



# JORNAL INTERATIVO

O Jornal feito com Você

DIRETOR: JOSÉ FERNANDO PEREIRA DOS SANTOS

SÁBADO 28 DE JUNHO DE 2025

EDIÇÃO: 531

ANO 05 - WWW.JORNALINTERATIVO.NET

G1 Fronteira



## Prefeitos de Dracena Junqueirópolis e Tupi Paulista tiveram audiência com superintendente do DER e encaminharam reivindicações

Na última quarta-feira (25), a prefeita Geni Lobo, junto aos prefeitos Neto Furini, de Junqueirópolis, e Juliano Guiro, de Tupi Paulista, participou de uma audiência com o superintendente do Departamento de Estrada e Rodagem (DER), coronel Sérgio Codelo.

O encontro foi realizado na sede do DER e teve por objetivo levar o pedido de asfalto da Vicinal Mário Covas (Estrada Pousada Bom Samaritano), ligando os municípios de Dracena e Junqueirópolis.

P.5

## REGIÃO

Homem em situação de rua é achado morto dentro de Kombi em Ourinhos; polícia suspeita de hipotermia

P.8

## GERAL

29 de Junho – Festa de São Pedro:  
O Guardiã das Chaves do Céu

P.10

## GERAL

Inchaço nas pernas pode ser lipedema: veja outros sintomas

P.17

**JORNAL  
INTERATIVO**

O Jornal feito com Você

**Contato**  
(18) 99722-0809**CNPJ**  
26.344.490/0001-37  
**Inscr. Est.**  
292.075.964-119  
**Rua:**  
Cristina Pompílio Schmidt, Nº 42  
**Bairro:**  
Fret Moacir I**DIRETOR: JOSÉ FERNANDO  
PEREIRA DOS SANTOS**  
**JORNALISTA RESPONSÁVEL:**  
GILMAR PINATO  
MTB:24.051**E-mails:**  
contato@jornalinterativo.net

# O toque de ouro moderno: Consumimos tudo, mas desfrutamos de pouco

\*PROFESSOR

A vida é repleta de momentos maravilhosos, mas também de desafios. As angústias podem variar desde a leve sensação de solidão até estados profundos de sofrimento. Muitas dessas dores são moderadas, porém constantes—como a ansiedade, a irritabilidade e a falta de satisfação pessoal. É natural desejar menos sofrimento e mais contentamento, amor e paz.

Nosso corpo, cérebro e mente operam em sistemas que buscam equilíbrio, mas as mudanças constantes os desestabilizam, gerando sinais de ameaça, dor e angústia. Assim, enquanto existirmos, esse equilíbrio será sempre desafiado. Para garantir nossa sobrevivência, o cérebro trabalha incessantemente para organizar esses sistemas e identificar padrões, sempre perseguindo o momento que acabou de passar, tentando compreendê-lo e controlá-lo.

O neurologista Rick Hanson compara essa experiência à de estar à beira de uma cachoeira, sendo levado pelo fluxo ininterrupto do tempo. Cada instante vivido desaparece rapidamente, mas o cérebro insiste em tentar agarrar o que já passou.

Na mitologia grega, o Rei Midas, muito ganancioso e obcecado pela riqueza, desejou que tudo o que tocasse se transformasse em ouro. Seu pedido foi atendido pelo Rei Dionísio, mas

logo percebeu que sua dádiva era uma maldição—não podia tocar sua filha, comer ou beber. Desesperado, implorou ao deus Dionísio que revertesse o desejo, sendo instruído a lavar-se no rio Pactolo, localizado a uma grande distância, para livrar-se do toque de ouro.

Na sociedade contemporânea, vivemos algo semelhante. Associamos prazer ao bem e desprazer ao mal, o que nos lança em uma engrenagem de consumo, sem verdadeira satisfação. Como Midas, tocamos tudo sem realmente desfrutar de nada. A busca por gratificação instantânea nos torna prisioneiros do imediatismo, impedindo-nos de viver plenamente.

Talvez seja hora de aceitar que cada acontecimento resulta de inúmeros fatores anteriores e que as coisas nem sempre saem como planejamos. O vidro pode quebrar, os planos podem falhar, a gripe pode aparecer e as pessoas podem nos decepcionar. Mas tudo isso faz parte da impermanência da vida.

A vida nos molda e nos remolda a todo instante e o primeiro passo é começar a transformação dentro de nós mesmos.

**\*Edson Fávero**



SÁBADO, 28 DE JUNHO DE 2025





# 1º Caminhada Rural reúne centenas de participantes e ganha elogios pela organização

Diretoria de comunicação-Dracena



Diretoria de comunicação-Dracena



Diretoria de comunicação-Dracena



## DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO DRACENA

A manhã do último domingo (22) para cerca de 200 pessoas foi diferente e inesquecível ao participarem da 1ª Caminhada Rural do Bairro Marrequinha. O ponto de partida dos participantes e dos membros da organização foi no trevo do distrito de Jamaica e de lá, eles foram embarcados em ônibus até o início do percurso da estrada de terra. Com o percurso de 5km a pé pelo bairro Marrequinha, os visitantes puderam apreciar belas paisagens do campo e da natureza. Durante o trajeto, as pesso-

as interagiam com o guia que mostrava e informava os pontos com as espécies de árvores plantadas, culturas agrícolas como a do urucum, além dos animais do campo e da natureza. Um belo café da manhã foi servido em uma propriedade rural aos participantes da caminhada. A capela da igreja Marrequinha recém-restaurada pela associação dos moradores foi um dos pontos de parada para apreciação dos visitantes. Por fim, a mina d'água do córrego da Marreca foi o local que mais encantou as pessoas que puderam fazer belos registros fotográficos.



Drogarias  
**Farmais**



# Prefeitos de Dracena Junqueirópolis e Tupi Paulista tiveram audiência com superintendente do DER e encaminharam reivindicações

Diretoria de Comunicação - Dracena

DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO  
DRACENA

Na quarta-feira (25), a prefeita Geni Lobo, junto aos prefeitos Neto Furini, de Junqueirópolis, e Juliano Guiro, de Tupi Paulista, participou de uma audiência com o superintendente do Departamento de Estrada e Rodagem (DER), coronel Sergio Codelo. O encontro foi realizado na sede do DER e teve por objetivo levar o pedido de asfalto da Vicinal Mário Covas (Estrada Pousada Bom Samaritano), ligando os municípios de Dracena e Junqueirópolis. A distância entre os municípios é de 5 km e hoje é feita por estrada de terra. Também durante o encontro, a prefeita Geni Lobo entregou ofícios solicitando recursos para a constru-

ção da rotatória com acesso ao Conjunto Habitacional Florindo Tabachi, pela estrada vicinal que liga Dracena e Ouro Verde, além de solicitar a concessão de uso do prédio do DER para o município. Além desses pedidos, a prefeita Geni apresentou o projeto para viabilizar recursos de recapeamento asfáltico da estrada vicinal que liga Dracena a Tupi Paulista, reforçando a demanda do prefeito Juliano Guiro, que já estava com o projeto em andamento no DER. Tanto a prefeita Geni Lobo quanto os prefeitos Neto Furini e Juliano Guerino saíram satisfeitos da audiência com o superintendente do DER.



Siga nossas Redes Sociais:

 @santahelena.homecenter /santahelena-homecenter [www.santahelenahomecenter.com.br](http://www.santahelenahomecenter.com.br)**Dracena - Tupi Paulista - Pres. Epitácio**

## Região de Presidente Prudente registrou pontos de geada na madrugada de quarta-feira



G1 Fronteira



G1 Fronteira

G1 FRONTEIRA

A região de Presidente Prudente (SP) registrou, na madrugada de quarta-feira (25), diferentes pontos de geada. A Coordenadoria de Proteção e Defesa Civil emitiu um boletim meteorológico que previu uma queda acentuada das temperaturas em todo o Estado de São Paulo, em razão da atuação de uma massa de ar polar, com destaque para as madrugadas, quan-

do são esperadas as menores mínimas. Para a região de Presidente Prudente, a previsão foi de que a mínima seria de 6°C. De acordo com o climatologista Vagner Camarini, esse fenômeno pode ocorrer, principalmente, nas baixadas, mas de fraca intensidade e sem causar danos significativos ao meio ambiente. Para as culturas mais sensíveis, os prejuízos da geada podem causar a queima parcial das folhas e até a morte das plantas.



ÓTICA VISÃO



SÁBADO, 28 DE JUNHO DE 2025

# CANTINHO DO CHURRASCO AVENIDA

APROVEITE, VOCÊ É DE *casa*.

Cortes especiais, acompanhamentos deliciosos e tudo pronto pro seu churrasco.

|                                                                                                                           |                                                                                                                 |                                                                  |                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>COSTELA BOVINA RIPA kg</b><br><b>CARNE FRESCA/DESOSSA</b><br><div>+5% OFF com cartão + amigo</div> <b>R\$ 23.99</b> kg | <b>FRALDINHA kg</b><br><b>CARNE FRESCA/DESOSSA</b><br><div>+5% OFF com cartão + amigo</div> <b>R\$ 37.98</b> kg | <b>LINGUIÇA TOSCANA FRIMESA kg</b><br><b>R\$ 19.98</b> kg        | <b>COSTELA SUÍNA kg</b><br><div>+5% OFF com cartão + amigo</div> <b>R\$ 24.99</b> kg |
| <b>CONTRA FILÉ kg</b><br><div>+5% OFF com cartão + amigo</div> <b>R\$ 42.99</b> kg                                        | <b>PALETA BOVINA kg</b><br><div>+5% OFF com cartão + amigo</div> <b>R\$ 36.99</b> kg                            | <b>COXINHA DA ASA COPACOL 800g</b><br><b>R\$ 16.99</b> cada      | <b>PÃO COM LINGUIÇA E MUÇARELA MEZZANI 400g</b><br><b>R\$ 16.99</b> cada             |
| <b>MOLHO CHURRASCO VALE DO PARAÍSO 300g</b><br><b>R\$ 9.98</b> cada                                                       | <b>QUEIJO COALHO QUATÁ 300g C/ ORÉGANO</b><br><b>R\$ 29.99</b> cada                                             | <b>FAROFA PRONTA YOKI TEMPERADA 400g</b><br><b>R\$ 8.99</b> cada | <b>CARVÃO JUNQUEIRA 4kg</b><br><b>R\$ 29.99</b> cada                                 |
| <b>Clube + amigo</b><br><b>R\$ 8.99</b> cada                                                                              | <b>Clube + amigo</b><br><b>R\$ 25.99</b> cada                                                                   | <b>Clube + amigo</b><br><b>R\$ 6.99</b> cada                     | <b>Clube + amigo</b><br><b>R\$ 26.99</b> cada                                        |

## PROMOÇÃO VOCÊ É DE CASA AVENIDA

CONCORRA A 6 HONDA BIZ 0KM

1 MOTO POR LOJA! SORTEIO DIA 30/08

PROMOÇÃO VÁLIDA DE 02/06 ATÉ 29/08

Ofertas válidas de 27/06/2025 a 29/06/2025 ou enquanto durarem os estoques nas lojas de Dracena, Tupi Paulista e Junqueirópolis. Imagens ilustrativas



SÁBADO, 28 DE JUNHO DE 2025

# Homem em situação de rua é achado morto dentro de Kombi em Ourinhos; polícia suspeita de hipotermia



G1 Bauru

G1 BAURU

Um homem em situação de rua foi encontrado morto na manhã de terça-feira (24) dentro de uma Kombi estacionada em um posto de combustíveis, na Vila São Luís, em Ourinhos (SP). A principal suspeita é de que ele tenha morrido em decorrência do frio intenso registrado na cidade durante a madrugada, porém a causa ainda será investigada. Segundo funcionários do posto, o homem que era

de Piraju e tinha entre 60 e 70 anos, costumava usar o veículo, que não era de sua propriedade, como abrigo durante as noites frias. Ele aparentava estar debilitado e já havia buscado atendimento na Unidade de Pronto-atendimento da cidade. A Polícia Civil foi acionada e trabalha com duas linhas de investigação: a possibilidade de morte por frio extremo (hipotermia) ou uma eventual overdose, já que ele vivia em situação de rua. No entanto, frentistas e pessoas que o conheciam

disseram que ele não apresentava sinais de uso de drogas ou álcool, o que reforça a hipótese de hipotermia como causa mais provável. A cidade registrou 6,1°C ontem terça-feira, segundo o Instituto Nacional de Meteorologia (Inmet). A Kombi não está abandonada, mas era acessível para que ele dormisse durante a noite. A equipe da assistência social informou que tentou oferecer ajuda e abrigo, mas o homem teria recusado. O corpo foi encaminhado para o Instituto Médico Legal (IML), e um familiar já se apresentou para realizar o reconhecimento. O laudo que irá confirmar oficialmente a causa da morte.





Instrumentos Musicais  
Caça-Palavras



Caça palavras sobre instrumentos musicais (violão, piano, guitarra, bateria, flauta, etc) para você jogar.

→  
↓

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| T | E | S | P | I | N | E | T | A | F |
| R | E | T | E | C | L | A | D | O | S |
| O | T | A | N | T | Ã | Â | T | A | R |
| M | S | R | A | B | E | C | A | E | B |
| P | F | P | O | C | Ã | D | M | A | A |
| E | L | R | E | L | V | O | B | B | N |
| T | A | A | B | A | I | X | O | O | J |
| E | U | T | H | R | O | S | R | N | O |
| D | T | O | S | I | N | O | I | G | T |
| E | A | S | O | M | E | G | M | Ô | O |

Jogue Este Caça-Palavras  
[rachacuca.com.br/x/cp/54](http://rachacuca.com.br/x/cp/54)



© RachaCuca.com.br

Instrumentos Musicais

|        |          |          |          |
|--------|----------|----------|----------|
| BAIXO  | ESPINETA | SINO     | TROMPETE |
| BANJO  | FLAUTA   | TAMBORIM |          |
| BONGÔ  | PRATOS   | TANTÃ    |          |
| CLARIM | RABECA   | TECLADO  |          |

MOUSSE DE CHOCOLATE

INGREDIENTES (12 PORÇÕES)

- 1- 1 LATA DE LEITE CONDENSADO
- 2- 1 LATA DE CREME DE LEITE GELADO
- 3- 4 COLHERES DE ACHOCOLATADO EM PÓ
- 4- 1 COLHER (CHÁ) DE MANTEIGA OU MARGARINA
- 5- 3 CLARAS EM NEVE

MODO DE PREPARO

- 1- LEVE AO FOGO O LEITE CONDENSADO, A MANTEIGA E O ACHOCOLATADO, MEXENDO SEM PARAR ATÉ QUE A MISTURA SOLTE DO FUNDO DA PANELA.
- 2- RESERVE E DEIXA ESFRIAR.
- 3- MISTURE O CREME DE LEITE E AS CLARAS EM NEVE ATÉ OBTER UMA MISTURA HOMOGÊNEA.
- 4- DESPEJE A MASSA EM UM REFRATÁRIO E LEVE AO CONGELADOR POR APROXIMADAMENTE 50 MINUTOS.
- 5- SIRVA BEM GELADO.





## 29 de junho, Dia de São Pedro



### REDAÇÃO PESQUISA

O Dia de São Pedro, celebrado em 29 de junho, é uma data importante no calendário litúrgico católico, homenageando o apóstolo Pedro, considerado o primeiro papa. Existem diversas tradições e crenças associadas a essa data, algumas com raízes históricas e outras com caráter popular. Mitos e Verdades sobre o Dia de São Pedro:

#### •São Pedro como porteiro do céu:

A crença de que São Pedro guarda as chaves do céu tem origem em uma passagem bíblica onde Jesus promete a Pedro as chaves do reino dos céus.

#### •São Pedro e a chuva:

A associação entre São Pedro e a chuva tem relação com a tradição de que ele "arruma o céu" ou "lava o chão", e trovões seriam o som de seus móveis sendo arrastados.

#### •São Pedro e as festas juninas:

São Pedro é um dos santos celebrados nas festas juninas, juntamente com São João e Santo Antônio, embora sua festa ocorra em 29 de junho e as festas juninas se estendam por todo o mês de junho.

#### •São Pedro padroeiro dos pescadores:

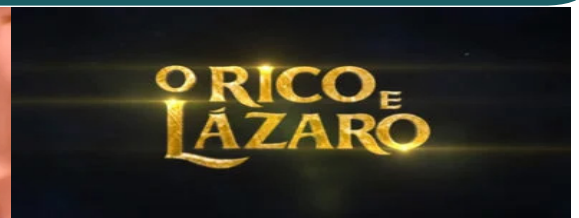
São Pedro, antes de ser discípulo de Jesus, era pescador, e a tradição cristã o considera padroeiro dessa profissão.

#### •A crucificação de cabeça para baixo:

A tradição católica conta que Pedro foi crucificado de cabeça para baixo a seu pedido, por não se achar digno de morrer da mesma forma que Jesus.

É importante ressaltar que algumas dessas associações são mais de caráter popular e folclórico, enquanto outras têm base em tradições e ensinamentos religiosos.

## Resumo das Novelas



Satilmis ainda está esperando que Arda diga "mamãe". Todos estão animados com o casamento de Ceyda e Raif... No sofá, Ceyda abraça Raif e Bahar acorda ao lado de Arif. Desde que se beijaram, o relacionamento deles parece estar consolidado. Quando eles saem para tomar ar fresco, Bahar fala sobre o lindo pedido de casamento de Raif e como eles são felizes juntos.

Douglas Maldonado decide escrever uma carta a Paulina pois está estranhando que até agora ela não tenha se manifestado sobre a doação que ele lhe fez. Paola liga para a fábrica e diz a Carlos Daniel que o ama e que está disposta a reconquistá-lo. O Amo Novelas ainda conta mais.

Lior pede para Asher deixar de ser teimoso e o convida para o casamento de Joaquim. Ebede-Meleque ajuda Neusta a se arrumar para a cerimônia. Evil conversa com Shamiran e diz que permitirá que Joaquim deixe a cidade. Nitócris e Nabonido recebem uma mensagem do servo Madai. Dana fica mexida com o olhar de Absalom. Nebuzaradã diz que Arioque pode ser um problema em seu caminho.



# Gripe aviária: 16 países suspendem restrição à carne brasileira



AGÊNCIA BRASIL

O Ministério da Agricultura e Pecuária (Mapa) divulgou nota na última terça-feira (24) informando que 16 países retiraram as restrições à importação de carne de aves do Brasil, após o caso de gripe aviária registrado no Rio Grande do Sul. Integram a lista Argélia, Bolívia, Bósnia e Herzegovina, Egito, El Salvador, Iraque, Lesoto, Líbia, Marrocos, Mianmar, Montenegro, Paraguai, República Dominicana, Sri Lanka, Vanuatu e Vietnã. No último dia 18, o Brasil voltou a ser um país livre da influenza aviária, após ter cumprido os protocolos internacionais que preveem, entre outras medidas, o prazo de 28 dias sem novos registros em granjas comerciais. Um único caso confirmado em estabelecimento comercial foi registrado em uma granja no município gaúcho de Montenegro, no dia

16 de maio. A confirmação da doença foi feita no dia 22 de maio, após a conclusão da desinfecção da granja contaminada. No momento, 14 países, mais a União Europeia, mantém o embargo total à exportação da carne brasileira. Mais 19 países, além do Reino Unido, estão com a suspensão restrita à carne proveniente do Rio Grande do Sul. Catar, Emirados Árabes e Jordânia estão com a exportação suspensa apenas para produto oriundo do município de Montenegro.

## O que é a gripe aviária?

A influenza aviária, comumente conhecida como gripe aviária, afeta principalmente aves, mas também foi detectada em mamíferos, incluindo bovinos. A transmissão ocorre pelo contato com aves doentes e também por meio da água e de materiais contaminados. A doença raramente afeta humanos, e a orientação é que as pessoas se mantenham informadas e adotem as medidas preventivas recomendadas.





# CARTÃO DA SAÚDE BLACK CHEGOU!

Mais benefícios, mais liberdade, mais  
cuidado com você e sua família.

- Consultas médicas  
**GRATUITAS**
- Para até **5 pessoas**  
da família
- **Odontologia** com  
avaliação clínica,  
profilaxia e raio-x  
panorâmico **GRÁTIS!**



POR APENAS

**R\$199,90**



**Cartão  
da SAÚDE**  
Benefícios e Descontos

**Junte-se a gente,  
você também!**

18 **99665-3880**

18 **3822-6060**



## Alertas de cuidados com “canetas emagrecedoras”



cedida

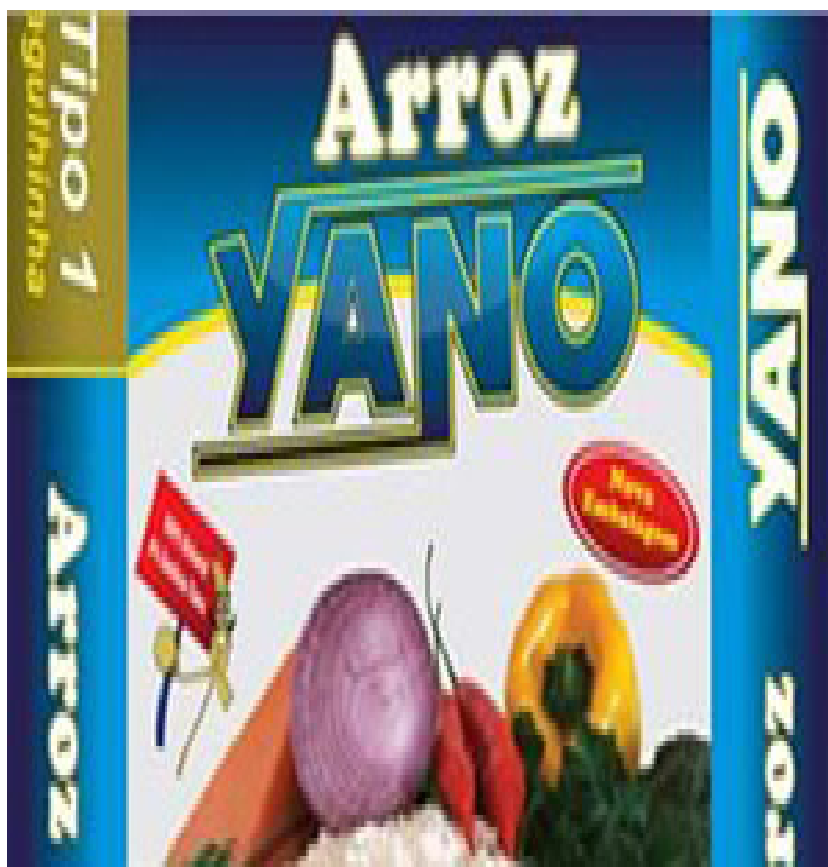


cedida

### REDAÇÃO PESQUISA

O uso de "canetas emagrecedoras", como Ozempic, Wegovy e Mounjaro, deve ser feito sob estrita orientação médica, devido aos riscos potenciais e efeitos colaterais. É crucial discutir os benefícios e riscos com um profissional de saúde antes de iniciar o tratamento, considerando o histórico médico e condições de saúde. O uso inadequado ou sem acompanhamento pode levar a complicações sérias, como pancreatite e reações alérgicas. Confunde-se o tratamento da obesidade com o desejo social de emagrecer. Então, muita gente, ao falar de remé-

dios para emagrecer, pensa naquela pessoa magra que quer perder 4,5 quilos para ir para a praia, quando, na verdade, esses remédios são usados para tratar uma doença crônica. A venda desses remédios e a necessidade de ampliação da restrição e classificação especial dos medicamentos foi tema de debate na Comissão de Saúde da Câmara dos Deputados. Atualmente, as drogas são classificadas com tarja vermelha, que exigem prescrição médica, mas estão sendo vendidas sem receita nas drogarias, farmácias de manipulação e até pela internet, segundo a pesquisadora da Universidade de São Paulo Tamires Capello, especialista em direito médico, hospitalar e saúde.



# Em derrota para o governo, Câmara derruba decretos do novo IOF



UOL

A Câmara dos Deputados aprovou quarta-feira (25) o projeto de decreto legislativo, que derruba as regras do IOF (Imposto sobre Operações Financeiras) que o governo Lula havia editado em maio e junho. Foram 383 votos favoráveis e 98 contrários em sessão semipresencial. Apenas o PT e a Federação Psol-Rede votaram contra a medida. Diante da derrota, algumas alas do governo defendem judicializar o tema. O movimento, no entanto, poderia ampliar o desgaste com o Congresso na avaliação de deputados governistas. Agora, a proposta será encaminhada para o Senado.

O presidente da Casa, Davi Alcolumbre, afirmou que votará o projeto assim que ele chegar. Líderes do Senado afirmam que há uma "disposição grande" de Alcolumbre em votar o PDL. A motivação, na avaliação das lideranças, é a "parceria grande" entre os dois presidentes. Após aprovação, a proposta será promulgada pelo Congresso, sem precisar de passar pela sanção do presidente Lula. Alcolumbre apoia projeto contra o governo Lula. O gesto vai na contramão da boa relação que o presidente do Senado estabeleceu com presidente Lula. Motta não avisou o governo da decisão de derrubar o IOF.





# HORÓSCOPO

## **ÁRIES** 21/3 - 20/4

A semana traz mudanças sutis, mas profundas. Conversas inesperadas podem abrir sua mente e trazer novas perspectivas. Você sentirá uma necessidade maior de segurança emocional—olhar para suas raízes e fortalecer sua base será essencial. No fim da semana, a energia se renova e a criatividade ganha força.

## **LEÃO** 22/7 - 22/8

Esta semana pede equilíbrio entre brilhar e saber quando recuar. Você pode sentir vontade de compartilhar mais de si, mas também há momentos em que o silêncio trará as respostas certas. Pequenas atitudes focadas no seu crescimento podem abrir portas inesperadas.

## **SAGITÁRIO** 22/11 - 21/12

A semana convida a conversas intensas e reflexões profundas. Você pode sentir vontade de explorar emoções que costuma evitar. Nem tudo será confortável, mas encarar o que sente pode trazer grandes transformações. Aos poucos, as respostas aparecem e seu caminho se alinha.

## **TOURO** 21/4 - 20/5

A semana traz reflexões sobre valor e segurança. Você pode sentir vontade de estruturar melhor seus planos e finanças, mas sem pressa. Conversas importantes podem esclarecer dúvidas e abrir portas inesperadas. No fim da semana, priorize o conforto e o bem-estar, cuidando do que te faz sentir em casa.

## **VIRGEM** 23/8 - 22/9

Esta semana traz reflexões importantes sobre sua rotina e bem-estar. Reveja seus hábitos e inicie práticas simples que podem transformar seu dia a dia, como se comprometer a beber mais água, por exemplo... O momento pede mais confiança na sua intuição e na sua capacidade de adaptação.

## **CAPRICÓRNIO** 22/12 - 20/1

Essa semana pede que você desacelere e olhe para dentro, capricórnio. Seu corpo pode estar dando sinais de cansaço, e a Lua Minguante sugere mais atenção ao seu bem-estar. No meio da semana, relacionamentos ganham destaque: como anda o equilíbrio entre dar e receber? Seja no trabalho, no amor ou na família, algumas relações podem precisar de ajustes.

## **GÊMEOS** 21/5 - 20/6

Semana de reflexões e mudanças internas. Você sente vontade de expandir seus horizontes, mas também precisa estruturar melhor alguns planos. Pequenas decisões diárias podem transformar seu futuro.

## **LIBRA** 23/9 - 22/10

A semana traz um convite para sair da bolha e se permitir novas experiências. Pequenos desafios podem parecer obstáculos, mas talvez sejam apenas desvios para te colocar no caminho certo. Sua postura diante do mundo está em evidência—como você quer ser visto?

## **AQUÁRIO** 21/1 - 19/2

Essa semana pede que você se conecte mais com sua autenticidade, aquário. Sua criatividade está em alta, e momentos de expressão espontânea podem renovar sua energia. Mas não force nada—o prazer precisa vir sem culpa.

## **CÂNCER** 21/6 - 21/7

Semana de introspecção e percepção aguçada. Sua intuição te guia para encerrar ciclos e iniciar novos caminhos. O silêncio pode trazer mais respostas do que qualquer conversa. Evite reagir impulsivamente e observe antes de agir.

## **ESCORPIÃO** 23/10 - 21/11

A semana pede mais profundidade e menos pressa. Você pode sentir vontade de se recolher para organizar pensamentos e emoções. É um ótimo momento para revisar planos e ajustar estratégias, sem se cobrar tanto. O aprendizado vem da troca com pessoas e experiências novas. Algumas respostas ainda não estão claras, mas tudo se desenha no tempo certo.

## **PEIXES** 20/2 - 20/3

Essa semana traz um convite para olhar para dentro, peixes. O passado pode bater à porta, trazendo memórias e reflexões. Não fuja, mas também não se perca nelas. Permita-se sentir sem carregar pesos desnecessários. Sua intuição está afiada, e momentos de silêncio podem trazer respostas importantes. Cuide da sua energia, respeite seu ritmo e escolha bem onde a colocar.



# PF fiscalizará atividades de CACs a partir do dia 1º de julho



Agência Brasil

AGÊNCIA BRASIL

A Polícia Federal, vinculada ao Ministério da Justiça e Segurança Pública, assumirá, a partir de 1º de julho, a responsabilidade pelo registro das licenças, controle e fiscalização das atividades de CACs (coleccionadores, atiradores desportivos e caçadores). Atualmente, os CACs estão sob responsabilidade do Comando do Exército. **Entre as atribuições que passarão à Polícia Federal estão:**

• Registro de pessoas físicas e jurídicas para o exercício das atividades de colecionamento, tiro desportivo e caça

excepcional;

- Autorização para compra e transferência de armas;
- Fiscalização das atividades exercidas por CACs;
- Concessão de guias de tráfego;
- Fiscalização e controle do comércio varejista de armas para pessoa física.

Até o mês passado, 600 servidores da PF tinham sido qualificados para assumir as atividades que ainda são coordenadas no âmbito militar. Ao todo, serão criadas 123 delegacias de controle de armas nas capitais das 27 unidades da Federação e em 96 Núcleos de Controle de Armas em delegacias

federais no interior do país. A Polícia Federal anunciou na última segunda-feira (23) que está desenvolvendo um painel de BI (Business Intelligence) para trazer mais transparência aos dados estatísticos de processos relacionados a CACs. O objetivo é centralizar informações sobre as atividades relativas aos CACs. A nova ferramenta deverá apresentar de forma clara e acessível dados sobre registros, tipos de armas mais comuns, quantidade de armas, número de vistorias realizadas, autuações e apreensões, entre outros.

## Relembre

A substituição do Exército Brasileiro pela Polícia Federal já havia sido determinada no Decreto nº 11.615, assinado pelo presidente Luiz Inácio Lula da Silva, em julho de 2023. O decreto regulamentou o Estatuto do Desarmamento e estabeleceu que as atribuições de autorização, registro e fiscalização de armas de CACs deveriam passar do Exército para a Polícia Federal. A legislação também estabeleceu as regras para aquisição, registro, posse, porte, cadastro e à comercialização nacional de armas de fogo, munições e acessórios. A lei ainda detalha as normas para as atividades de caça, de tiro desportivo e de colecionamento de armas de fogo, munições e acessórios. Por fim, trata do funcionamento das entidades de tiro desportivo e da estruturação do Sinarm (Sistema Nacional de Armas).





# Inchaço nas pernas pode ser lipedema: veja outros sintomas



## REDAÇÃO PESQUISA

Como muitas pessoas, a professora Kallyne Kafuri Alves acabou ganhando alguns quilos durante o isolamento social da pandemia de covid-19. Ela voltou a se alimentar melhor e a fazer exercícios depois que as medidas sanitárias afrouxaram, mas o peso extra não ia embora, especialmente nas pernas. "Elas ficavam sempre muito inchadas, com

um aspecto feio, e eu sentia muita dor. É como se eu estivesse vestindo uma calça jeans grossa, bem molhada", lembra Kallyne, que mora em Vitória, no Espírito Santo. Um dia, a professora pegou carona com uma aluna que, casualmente, comentou que precisava ser muito cuidadosa com os exercícios e a alimentação, porque tinha lipedema, uma doença que causa excesso de gordura nas pernas, dor, inchaço e outros sintomas. "Ela falou tudo que

eu sentia!", recorda Kallyne. Foi quando sua ficha caiu. Depois de receber o diagnóstico de um especialista, ela reavaliou sua vida, e percebeu que sempre sentiu dores estranhas nas pernas. Além disso, finalmente entendeu porque elas passaram a ter um aspecto diferente, "como uma casca de laranja", conforme Kallyne crescia. A professora também se deu conta de que não estava sozinha: "Minha mãe e minha avó também tinham a mesma aparência do corpo, lembro especialmente da aparência das pernas delas e, analisando hoje, claramente elas tinham um edema."

## Origem genética

De acordo com o médico especialista em Cirurgia Vascular e Endovascular, Vitor Gornati, o lipedema foi descrito pela primeira vez na década de 1940, mas só passou a receber mais atenção de pesquisadores e especialistas há cerca de 10 anos. Estima-se que de 10% a 12% das mulheres brasileiras tenham a doença em algum nível, complementa Gornati, que também é membro da Sociedade Brasileira de Angiologia e Cirurgia Vascular.

*Amaral*  
Calçados



SÁBADO, 28 DE JUNHO DE 2025

# Inverno exige cuidados extras para prevenir doenças cardiovasculares e respiratórias



## REDAÇÃO PESQUISA

O inverno começou oficialmente na sexta-feira, dia 20, às 23h42, e vai até 22 de setembro, quando começa a primavera. Apesar da região de Presidente Prudente não ter um inverno rigoroso, a cidade e região tem momentos com baixas temperaturas, o que demanda alguns cuidados especiais com a saúde. A Unimed Presidente Prudente traz algumas dicas de como manter a qualidade de vida durante a estação. Conforme Fábio Rosseto, cardiologista e cooperado da Unimed Presidente Prudente, o inverno é um período em que tem até 30% de aumento da incidência de infarto e AVC (Acidente Vascular Cerebral), o popular derrame. “Isso já é bem estudado e bem documentado, e pode acontecer porque os vasos sanguíneos se contraem, forçando o coração a trabalhar mais e, esse esforço do coração, quando a pessoa já tem outros fatores de risco, como hipertensão crônica, diabetes, dislipidemia, que é o colesterol e triglicérides, que são as gorduras no sangue, ou tem mau hábito do tabagismo, é uma pessoa sedentária, ou ela padece de um estresse crônico, essa pessoa pode vir a sofrer um infarto ou um AVC por causa disso”, explica. Mesmo a região não tendo um inverno rigoroso, com as manhãs e noites frias e a tarde com temperaturas mais altas, é preciso atenção em algumas atitudes do dia a dia. “Nós acabamos

ficando mais suscetíveis quando tem o choque térmico. Por exemplo, você sai do banho quente e coloca o pé num chão gelado. Isso vai ativar reflexos e também vai fazer a vasoconstrição que a gente mencionou. Aí, às vezes, você tá lá com o nariz entupido, com dor de cabeça, e, enfim, a gente não associa, não liga uma coisa à outra”, relata o médico cooperado da Unimed. De acordo com o cardiologista, é interessante evitar os extremos, seja de frio ou de calor, especialmente considerando que nossa região tem mudanças drásticas de temperatura ao longo do dia. Com o inverno também vem a propagação de doenças virais associadas às vias respiratórias. Essa alta incidência de doenças é favorecida pela baixa umidade do ar, comum nessa época do ano que costuma ser de seca. “A gente tem circulando H1N1, Covid, vírus sincicial respiratório em criança e influenza. Como prevenção, o médico aconselha que as pessoas se agasalhem bem, principalmente as extremidades, com o uso de touca, luvas e meias, para manter a temperatura corporal. No inverno, é comum que as pessoas diminuam a ingestão de líquido, mas é extremamente importante manter a hidratação do corpo. “A baixa hidratação aumenta a viscosidade sanguínea e pode também ser um fator adicional para infarto e AVC”, explica.





## Beleza feminina: Qual o tom certo de sua maquiagem



REDAÇÃO PESQUISA

**P**ara encontrar a maquiagem no tom certo, é crucial determinar o seu tom e subtom de pele. Testar a base na linha do maxilar sob luz natural, observar a reação da pele ao sol e analisar a cor das veias no pulso podem ajudar na escolha. A área ideal para testar a base é na linha do maxilar para poder comparar a tonalidade do rosto e do colo. Quando você aplicar a base nessa área e ela desaparecer, então este é o tom certo. Não teste na mão ou no pescoço, pois estas regiões não possuem a mesma cor que a sua face. Para descobrir a cor certa da base, é

importante testar a base na linha do maxilar, onde o tom da pele do rosto se encontra com o do pescoço. Se o pescoço for mais escuro, pode ser necessário optar por um tom mais claro para o rosto, e o contorno e bronzer podem ser usados para ajustar a tonalidade. Para determinar a cor da sua pele, o ideal é consultar um dermatologista, que fará análises específicas para avaliar sua pigmentação, sensibilidade à radiação ultravioleta e produção de melanina. No entanto, você pode ter uma ideia inicial observando a cor das suas veias no pulso e como sua pele reage ao sol.



SÁBADO, 28 DE JUNHO DE 2025

Rotary Club Dracena - Imperial,  
no seu aniversário de 38 anos,  
atuando na comunidade dracenesa,  
apresenta:

# SONHO em SOM

Dracena/SP

  
**Sorteio de  
PRÊMIOS***Espetáculo de Música e Dança*

Sábado,

**28 JUNHO**

Sessão às:

**19h | 21h****Pontos de venda:**

- CCAA Dracena
- Ótica VISÃO
- Sec. da Igreja MATRIZ de Dracena

**Informações:**

- (18) 99796-7366

Teatro Municipal “**Maestro Aécio de Feo Flora**”  
R. Mal. Rondon, 1048 - Jardim Vera Cruz, Dracena

Valor do ingresso: **R\$ 40,00** - 100% do lucro arrecadado será destinado à  
ASSOCIACAO DE APOIO AOS RENAI CRÔNICOS DE DRACENA - ADRIM

**Realização:****Rotary**  
Club Dracena-Imperial**ADRM**  
ASSOCIAÇÃO  
DE APOIO  
AOS RENAI  
CRÔNICOS  
DE DRACENA**Apoio:****BOTICA NATIVA**  
FARMÁCIA DO HORTO**CCAA****DELÍCIA****cless****COIMMA****TEMPERSUL****dhua****ZPROCAMS**  
PROJETO CAMARATA