As novas instalações estão na Rua Arquiteto Márcio João de Arruda, 51, Itu Novo Centro. O horário de funcionamento é das 7h às 18h.

No local é possível retirar medicamentos mediante receitas do Sistema Único de Saúde (SUS) que constam em Relação Municipal de Medicamentos (Remune), e tam-

bém constantes do Programa da Farmácia de Alto Custo.

O Concilia, que atua em acordos extrajudiciais relacionados a débitos tributários, medicamentos, procedimentos envolvendo saúde, vagas em creche e pequenas indenizações, também mudou de endereço, e desde esta quinta-feira, dia 28, passou a atender na Avenida José Augusto Pickardt, 203, no Novo Centro. O atendimento ocorre de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h.



PREFEITURA DE ITU



DOMAFER
AÇO ARMADO

**CERTEZA DE
CONSTRUIR COM
QUALIDADE**

**Entregas dentro
do prazo combinado**

GO GERDAU

Homologado pela
Norma ABNT NBR 7480

Soluções em ferragem armada

- Acompanhamos a obra
- Seguimos rigorosamente todo Cálculo estrutural (projeto)
- Ferragens etiquetadas para facilitar a execução da obra



(19) 99916-8008

[domafer_](https://www.instagram.com/domafer_)

Toda terça e quarta:

DOUBLE CHOPP

PRAIA BURGER

PRAIA PIZZA

[PraiaBurgerOficial](https://www.instagram.com/PraiaBurgerOficial) [PraiaPizza](https://www.instagram.com/PraiaPizza)

Rua Alberto Santos Dumont, 1330 - Cidade Nova

desde 1994

modesto
MATERIAIS PARA CONSTRUÇÃO

Faça já um orçamento!

(19) 3821-2798

Visite nossa loja!

Rua Antônio Menino, 48 - Bairro recanto Feliz Cardeal/Elias Fausto - SP

Jornada de trabalho com quatro dias semanais começa a ser testada no Brasil

Redução da jornada de trabalho começa a ser testada em algumas empresas em novembro

DENISE KATAHIRA
denisekathira@maiseexpressao.com.br

Testada em diferentes países do mundo, a jornada de trabalho com quatro dias semanais já é uma realidade entre algumas empresas brasileiras, e tem como objetivo aumentar a produtividade e melhorar a saúde mental dos colaboradores.

A iniciativa desenvolvida pela organização sem fins lucrativos 4 Day Week Global e pelo Boston College, em parceria com a Reconnect Happiness at Work, uma companhia de São Paulo especializada em felicidade corporativa e liderança positiva, começa a ser testada em novembro e tem chamado a atenção de muitos trabalhadores.

Isso porque a proposta é reduzir a jornada de trabalho a 32 horas semanais, e o novo arranjo pode ser feito de três maneiras: tirar a segunda-feira; tirar a sexta-feira; ou reduzir a carga horária de todos os dias. O projeto tem como intenção utilizar a lógica do "100-80-100", ou seja, 100% do salário,



Semana de quatro dias de trabalho começa a ser testada no Brasil em novembro

80% de tempo e 100% de produtividade.

CLT permite

A jornada de 4 dias por semana não tem impedimento legal. A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) não proíbe diminuição de carga horária, mas impede a redução de salários. Porém, um dos principais desafios do experimento no país é

desmitificar a crença de que a produtividade é proporcional ao número de horas trabalhadas.

Uma pesquisa aponta que os funcionários que estão com a saúde mental afetada têm uma chance quatro vezes maior de sair da empresa e duas vezes maior de estarem desengajados no trabalho. Portanto, o novo modelo de trabalho seria

um ganho não somente para o colaborador, mas também para a empresa.

Entre os países que já adotaram a semana de quatro dias está o Emirados Árabes, pioneiro na mudança e que desde janeiro de 2022, os funcionários de órgãos públicos colaboram com apenas 36 horas semanais, divididas em quatro dias úteis.

No Reino Unido o ex-

perimento também foi realizado, e a grande maioria das empresas participantes (92%) decidiu manter o formato de trabalho depois dos testes. A justificativa é que a receita média aumentou 35% em comparação ao período anterior.

Benefícios para empresa

Estudos apontam que trabalhar menos horas, aumenta a produtividade, e com a semana mais curta, os colaboradores tendem a se concentrar mais em suas tarefas, evitando desperdício de tempo. Além disso, o descanso adicional pode gerar mais energia e motivação no trabalho.

Ao implementar o novo modelo de trabalho, a empresa só tem a ganhar, segundo a pesquisa. É isso se deve a vários fatores, como redução de despesas operacionais; aumento da produtividade; melhora no bem-estar dos colaboradores; retenção de talentos; fomento à inovação; redução da pegada de carbono; e diminuição nos casos da Síndrome de Burnout.

Prefeitura de Itu garante IPTU sem reajuste para o próximo ano

O Imposto Predial Territorial Urbano (IPTU) para 2024 não terá reajuste, devido ao decreto nº4083/23, de autoria do prefeito Guilherme Gazzola, que estipula a ausência de reajuste para qualquer tributo municipal.

Para o pagamento, a Prefeitura de Itu oferece três modalidades: à vista com 5% de desconto até o último dia útil de janeiro do referido exercício, à vista com 3% de desconto até o último dia útil de fevereiro

e, por fim, o parcelamento do valor total sem desconto em 11 parcelas mensais.

Em 2024, o IPTU Digital será implementado, como incentivo que oferecerá descontos ainda maiores aos contribuintes que aderirem ao recebimento do carnê por meio digital. Para pagamento em cota única será oferecido 7% de desconto, com vencimento no último dia útil do mês de janeiro do ano subsequente à adesão; 5% de desconto para pagamento em cota única nº 02,



Por meio de decreto de autoria do prefeito Guilherme Gazzola, todos tributos municipais, que não sejam estabelecidos em UFMI, não sofrerão reajuste

com vencimento no último dia útil do mês de fevereiro do ano subsequente à ade-

são; e 2% de desconto para pagamento parcelado.

Para aderir, basta o mu-

nícipe acessar o portal Itu Digital e manter seus dados cadastrais atualizados..



TOPOGRAFIA PARA CONSTRUÇÃO CIVIL

LEVANTAMENTO PLANIALTIMÉTRICO
DEMARCAÇÃO PARA TERRAPLANAGEM
DEMARCAÇÃO DE ESTACAS
DEMARCAÇÃO DE GABARITO

PEÇA JÁ SEU ORÇAMENTO

(19) 99663 1745

@esquadro_topografia

Rua Argentina, 322
Vila Castelo Branco Indaiatuba - SP





ALIMENTAÇÃO HOSPITALAR

Refeição balanceada e cuidadosamente elaborada

Recuperação e Bem-estar

Na jornada da recuperação, a nutrição desempenha um papel vital. Nós da SEJA, orgulhosamente servimos refeições que promovem a saúde e o bem-estar dos nossos pacientes



SEJA
SERVIÇOS E TERCEIRIZAÇÕES

 @seja_oficial

Campanha de Multivacinação tem início sábado em todas as Unidades de Saúde

Todas as UBSs estarão abertas, das 8h às 17h, para vacinar crianças e adolescentes até 15 anos

DENISE KATAHIRA
denisekathira@maiseexpressao.com.br

A Secretaria Municipal de Saúde inicia neste sábado, dia 30, a campanha de Multivacinação para menores de 15 anos. Nesta data, todas as Unidades Básicas de Saúde (UBSs) estarão abertas das 8h às 17h.

Durante a semana, a vacinação prossegue nas UBSs, de segunda a sexta-feira, das 7h às 17h, sendo que as UBS 2 e 5 funcionam em horário estendido, até as 19h.

O Dia D da Multivacinação está programando para o dia 7 de outubro, com todas as UBS abertas das 8h às 17h.

A vacinação contra a Covid-19 e gripe continuam no



PREFEITURA DE ITU

contra a Covid monovalente recebida.

Já a vacina contra a gripe, pode receber todas as pessoas não vacinadas a partir de seis meses de idade, dependendo do estoque existente da vacina.

Movimento pela vacinação

A iniciativa faz parte do Movimento Nacional pela Vacinação, que tem como objetivo retornar as altas coberturas vacinais no país. Desde 2015, o Brasil vem registrando quedas na cobertura vacinal da população de imunizantes que são usados há décadas, como os contra a paralisia infantil, o sarampo, a rubéola, a coqueluche, a difteria e o tétano.

município. Para as pessoas que forem receber a dose de reforço com a vacina Covid

19 Pfizer bivalente, a recomendação é ter recebido duas doses monovalentes

prévias, respeitando o intervalo mínimo de 4 meses da última dose de vacina

Saúde mental e mídias sociais: especialista dá dicas para o uso das redes

As mídias sociais têm transformado a maneira como nos conectamos, comunicamos e compartilhamos informações. Segundo dados do IBGE (2019), 78,3% das pessoas de 10 anos ou mais (143,5 milhões) estão conectadas à internet. E à medida que a presença online se torna cada vez mais predominante, é necessário explorar o impacto desse uso na saúde mental, com destaque para os crescentes casos de ansiedade e baixa autoestima entre os usuários.

“A constante exposição a múltiplas tarefas, informações e estímulos visuais cria uma sobrecarga cognitiva que pode levar ao aumento da ansiedade. Além disso, o consumo incessante de conteúdo nas redes sociais pode gerar gatilhos emocionais e estresse, impactando a estabilidade emocional do

indivíduo”, pontua a psicóloga Karen Valéria da Silva. A especialista destaca ainda a natureza seletiva das mídias sociais, que leva o usuário a comparar sua vida com os destaques das vidas dos outros. “Esse comportamento de comparação pode levar a uma baixa autoestima, pois muitas vezes nos medimos em relação às supostas vidas perfeitas que vemos online”, diz. Segundo ela, a busca incessante por validação online pode minar a confiança pessoal e gerar sentimentos de desvalorização.

Outro problema recorrente do mal uso das redes sociais é o cyberbullying que, apesar de estar presente em todas as fases da vida, é ainda mais preocupante na infância e adolescência. “A natureza impessoal da comunicação online pode levar as pessoas

a agirem de maneiras que não fariam pessoalmente, o que pode resultar em comentários negativos, ataques pessoais e assédio”, revela.

Para minimizar esses riscos, algumas estratégias para um uso equilibrado das mídias sociais podem ser adotadas, segundo Karen, entre elas:

Autoconhecimento: Reflita sobre como as mídias sociais afetam você emocionalmente e esteja atento aos momentos em que se sente ansioso, triste ou inadequado após o uso. Isso permitirá que você tome medidas proativas para minimizar essas emoções negativas.

Conteúdo positivo: Selecione cuidadosamente o conteúdo que você consome online. Siga contas que promovam positividade – acima de tudo a positividade realista, e não a idealizada e inalcan-

çável. Reduza o tempo gasto em plataformas que frequentemente desencadeiam sentimentos negativos.

Limite de tempo: Estabeleça limites de tempo para o uso das mídias sociais. Defina intervalos regulares de desligamento para permitir momentos de desconexão.

Diversificação das atividades: Equilibre o tempo gasto online com atividades offline significativas. Invista

em hobbies, exercícios e interações sociais cara a cara para promover o bem-estar geral.

Promoção da empatia: Ao interagir online, pratique a empatia e o respeito mútuo. **Comunicação aberta:** Caso seja vítima de cyberbullying ou experiências negativas, fale com alguém de confiança. Não hesite em buscar apoio emocional, seja de amigos, familiares ou profissionais de saúde mental. (Flávia Girardi)

DIVULGAÇÃO



ACT TO IMPACT
YÁZIGI

CUIDANDO DAS PESSOAS, EDUCANDO AS EMOÇÕES.

O Yázigi acolhe e apoia o desenvolvimento emocional dos nossos cidadãos do mundo.

(19) 3394-0035

YÁZIGI

NÓS VAMOS ATÉ VOCÊ!

COLETA DOMICILIAR

Faça seu exame e aproveite essa exclusividade.

DIGA QUE VIU ESTE ANÚNCIO E NÃO PAGUE TAXA

(19) 99310-9634

Acesse nosso site e consulte a unidade mais próxima

www.draedna.com.br

LABORATÓRIO
DRA EDNA JAGUARIBE
www.draedna.com.br

Atletas do Ituano Basquete vão participar dos Jogos Pan-Americanos 2023 no Chile

Entre as atletas convocadas estão as rubro-negras Leila Zabani, Maria Paula Albiero e Mari Dias

DA REDAÇÃO
redacao@maieexpressao.com.br

A Confederação Brasileira de Basketball (CBB) divulgou a lista das atletas convocadas para os Jogos Pan-Americanos 2023 e, entre elas, estão as rubro-negras Leila Zabani, Maria Paula Albiero e Mari Dias. Os Jogos Pan-Americanos serão realizados entre os dias 25 de outubro e 4 de novembro, em Santiago, no Chile. Os treinamentos da Seleção Brasileira, por sua vez, têm início em 13 de outubro. Além do Brasil, participam dos Jogos Pan-Americanos a Argentina, Chile, Colômbia, Cuba, México, Porto Rico e Venezuela. As seleções deverão ser divididas em dois grupos e se enfrentarão dentro das chaves; as duas melhores avançam para às semifinais e as terceira e quarta colocadas jogam partidas de reclassificação.



Os Jogos Pan-Americanos 2023 serão realizados no Chile

20ª Copa Itu de Futsal Menores 2023 abre inscrições

Estão abertas as inscrições para 20ª Copa Itu de Futsal Menores 2023. O torneio é dedicado às categorias Sub 08, 10, 12 e 14. As fichas deverão ser retiradas pelos interessados diretamente na sede da Secretaria Municipal de Esportes (no interior do Estádio Novelli Júnior, Praça Washington Luiz, s/n, Vila Nova), de segunda à sexta-feira, das 8h às 17h.

O futsal é um esporte co-

letivo semelhante ao futebol de campo, mas possui suas peculiaridades. A modalidade tem regras específicas e diferencia-se, por exemplo, pelo número de jogadores, 5 em cada equipe, e pelas dimensões do espaço de jogo. Também chamado futebol de salão, é mais dinâmico e veloz que o futebol clássico. O objetivo é marcar gols. O time que tiver feito mais gols no tempo de jogo irá ganhar a partida.



As fichas deverão ser retiradas pelos interessados diretamente na Secretaria de Esportes



CAPITAL PREMIADO

PARTICIPE!

MUITOS PRÊMIOS PARA VOCÊ!



PARA SABER MAIS ACESSE: promocoes.cooplivre.com.br | [f](https://www.facebook.com/sicoobcooplivre) [@sicoobcooplivre](https://www.instagram.com/sicoobcooplivre)



AGÊNCIA ELIAS FAUSTO
R. XV de Novembro, 221 - Centro
Tel.: (19) 3821-8090



SICOOB COOPLIVRE
Instituição Financeira Cooperativa

Jovem ituana conquista os 100 jurados e se torna campeã do Canta Comigo Teen

Clarinha Teixeira, de 15 anos, conquistou 50,18% dos votos. Ela canta desde os 4 anos.

DA REDAÇÃO
redacao@maieexpressao.com.br

A jovem ituana, Clarinha Teixeira, de 15 anos, foi a grande vencedora do Canta Comigo Teen, da TV Record. A cantora disputou a final com Manu Paiva, que ficou em segundo lugar, com 32,68%, da preferência do público; e Mina na terceira colocação, com 17,14% dos votos.

Clarinha se classificou para a final no quarto episódio do programa musical, ao

levantar 100 jurados cantando Abandonada por Você, de Fafá de Belém. Na final do reality, a cantora foi a penúltima candidata a se apresentar, cantando a música Sangrando, de Gonzaguinha, e mais uma vez, levantou os 100 jurados, levando-a para o Top 3, para encarar a votação do público.

Em sua última apresentação, Dormi na Praça, da dupla Bruno & Marrone a fez conquistar o primeiro lugar na competição.

Em entrevista ao Jornal Mais Expressão, Clarinha

disse que a sua participação no Canta Comigo Teen, foi a realização de um grande sonho. “Foi muito emocionante. Na hora eu nem acreditei e fiquei muito feliz, de verdade”, disse.

Essa não é a primeira vez que Clarinha participa de competições musicais na televisão. Em 2022, esteve no programa do Raul Gil, no SBT. “Particpei do quadro Shadow Brasil e foi uma grande experiência para minha vida”, comenta.

Preparação

Clarinha que canta desde os seus 4 anos, contou com o apoio não só da família, mas também do professor de música, Dimas Tadeu. “A conquista foi nossa, pois com o apoio e dedicação do Dimas, conseguimos. Sou muito grata a ele por tudo, por ter confiado e acreditado em mim”, disse.

O professor conta que a Clarinha evoluiu muito, desde a primeira avaliação. “Desde os 5 anos era nítido o quanto ela gostava de cantar, mas ao mesmo tempo não conseguia se expressar. Porém, ela sempre demonstrou muito interesse em aprender e estudar música. Ela ama a música e nasceu



Clarinha Teixeira conquistou 50,18% dos votos e foi a vencedora do Canta Comigo Teen, da TV Record

FOTOS: ARQUIVO PESSOAL



Clarinha tem apenas 15 anos e canta desde pequena

para cantar!”, revela Dimas.

Para a participação no reality, ele conta que foram muitos dias de treinamentos, como afinação, respiração, interpretação, repertório, postura e presença de palco. “Como sempre falo, foi sendo lapidado um diamante. Além de ter o dom, Clarinha é muito dedicada, esforçada e comprometida. Ela sabe o que quer, e isso sem dúvida ajudou muito no desenvolvimento”, conta o professor.

Ser a campeã do Canta

Comigo Teen foi motivo de orgulho para o professor. “Foi muito emocionante e gratificante, pois torci muito por ela. Ela é uma menina muito esforçada e que merecia muito esse título. Eu e a Clarinha respiramos música, e a música é a nossa vida, por isso não medimos esforços para que sempre façamos o melhor em tudo”.

Para o futuro, Clarinha e Dimas contam que há novos projetos em andamento e que novidades vem por aí!

Plaza Shopping Itu apresenta “Quintal do Plaza” neste final de semana



Pais e filhos se divertem com brinquedos clássicos e novidades em parceria com a Ri Happy

Nesta sexta, sábado e domingo, dias 29 e 30/9 e 1º/10, o Plaza Shopping Itu realiza uma nova edição do “Quintal do Plaza”, em parceria com a Ri Happy do Shopping Itu, com entrada gratuita.

Das 13h às 19h, a Praça de Eventos do Plaza vai contar com novidades em brinquedos para diversão de toda a família, além dos clássicos, que fizeram sucesso nas últimas décadas, como

Jenga, Segure se Puder, Cara a Cara, Massa Estrela, Varetas e Blocos de Engenheiro entre outros jogos.

“Buscamos sempre envolver os pais e filhos em atividades diferenciadas, momentos exclusivos aqui no Shopping, como o ‘Quintal do Plaza’. Nosso espaço lúdico incentiva essa interação com a família”, destaca Edgar Silveira, Gerente de Marketing do Plaza Shopping Itu. A programação

completa no site: www.plazashoppingitu.com.br.

Sobre o Plaza Shopping Itu

Inaugurado em 2000, o Plaza Shopping Itu é um empreendimento que se tornou referência na região. Com localização privilegiada, o Complexo do shopping conta com 150 lojas, além do Hotel Ibis e do Supermercado Pão de Açúcar.

GRUPO
ALPS
FUNDAÇÕES

POTENCIALIZANDO O SUCESSO DA SUA OBRA!

Novo Trator Perfuratriz de alto torque: perfuração de estacas com precisão e eficiência, atingindo até 15 metros de profundidade!

Eleve sua construção a um novo patamar com uma performance incomparável!

Entre em contato agora mesmo e faça um orçamento.



CONTATO

(19) 99911-1994 | www.grupoalps.com.br

Escritora ituana lança livro infantil 'T-Rex Bracinhos Curtos' que fala sobre inclusão

Gabrielle Sampaio lança seu primeiro livro no dia 1º de outubro, na Fábrica São Luiz

DENISE KATAHIRA
denisekathira@maiseexpressao.com.br

A escritora Gabrielle Sampaio irá lançar o seu primeiro livro infantil "T-Rex Bracinhos Curtos" no dia 1º de outubro (domingo), às 10h45, na Feira de Antiguidade e Curiosidades que será realizada no Espaço Fábrica São Luiz.

A história do T-Rex representa a dificuldade de crianças com deficiência ou alguma atipicidade física no convívio social, por se sentirem diferentes e muitas vezes incapazes. A história é contada a partir do diálogo rotineiro do T-Rex com seus amiguinhos, que o fazem enxergar que a gentileza e o amor são as verdadeiras chaves para uma vida feliz e repleta de amigos, e que com bons e verdadeiros amigos toda diferença desaparece.

Apaixonada pela literatura, Gabrielle escreveu o livro durante a pandemia e viu a inclusão social um importante



Escritora Gabrielle Sampaio lança seu primeiro livro "T-Rex Bracinhos Curtos"

tema para ser debatido entre as crianças. "O livro surgiu de uma inspiração, de um sonho que eu tive, durante uma noite, há 3 anos, no auge da pandemia. A necessidade de trazer a inclusão e a importância do amor, me fez estudar afundo o tema até chegar a

esse final publicado", conta.

Após se inscrever em concursos e enviar a história para diversas editoras, o seu sonho se tornou realidade quando foi aprovada pela editora Ases da Literatura, situada em Portugal. "Foi uma grande realização e o processo de

ilustração foi bem delicado, momento onde entreguei meu sonho nas mãos de alguém que o colocaria em 'vida'. Foi empolgante e enriquecedor, uma experiência de anseios e entrega", revela a escritora.

Dedicada à escrita desde os seus 9 anos, Gabrielle

expressa seus sentimentos e desejos através de cartas, poesias e textos reflexivos. "Eu me encontro na escrita e é uma forma que vejo de expressar quem sou, o que tenho dentro de mim. É uma forma de chegar até as pessoas, de forma positiva e amorosa", finaliza.

Onde comprar

O livro "T-Rex Bracinhos Curtos" está a venda nas principais plataformas digitais em países, como Portugal, Espanha, Estados Unidos, Canadá, Reino Unido, França, Alemanha, Itália, Austrália, Japão, Países Baixos, Suécia e Polônia.

No site da Amazon está entre os 100 livros mais vendidos.

SERVIÇO

Lançamento – "T-Rex Bracinhos Curtos"

Data: 1º de outubro

Horário: 10h45

Local: Feira de Antiguidade e Curiosidade – Espaço Fábrica São Luiz.

Sistema Utu-Guaçu

Cada vez **MAIS PERTO** de você.

710 TUBOS*

Estrada do Pau D'Alho

MAIS UMA OBRA CIS

A maior captação de água da história de Itu.

Captação de água bruta

A CIS segue com **QUATRO FRENTE DE TRABALHO SIMULTÂNEAS** do novo Sistema Utu-Guaçu. Desde o início das obras foram enterrados **710 TUBOS***, o equivalente a **5 KM**, uma média de 21 tubos por dia. Trabalho que será ampliado nas próximas semanas.

Bairro Rancho Grande

Com inauguração prevista para meados de 2024, essa nova captação de água vem **RESOLVER A DEMANDA HÍDRICA DE ITU**. Sabemos que as obras podem causar desconforto, mas os benefícios serão para sempre.

cis-itu.com.br
@companhiaituanadesaneamento

*até 17/08/2023



**A MELHOR SEMANA PARA
VOCÊ COMPRAR SEU JEEP**

**TODA LINHA JEEP
COM TAXA 0%**

Ofertas válidas para
CNPJ, P. Rural e PCD




COMPASS SPORT
DE **R\$ 178.590,00**
POR **R\$ 157.890,00**

**COMMANDER
FLEX OVERLAND**
DE **R\$ 278.990,00**
POR **R\$ 233.990,00**



Ofertas válidas até 30/9/23

 (11) 2118-3333

Av. Tiradentes, 674 - Alto da Vila Nova - Itu/SP

Jeep
Bicudo