

MÚSICA, TEATRO E DANÇA

“Presente! Feito da gente”
cria uma experiência de
dança a partir do encontro
entre corpo e natureza.

Pág. 4



Divulgação



www.metropolitano.net.br

Jornal **Metropolitano**

SOROCABA, Quinta-feira, 27 de Agosto de 2026 - Ano 05 - Nº 591 - Impresso e Digital - Preço sugerido: R\$ 1,00

CAMPANHA

Multivacinação para menores de 15 anos segue até 1º de setembro

Força-tarefa oferece oportunidade para crianças e adolescentes colocarem a carteira em dia



Divulgação

A campanha de multivacinação para crianças e adolescentes menores de 15 anos segue até 1º de setembro em Sorocaba. A ação busca ampliar a cobertura vacinal e atualizar a situação de quem está com alguma dose prevista no calendário em atraso. **Pág. 2**

REUNIÃO

**Brasil
e EUA
retomam
negociação
sobre
tarifas**

Pág. 6

ESPERA

**INSS
reduz fila
de benefícios
ao menor
nível desde
2023**

Pág. 6

GRATUITA

**Parque da
Biquinha tem
atividade de
observação
da natureza**

Pág. 2

'GANGORRA'

**Estado de
São Paulo
terá nova
virada no
tempo
com calor**

Pág. 3

JJ LACERDA

**Motociclistas
ficam
feridos após
serem
atingidos por
caminhão**

Pág. 3

EDUCAÇÃO

**Prazo para
renegociar
dívidas do Fies
termina em 16
de setembro**

Pág. 5

COMPETIÇÃO

**Taça Cidade
começa no
domingo
com 19
equipes**

Pág. 7

CAMPANHA

Multivacinação para menores de 15 anos vai até dia 1º de setembro

Ação busca atualizar a carteira de vacinação de crianças e adolescentes

Sorocaba mantém até o dia 1º de setembro a estratégia de Multivacinação, que busca atualizar a carteira de vacinação de crianças e adolescentes menores de 15 anos. A ação contempla os imunizantes previstos no calendário nacional de vacinação.

As doses estão disponíveis nas 33 Unidades Básicas de Saúde (UBSs) do município. A iniciativa permite que crianças e adolescentes recebam as vacinas indicadas conforme a idade e o histórico de imunização.

Pais ou responsáveis devem levar os menores de 15 anos a uma das unidades de saúde durante o período da campanha. É necessário apresentar a caderneta de vacinação para que a equipe verifique a situação vacinal.

Durante o atendimento, os profissionais de saúde conferem as doses já registradas e identificam quais



É necessário apresentar a caderneta de vacinação

imunizantes precisam ser aplicados ou complementados, de acordo com as recomendações para cada faixa etária.

A estratégia tem como

As doses estão disponíveis nas 33 Unidades Básicas de Saúde

objetivo ampliar a proteção de crianças e adolescentes contra doenças preveníveis por vacinação e evitar que doses previstas no calendário deixem de ser aplicadas.

A orientação é de que pais e responsáveis aproveitem o período da Multivacinação para verificar a situação da carteira de seus filhos. A atualização deve ser feita conforme a indicação dos profissionais das UBSs.

Parque da Biquinha tem atividade gratuita de observação da natureza

A Secretaria do Meio Ambiente, Proteção e Bem-Estar Animal promove neste sábado (29), das 9 às 12 horas, uma edição especial e gratuita do projeto “Pinte no Parque e Faça Arte”, no Orquidário do Parque da Biquinha. A atividade é aberta ao público e não exige inscrição prévia.

O projeto promove, sempre no último sábado do mês, oficinas, exposições e dinâmicas gratuitas para pais e filhos, estimulando a convivência em família e o contato com a natureza. Nesta edição, a atividade Olhar de Perto: Descobertas no Orquidário do Par-

que da Biquinha propõe uma experiência de observação da biodiversidade.

Durante a programação, os participantes poderão explorar o Orquidário e o entorno com o auxílio de lupas e cartões ilustrados com desafios de observação. As atividades convidam o público a identificar detalhes como raízes de orquídeas, diferentes formatos de folhas, marcas deixadas por pequenos animais e teias.

Para encerrar, pais e filhos serão convidados a coletar folhas, sementes, pequenos galhos, cascas e outros elementos naturais já

encontrados no chão para criar uma produção artística livre. O Parque da Biquinha está localizado na Avenida Comendador Pereira Inácio, 1.112, no Jardim Emília.



Câmara analisa projetos sobre violência contra mulheres e idosos

A Câmara Municipal de Sorocaba analisa, nesta quinta-feira (27), projetos que propõem a criação de um sistema de dados sobre violência contra mulheres e meninas, a superprioridade no atendimento público para idosos com 80 anos ou mais e um programa para facilitar o acesso à energia elétrica por famílias de baixa renda.

O Projeto de Lei nº 585/2025 cria o Sistema Municipal de Registro e Divulgação de Dados sobre Violência contra as Mulheres e Meninas, com informações sobre diferentes tipos de violência e preservação da identidade das vítimas. Já o Projeto de Lei nº 835/2025 amplia o atendimento preferencial a idosos nos serviços públicos.

Também serão analisados o Projeto de Lei nº 153/2026, que institui o Programa Poste Padrão Social para facilitar o acesso regular e seguro à energia elétrica por famílias de baixa renda inscritas no CadÚnico, e o Projeto de Lei nº 227/2026, que cria uma política de informação, prevenção e atenção à trombofilia na gestação na rede pública.

Em votação única, a pauta inclui projetos de decreto legislativo para concessão do Título de Cidadão Emérito Sorocabano a José Santiago Peres e da Comenda Referencial de Ética e Cidadania a Fábio César Bozelli, além de projeto que denomina “Carmelina Macari Testa” uma via pública.

Câmara de Votorantim promove palestra sobre proteção de dados

A Câmara Municipal de Votorantim promove nesta sexta-feira (28), às 10 horas, a palestra “Proteção de Dados pelo Poder Legislativo – LGPD e Lei de Transparência Pública”. O encontro será no plenário da Câmara, com entrada gratuita e participação aberta ao público.

A atividade será conduzida pelo professor doutor Murilo de Camargo Barros, procurador legislativo e advogado, mestre em Direito Constitucional e encarregado pelo tratamento de dados pessoais na Câmara Municipal de Cesário Lange. Barros também possui certificação como DPO (encarregado pela proteção de dados) pela Exin.

Durante a palestra, se-

rão abordados aspectos da proteção de dados no Poder Legislativo, com destaque para a aplicação da Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) e sua relação com as normas de transparência pública. O debate tratará de questões como o tratamento de informações pessoais, o acesso a dados públicos e a conciliação entre transparência e proteção de dados nas instituições públicas.

O encontro é destinado a servidores públicos, profissionais da área jurídica, estudantes e demais interessados no tema. Não é necessário ser servidor ou agente público para participar. A Câmara Municipal de Votorantim está localizada na Rua Antônio Festa, 88, Centro.

Metropolitano

Jornal de circulação diária - Impresso e Digital - Preço sugerido: R\$ 1,00

Diretora-Executiva: Elaine Zala
Editor Responsável: Lucas Machado

Publicações Legais:
edital@metropolitano.net.br

Telefone / WhatsApp:
(15) 3357-6512

Publicidades / Classificados:
comercial@metropolitano.net.br

Site:
www.metropolitano.net.br
Issuu:
https://issuu.com/metropolitanosorocaba
Instagram:
@jornalmetropolitano

Redação:
redacao@metropolitano.net.br

As matérias assinadas não refletem, necessariamente, a opinião do jornal.

'GANGORRA TÉRMICA'

SP terá nova virada no tempo com calor

Estado deve registrar elevação das temperaturas a partir desta quinta (27)

A partir desta quinta-feira (27), São Paulo terá uma nova virada no tempo, com dias de calor, sol e baixa umidade. A mudança ocorre após a sequência de variações rápidas entre períodos de frio e calor, fenômeno conhecido como "gangorra térmica", segundo a Defesa Civil do Estado.

A "gangorra térmica" acontece quando há alternância entre temperaturas baixas e altas em um curto intervalo de tempo. Esse comportamento está relacionado principalmente à passagem de sistemas meteorológicos, como frentes frias, e à atuação e ao deslocamento de diferentes massas de ar.

Após a passagem de um sistema de característica mais fria, por exemplo, a entrada de ar quente pode favorecer uma rápida elevação das temperaturas. As oscilações podem ocorrer em diferentes regiões do estado, com intensidades que variam de acordo com as características locais e a atuação dos sistemas meteorológicos.

O fenômeno pode ser observado com maior frequência durante o inverno e nos períodos de transição entre diferentes padrões atmosféricos. Diante das mudanças bruscas, a Defesa Civil

orienta a população a acompanhar as previsões meteorológicas e os alertas oficiais e adaptar os cuidados às condições do tempo.

Durante os períodos de calor, a recomendação é manter-se hidratado, evitar exposição prolongada ao sol e reduzir a prática de atividades físicas nos horários mais quentes. Crianças, idosos e pessoas mais vulneráveis devem receber atenção especial. Nos períodos de frio, é importante manter-se agasalhado.

Em emergências, a população pode acionar a Defesa Civil pelo telefone 199 ou o Corpo de Bombeiros pelo 193. Para receber gratuitamente alertas da Defesa Civil por SMS, basta enviar uma mensagem de texto com o CEP de interesse para o número 40199.

A "gangorra térmica" acontece quando há alternância entre temperaturas baixas e altas em um curto intervalo de tempo

Retomada Linha Rosa com ônibus Sensorial

A Prefeitura de Sorocaba retomou a Linha Rosa, exclusiva para mulheres, e criou o ônibus Sensorial, destinado a pessoas com deficiência, especialmente aquelas com Transtorno do Espectro Autista (TEA), e acompanhantes. Os dois serviços circulam na linha 100 – Expresso, entre os Terminais Santo Antônio e São Paulo, das 6 às 9 e das 16h30 às 19 horas.

Segundo a Urbes, a iniciativa busca oferecer mais conforto, segurança e acolhimento aos passageiros. A Linha Rosa conta com sinalização externa na cor rosa, câmeras de monitoramento e acompanhamento de agentes da Secretaria da Mulher (Semul), que orientam as usuárias sobre autocuidado, bem-es-

tar e campanhas da pasta. O Ônibus Sensorial é um veículo elétrico, adaptado para reduzir ruídos e proporcionar mais conforto às pessoas com TEA.

O coletivo possui painel sensorial, tapetes e abafadores, além de um QR Code para acesso à cartilha sobre TEA elaborada pela Secretaria da Inclusão e Transtorno do Espectro Autista (Sintea).

A ação tem apoio da Associação de Socorro Imediato a Pessoas com Câncer e Autismo (Asipeca). Mais informações sobre o transporte público podem ser obtidas pelos telefones 118 e (15) 3519-3101, pelo WhatsApp (15) 99760-9621 ou pelo site <https://www.urbes.com.br/>, na opção "Ouvidoria".



Variação está relacionada à passagem de sistemas meteorológicos

Motociclistas ficam feridos após serem atingidos por caminhão

Dois motociclistas ficaram feridos após serem atingidos por um caminhão na manhã desta quarta-feira (26), na Avenida José Joaquim de Lacerda, a JJ Lacerda, em frente à rotatória da Escola Municipal "Flávio de Souza Nogueira", na Vila Fiori, zona norte de Sorocaba.

Segundo a Secretaria de Mobilidade (Semob), as vítimas estavam paradas no semáforo quando foram atingidas pelo caminhão. Os dois motociclistas foram socorridos com ferimentos leves e escoriações.

A ocorrência foi registrada pela Polícia Militar.

Agentes da Semob estiveram no local para coordenar o trânsito e o fluxo de veículos. Equipes da Guarda Civil Municipal (GCM) e da Polícia Militar também foram mobilizadas para atender a ocorrência. Uma faixa da via precisou ser interditada durante o atendimento.

O acidente provocou lentidão no trânsito na região durante o início da manhã. Os veículos foram retirados da pista, e a avenida foi totalmente liberada às 8h15.

Mulher é presa com R\$ 30 mil em roupas que não teriam sido entregues

Uma mulher, de 35 anos, foi presa com aproximadamente R\$ 30 mil em roupas que não teriam sido entregues no endereço estabelecido. O flagrante ocorreu por volta das 13h30 de terça-feira (25), no Parque Vitória Régia, zona norte de Sorocaba.

Segundo a Guarda Civil Municipal (GCM), a mulher foi abordada em um veículo após o responsável pelas mercadorias perceber que o automóvel havia desviado da rota prevista e acionar a corporação. Ela teria sido contratada para a entrega de roupas na avenida Washington Luís.

Durante a abordagem, a mulher afirmou que não

havia mercadorias no veículo. No entanto, os agentes encontraram quatro conjuntos de agasalhos sobre o banco traseiro, avaliados em aproximadamente R\$ 4 mil. Ela alegou que o veículo alugado apresentou problemas mecânicos.

Diante disso, teria pedido a outra pessoa para realizar a entrega. Após ser acionada, a vítima foi até o local e conseguiu recuperar as demais roupas. Os envolvidos foram encaminhados ao Plantão da Polícia Civil, onde foi registrado boletim de ocorrência por apropriação indébita. A mulher permaneceu à disposição da Justiça.

NECROLOGIA

OFEBAS

ROBERTO TADEU DE ALMEIDA
75 anos. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério Consolação.

OSSEL

IZILDA VITA CORREA SANTOS
72 anos. Casada com Abel Santos. Deixou as filhas, Alessandra, Adriana e Aline. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério Pax.

GILDA DE SANTANA RODRIGUES
41 anos. Casada com Leandro Santos Rodrigues. Deixou as filhas, Tais e Thaila. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério São João Batista, em Votorantim.

ANTÔNIO CARLOS ALVES LIMA
66 anos. Casado com Maria Aparecida Gomes Lima. Deixou os filhos, André, Andreza e Ana Carla. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério Memorial Park.

VIVALDO RODRIGUES
90 anos. Deixou os filhos, Maria de Lourdes, Fernando, Vivaldo, Rosalvo, João e José. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério Santo Antônio.

SANDRO ALEXANDRE ALFIERI
53 anos. Casado com Roseli Cristiane de Noronha Alfieri. Deixou os filhos, Diego e Deivison. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério São João Batista, em Votorantim.

NELSI CARRIEL DE ALMEIDA
75 anos. Deixou os filhos, Paulo Roberto e Vera Lúcia. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério Memorial Park.

SEBASTIÃO VENTURA
83 anos. Deixou o filho Laércio. O sepultamento ocorreu dia 26 no Cemitério Santo Antônio.

Agenda Aberta no IBRAPPER
Terapias Integrativas com Valor Social

Você merece cuidado. Merece escuta. Merece um espaço seguro para se reconstruir.

Agora no IBRAPPER, você pode acessar terapias que acolhem o corpo e a mente com profissionais dedicados e valores acessíveis para todos.

Sessões a R\$ 65,00
Um investimento simbólico no seu bem-estar. Escolha o que faz sentido para você:

- Psicologia
- Psicoterapia
- Psicodanse
- Reflexoterapia
- Auroterapias

Atendimentos presenciais com hora marcada. Agende agora sua sessão e dê esse passo por você.

Cuidar de si é um ato de coragem. Não estamos aqui para te acompanhar nesse caminho.

WhatsApp (15) 98123.2072

ibrapper

Endereço: Rua Rogério Arcury 145, Jd. Faculdade, Sorocaba-SP

FIM DE SEMANA

Programação reúne música, teatro e dança

Agenda inclui show de Hyldon, espetáculos e apresentação de maracatu

O Sesc Sorocaba reúne, entre sexta-feira (28) e domingo (30), atrações de música, teatro, dança e cultura popular. A programação inclui show de Hyldon, o espetáculo teatral “ADULTO”, duas montagens de dança e apresentação do Maracatu Terra Rasgada.

Na sexta-feira, às 20 horas, Hyldon apresenta um show que revisita sua trajetória na soul music brasileira. O cantor, compositor e multi-instrumentista é conhecido por músicas como “Na Rua, na Chuva, na Fazenda”, “As Dores do Mundo” e “Na Sombra de uma Árvore”.

No sábado (29), às 16 horas, “Ninhos” aproxima brincadeiras infantis de movimentos inspirados em animais, explorando relações e momentos de recolhimento. Às 20, “ADULTO” acompanha um casal em crise e aborda temas como traição, trabalho, saúde mental, dinheiro, maternidade, monogamia e machismo.

No domingo (30), às 16 horas, “Presente! Feito da gente” cria uma experiên-



“Presente! Feito da gente” cria uma experiência de dança

cia de dança a partir do encontro entre corpo e natureza. A montagem utiliza objetos simples e materiais encontrados pelo caminho

Atrações gratuitas têm acesso por ordem de chegada

para construir cenários imaginários e movimentos relacionados à memória e à sensibilidade.

Encerrando o fim de semana, às 17 horas, o Maracatu Terra Rasgada apre-

senta o 2º Ayrá Baô, em celebração ao Dia Nacional do Maracatu e aos três anos do grupo. A atividade reúne música, dança e a Corte Real, com foco na valorização da cultura afro-brasileira.

Os ingressos para Hyldon custam R\$ 15 para credencial plena, R\$ 25 para categorias com desconto e R\$ 50. Para “ADULTO”, os valores são os mesmos; “Presente! Feito da gente” custa R\$ 12, R\$ 20 e R\$ 40, com gratuidade para crianças de até 12 anos, enquanto as demais atrações gratuitas têm acesso por ordem de chegada.

Biblioteca de Sorocaba une leitura e videogame

A Biblioteca Municipal “Jorge Guilherme Senger”, no Alto da Boa Vista, oferece nesta quinta (27) e sexta-feira (28) uma atividade que combina leitura e videogame. As vagas são limitadas e preenchidas por ordem de chegada, para par-

ticipantes de até 16 anos.

A proposta busca aproximar crianças e adolescentes do acervo da unidade por meio de uma dinâmica que associa livros a atividades lúdicas. A iniciativa também pretende estimular o interesse pela

leitura entre o público jovem.

A cada minuto dedicado à leitura de qualquer livro disponível na biblioteca, o participante poderá utilizar o mesmo período para jogar no PlayStation 5 ou Xbox. A atividade ocorre semanalmente às quintas e sextas-feiras, das 9 às 16 horas.

A Biblioteca Municipal está localizada na Rua Ministro Coqueijo Costa, 180, no Alto da Boa Vista, e funciona de segunda a sexta-feira, das 9 às 17 horas. A participação é gratuita e não exige inscrição antecipada.



Cristian Budu apresenta recital de Beethoven no Sesi

O pianista Cristian Budu apresenta, nesta quinta-feira (27), às 20 horas, um recital dedicado a Ludwig van Beethoven no teatro do Sesi Sorocaba. A apresentação é gratuita, mediante reserva de ingressos, e reúne três sonatas do compositor alemão.

Reconhecido internacionalmente por sua sensibilidade interpretativa e técnica, Budu está entre os pianistas de destaque de sua geração. No programa, o músico percorre diferentes momentos da produção de Beethoven para piano, evidenciando caracte-

rísticas da escrita do compositor.

As três sonatas escolhidas permitem acompanhar mudanças na linguagem musical de Beethoven e diferentes formas de construção das obras para piano. O repertório também destaca a complexidade e a profundidade da produção do compositor alemão.

O concerto será realizado no teatro do Sesi Sorocaba, na Rua Gustavo Teixeira, 369, na Vila Independência. A entrada é gratuita, e as informações sobre a reserva dos ingressos serão divulgadas posteriormente.



Budu está entre os pianistas de destaque de sua geração

Festival Multicultural leva atrações gratuitas ao Paço

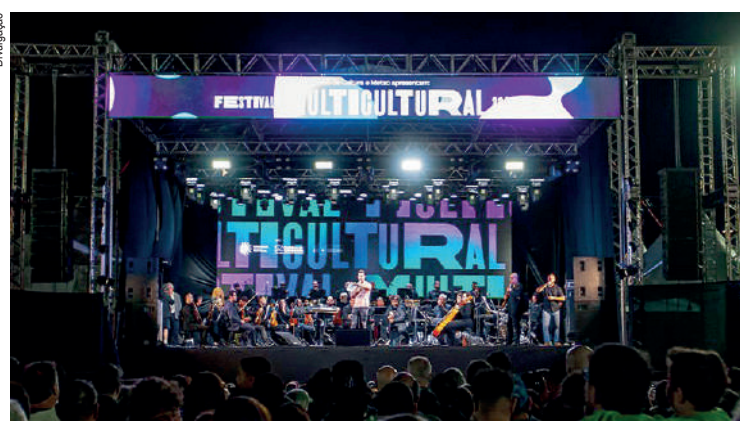
A 5ª edição do Festival Multicultural ocorre neste sábado (29), das 12 às 22 horas, no Parque do Paço Municipal, com entrada gratuita. A programação reúne shows, teatro infantil, contação de histórias, gastronomia, artesanato, espaço kids e ações solidárias.

Entre as atrações estão o grupo Tiquequê, às 15 horas, e Gabriel Sater, às 20, acompanhado pelo Quarteto de Cordas Aramis Rocha. Também participam a Orquestra Filarmônica Jazz do Sesi-Senai, Trio Macaíba, DJ Vitor Lima e a Companhia Dois pra Lá Dois pra Cá.

O festival terá intérpretes de Libras durante toda a

programação e áreas reservadas para pessoas com deficiência, idosos, gestantes, acompanhantes de crianças de colo e autistas. A iniciativa também prevê que 10% da arrecadação da gastronomia, do artesanato e do espaço kids seja destinada à Afissore.

Patrocinado pela Metso por meio da Lei Rouanet, o evento retorna ao Parque do Paço com proposta de ampliar o acesso à cultura e movimentar a economia local. A programação inclui oportunidades para empreendedores e artistas, além de opções gastronômicas e atividades voltadas a diferentes gerações.



O festival terá intérprete de Libras durante toda a programação

RESULTADO

Prévia da inflação cai 0,40% em agosto

Desconto na luz e nos alimentos contribuíram para deflação

O desconto do Bônus de Itaipu na conta de luz e a queda nos preços dos alimentos levaram a prévia da inflação de agosto a recuar 0,40%, segundo o Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo 15 (IPCA-15), divulgado nesta quarta-feira (26) pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE).

É o menor resultado desde agosto de 2022, quando o indicador marcou -0,73%, e a primeira deflação desde agosto de 2025. Em julho, o IPCA-15 havia registrado alta de 0,06%. Com o resultado de agosto, o indicador acumula inflação de 4,24% em 12 meses.

Entre os grupos pesquisados, habitação (-1,41%), transportes (-1%), alimentação e bebidas (-0,57%) e vestuário (-0,20%) contribuíram para a queda. A energia elétrica residencial foi o item que mais pressionou o índice para baixo, com recuo de 6,25%, impulsionado pelo desconto do Bônus de Itaipu nas contas de luz.

Na alimentação, os preços dentro do domicílio ca-



A energia elétrica foi o que mais pressionou o índice para baixo

íram 0,97%, com destaque para tomate (-27,38%), batata-inglesa (-25,14%), cenoura (-17,05%) e café moído (-2,31%). No grupo dos transportes, as passagens aéreas ficaram 13,30% mais baratas, enquanto os combustíveis recuaram 1,43%.

O IPCA-15 é considerado

É o menor resultado desde agosto de 2022, quando o indicador marcou -0,73%

uma prévia da inflação oficial e possui metodologia semelhante à do IPCA, diferenciando-se principalmente pelo período de coleta e pela abrangência geográfica. Na divulgação de agosto, os preços foram pesquisados entre 16 de julho e 14 de agosto.

O IPCA oficial de agosto será divulgado em 11 de setembro. Atualmente, a meta de inflação é de 3% ao ano, com margem de tolerância de 1,5 ponto percentual para mais ou para menos. Segundo o Boletim Focus, divulgado pelo Banco Central, o mercado financeiro projeta uma deflação de 0,18% para o mês de agosto.

Prazo para renegociar dívidas do Fies termina em 16 de setembro

Estudantes com dívidas do Fundo de Financiamento Estudantil (Fies) têm até 16 de setembro para aderir ao Desenrola Fies 2026, programa de renegociação que oferece descontos e condições facilitadas para a regularização dos contratos. A adesão deve ser feita diretamente com a insti-

tuição financeira responsável pelo financiamento.

A renegociação é destinada a estudantes com contratos firmados até 2017 e que estavam na fase de amortização em 4 de maio de 2026. A medida contempla contratos adimplentes e inadimplentes, com condições que variam de

acordo com a situação de cada financiamento.

Também podem participar estudantes que tiveram o nome incluído em cadastros de inadimplentes por causa de débitos do Fies. Após a formalização da renegociação e o pagamento da parcela de entrada, o nome do estudante e dos fiadores poderá ser retirado desses registros, quando aplicável.

Não podem aderir ao programa estudantes com contratos firmados a partir de 1º de janeiro de 2018, nem aqueles que ainda estão nas fases de utilização ou de carência do financiamento. O Fies oferece crédito para estudantes de instituições privadas de ensino superior, com pagamento do valor financiado após a conclusão da graduação.

Quando a IA vira personal trainer

Por Rairtoni Pereira



Hoje é possível abrir um aplicativo de inteligência artificial, informar idade, peso, objetivo e frequência semanal e receber, em segundos, uma planilha de treino aparentemente completa. Uma reportagem publicada pelo Canaltech no início deste ano mostrou o crescimento desse comportamento. Cada vez mais pessoas recorrem a chatbots para gerar seus próprios planos de exercício, atraídas pela praticidade e pelo acesso gratuito.

A tecnologia facilita o acesso à informação, e isso é positivo. O problema começa quando uma resposta gerada por inteligência artificial passa a ser tratada como se fosse uma avaliação individual.

Durante uma sessão de treino, um profissional observa muito mais do que séries e repetições. Ele consegue identificar erros técnicos, compensação de movimento, limitações de mobilidade e padrões que podem aumentar o risco de lesões, fazendo correções e adaptações individualizadas. Também é ele quem diferencia um desconforto muscular normal do início de uma lesão, uma distinção que depende de observação direta e da experiência construída na prática.

E nada disso aparece em um comando digitado para um chatbot. A inteligência artificial trabalha exclusivamente com as informações fornecidas pelo usuário naquele momento. Ela não acompanha a evolução do corpo ao longo do tempo, não interpreta sinais sutis de cansaço e não assume qualquer responsabilidade pelas decisões tomadas a partir do plano que gerou.

Um equívoco comum é achar que uma consultoria online funciona como uma con-

versa com IA, já que 'está tudo no digital'. Na prática, a diferença é grande. Na consultoria online, existe um profissional responsável por analisar o histórico do aluno, sua rotina, nível de experiência, limitações físicas e objetivos, com acompanhamento contínuo e revisão periódica do plano conforme o corpo responde. Além disso, muitos deles também avaliam vídeos enviados pelos alunos, o que permite identificar erros técnicos e compensações que dificilmente seriam percebidos pelo próprio praticante.

Enquanto a inteligência artificial gera respostas com base nas informações fornecidas, uma consultoria profissional oferece acompanhamento, ajustes contínuos e uma leitura crítica da evolução de cada pessoa.

Treinar bem não é apenas seguir uma planilha. É adaptar a estratégia conforme cada corpo responde, antecipar uma lesão antes que ela aconteça e tomar decisões a partir de algo que nenhuma inteligência artificial consegue captar por completo: a observação direta de um profissional diante de outro ser humano.

A tecnologia continuará avançando, e isso é bem-vindo. Mas, quando o assunto é saúde e prevenção de lesões, ela ainda funciona melhor como ferramenta de apoio do que como substituta da experiência profissional.

Rairtoni Pereira é personal trainer há mais de 10 anos, ajudando pessoas a desenvolverem hábitos saudáveis e uma relação positiva com o próprio corpo. É autor do livro "5 Atitudes para criar o hábito de se exercitar todos os dias".



R.M. STUDIO

(15) 3233-4921
(15) 99103-4498

Shirley Mota
Amanda Rolim

R. Miranda Azevedo, 454
Onde coisas boas acontecem



PODOLOGIA EM HOME CARE

Cuidado profissional em sua residência ou lar de idosos, com segurança e comodidade.

BIOSSEGURANÇA EM 1º LUGAR!

- Uso de EPIs
- Higienização das mãos
- Materiais esterilizados e descartáveis
- Desinfecção de equipamentos

ESPECIALISTA EM PACIENTES DIABÉTICOS

- Prevenção e tratamento de calos, unhas encravadas, micoses e mais
- Cuidado especializado para pés saudáveis
- Atendimento humanizado e personalizado

LUIZ NARDI
PODÓLOGISTA & FARMACÊUTICO-BIOQUÍMICO

Pós-graduado em Diabetes
Professor e palestrante nacional sobre podologia

AGENDE SEU ATENDIMENTO EM SUA CASA OU CONDOMÍNIO

(15) 98814-4399 | @profluiznardi

Cuidar dos seus pés nunca foi tão fácil, seguro e confortável.



ESPERA

INSS reduz fila de benefícios ao menor nível desde 2023

Estoque caiu 59%, enquanto pedidos com mais de 45 dias recuaram 86%

A fila de pedidos de análise de benefícios do Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) caiu para 1,282 milhão de requerimentos até 24 de agosto, menor patamar desde o início da série histórica, em janeiro de 2023. O estoque é 59% inferior aos 3,073 milhões registrados no começo do ano.

Entre os processos que aguardam análise há mais de 45 dias, a redução foi ainda maior. O número passou de 1,882 milhão em janeiro para 261 mil em agosto, queda de 86%, segundo dados apresentados pelo diretor de Benefícios do INSS, Leonardo Bittencourt.

A diminuição ocorre paralelamente ao aumento das concessões. Entre janeiro e julho deste ano, o instituto liberou, em média, 730 mil benefícios por mês, volume 67% superior ao registrado no mesmo período de 2022 e acima da média de 641 mil observa-

da em 2025.

O tempo médio nacional para análise está em 35 dias, mas varia conforme o benefício. O salário-maternidade leva, em média, 11 dias; benefícios por incapacidade, 30; aposentadorias, 33; e assistenciais, 65 dias, devido à necessidade de avaliações específicas.

A fila de perícias médicas também recuou, passando de 1,230 milhão de pessoas em novembro de 2025 para 196.615 em agosto deste ano. O tempo médio nacional de espera caiu para 17 dias, ante 70 dias registrados em agosto de 2023.

Apesar da melhora, há diferenças entre as regiões. Mato Grosso do Sul re-

Mato Grosso do Sul registra espera média de seis dias

Brasil e EUA retomam negociação sobre tarifas

O ministro do Desenvolvimento, Indústria, Comércio e Serviços, Márcio Elias Rosa, e o representante comercial dos Estados Unidos, Jamieson Greer, reúnem-se virtualmente na próxima segunda-feira (31), às 14h30. O encontro marca a retomada das negociações após conversa entre Luiz Inácio Lula da Silva e Donald Trump.

A reunião foi acertada pelos presidentes durante telefonema na última sexta-feira (21), que durou cerca de uma hora e 20 minutos. Lula defendeu a retomada do diálogo e afirmou que as justificativas usadas pelos Estados Unidos para aplicar as tarifas são infundadas e prejudicam os dois países.

As medidas norte-americanas incluem sobretaxas de 25% sobre diversos produtos brasileiros e uma cobrança adicional de 12,5% sobre outras mercadorias. Segundo o Ministério do Desenvolvimento, as tarifas em vigor desde o fim de julho atingem cerca de US\$ 6,6 bilhões em exportações brasileiras para os Estados Unidos.

O governo brasileiro também levou a questão à Organização Mundial do Comércio (OMC), que recebeu o pedido de consultas sobre as tarifas. Enquanto as negociações avançam, o Brasil afirma que continuará buscando reduzir os impactos das medidas sobre a economia e a renda dos brasileiros.



A diminuição ocorre paralelamente ao aumento das concessões

gistra espera média de seis dias, enquanto São Paulo, Maranhão, Mato Grosso, Paraíba e Rio de Janeiro

têm 15 dias; o Distrito Federal apresenta o maior prazo entre os locais citados, com 38 dias.

Governo amplia prazo a exportadores afetados

Empresas brasileiras com compromissos de exportação afetados pelas tarifas adicionais dos Estados Unidos poderão ter até 12 meses a mais para cumprir as obrigações do regime de drawback suspensão. A possibilidade foi criada pela Medida Provisória 1.386, publicada no Diário Oficial da União.

O regime permite a compra ou importação de insumos com suspensão de tributos, desde que os produtos resultantes sejam posteriormente exportados. A prorrogação poderá ser solicitada por empresas com atos concessórios vencendo entre 22 de julho e 31 de dezembro de 2026, desde que comprovem o impacto das tarifas.

A medida integra o Plano Brasil Soberano e alcança fabricantes-intermediários que fornecem peças ou componentes para produtos destinados ao exterior. Em 2025, empresas beneficiadas pelo drawback suspensão exportaram US\$ 72,8 bilhões, equivalente a 20,9% das vendas externas brasileiras.

A aplicação da nova regra ainda depende de regulamentação da Secretaria de Comércio Exterior, que deverá definir os procedimentos e documentos necessários. Segundo o governo, a extensão pretende permitir que as empresas mantenham as vendas aos Estados Unidos ou busquem novos mercados.

DIVERSOS

BOTIJÃO DE GÁS VAZIO
VENDO R\$ 130,00
F: (15) 99109-8720

BOTIJÃO COMPRO E VENDO
Jornal, latinha, bike, óleo usado.
F: (15) 99109-8720

SUZUKI YES 2008 - R\$ 12 MIL
Troco por carro.
F: (15) 99109-8720

MOTO FRETE
Domingos Engler F: (15) 99109-8720

TERRENO VENDE-SE - R\$ 120 mil
Bairro dos Morros - Votorantim.
Excelente local. F: (15) 99109-8720

CASA VENDE-SE
Aparecidinha - Morada das Flores.
2 Dorms. F: (15) 99109-8720

CASA VENDE-SE
Bairro dos Morros - Votorantim
4 dormitórios (1 suite), quintal grande, garagem. R\$ 280 mil. F: (15) 991098720

CASA ZONA NORTE
P/ comprar até \$250 mil.
(15) 991098720

TERRENO VENDE-SE
Bairro dos morros - Votorantim
500m². R\$ 80 mil
F: (15) 99109-8720

CASA VENDE-SE CENTRO
Cel. Cavalheiros, 282 - R\$ 256mil
F: (15) 99109-8720

JORNAIS P/ PETS OU EMBALAGENS
Em ótimo estado.
R\$ 8,00 o quilo
Fone: (15) 3357-6512/Whats

CLASSIFICADOS METROPOLITANO



CRECI 39943 - Tel: (15) 98153-5344

APARTAMENTOS VENDEM-SE

CENTRO

3 dormitórios. R\$ 350.000,00
Rua da Penha, sem garagem.

JARDIM EMÍLIA

Novo. 3 dormitórios/suite.
R\$ 300.000,00 + financiamento.

VILA BARÃO

Novo. 2 dormitórios/suite.
R\$ 50.000,00 + financiamento.

CENTRO

Novo. 2 dormitórios.
R\$ 25.000,00 + financiamento.

CENTRO 2 DORMITÓRIOS

2 vagas. R\$ 350mil

EVIDENCE

3 dorm/até R\$ 395 mil

CASA ALUGA-SE

CENTRO

4 dormitórios. Até R\$ 5.300,00

CASAS VENDEM-SE

TRUIJO NOVA - R\$ 200 mil.
1 dorm, sala, coz., w.c. quintal e garagem.

JARDIM OURO FINO NOVA
R\$ 350.000,00. 2 dormitórios, sala, cozinha, banheiro social, quintal e garagem. Aceita-se financiamento.

CENTRO

Av. Afonso Vergueiro, esquina c/ Rua Ramos de Azevedo. R\$ 1.800.000,00.

GRANJA OLGA I - R\$ 1.200.000,00
3 dormitórios sendo um suite.

CENTRO R\$ 945MIL

Av Afonso Vergueiro esquina
Rua Miranda Azevedo

ALPHAVILLE I NOVA

4 suítes R\$ 3.500.000,00

COND. SÃO GUILHERME

2 dormitórios. R\$ 296.000,00

ALPHAVILLE NOVA

3 dorm/suite

TERRENOS VENDEM-SE

TERRENO EM REPRESA LIGHT
1000m. R\$ 130.000,00

JARDIM EUROPA

1.200 m² R\$ 1.800.000,00

JARDIM SANTA FÉ

300m² R\$ 440 mil

COND. PRIMAVERA

250m² R\$ 350 mil

CAMPOLIM 36.000M²

R\$ 62 milhões

CAMPOLIM 20.000M²

R\$ 26 milhões

JD EMÍLIA 7.000M²

R\$ 9.800,00

ÉDEN TRANSPORTADORA
R\$ 26.000,00

TATUÍ JD PAULISTA

390m² R\$ 134 mil

COMERCIAL VENDE
Av São Paulo 110 m². R\$ 350 mil



DENARII
CONTABILIDADE

Sua empresa pode estar pagando mais impostos do que deveria! Vamos resolver isso juntos?

Seu tempo é valioso, deixe os cálculos com a gente.

Entre em contato conosco!

✉ denarii@denariicontabilidade.com.br

☎ 15996745619 Michele Furquim

☎ 15997268008 Talita Furquim

COMPETIÇÃO

Taça Cidade começa no domingo com 19 equipes

Primeira divisão do futebol varzeano terá final em novembro

A Taça Cidade de Sorocaba 2026, primeira divisão do Campeonato Municipal de Futebol Varzeano, começa neste domingo (30), com a participação de 19 equipes. A competição terá quatro grupos na primeira fase e será encerrada em 29 de novembro, no Estádio Municipal Walter Ribeiro (CIC).

Na etapa inicial, três grupos terão cinco times e um será formado por quatro equipes. Os clubes enfrentarão apenas adversários da própria chave, em partidas definidas conforme o regulamento. Avançarão 15 equipes, enquanto os últimos colocados de cada grupo serão rebaixados para a Taça Palácio dos Tropeiros de 2027.

Entre os participantes estão AA Avenida, AA Magnólia, AA Santa Cruz, AA Vila Haro/América/Inicial Transportes, AA Vila Helena, AC Torres/Dálmatas, AD Unidos Zona Leste, AE Maria Eugênia, Democratas FC, EC Gunhê e EC Nova Esperança. Completam a relação EC Nova Geração, EC Paulistano, entre outros.

Na segunda fase, os 14



Os clubes enfrentarão apenas adversários da própria chave

classificados com as menores pontuações entre os 15 clubes avançam disputarão confrontos de ida e volta. Os sete vencedores se juntam ao líder de melhor campanha da primeira etapa nas quartas de final. O primeiro colocado geral terá vaga direta entre os oito times restantes.

As quartas de final e as semifinais serão disputadas em dois jogos, enquanto a decisão ocorrerá em partida única. A final está prevista para 29 de novembro, em horário

ainda a ser definido, no CIC. O regulamento completo e a tabela foram publicados no Jornal Município de Sorocaba de 21 de agosto.

Informações sobre a competição podem ser obtidas de segunda a sexta-feira, das 9 às 16 horas, pelo e-mail varzeano-sorocabano@gmail.com. A Taça Cidade é organizada pela Secretaria de Esporte e Qualidade de Vida de Sorocaba. A edição deste ano reúne clubes de diferentes regiões da cidade na disputa pelo título municipal.

Servidor recupera estátua do futebol de Votorantim

A estátua que homenageia um jogador do Savoya Futebol Clube, no Estádio Municipal “Domenico Paolo Mitidieri”, em Votorantim, recebeu uma nova pintura. O trabalho foi realizado voluntariamente pelo servidor municipal Edson Moreira, que recuperou as cores originais do monumento.

Para restaurar a peça, Moreira lixou toda a superfície, aplicou uma massa especial e repetiu o processo antes de refazer a pintura. Segundo ele, o monumento estava descascado e já apresentava dificuldade para conservar as características originais. O servidor pediu autorização para realizar a intervenção.

A história da estátua está relacionada às enchentes que atingiram Votorantim em 1929 e 1982. A primeira destruiu documentos, fotografias e registros do Savoya, enquanto a segunda danificou o monumento original instalado no estádio. Após a perda, uma nova peça foi produzida por um artista local.

Também não há consenso sobre qual jogador é representado, já que informações sobre a homenagem foram perdidas com a enchente. Relatos apontam possibilidades como o atleta conhecido como “Savoião” e Nani Caldas, mas uma lenda afirma que havia uma garrafa dentro da peça original com os nomes do artista e do jogador.



O trabalho foi realizado voluntariamente

São Paulo prepara time para pegar Bragantino no sábado

O São Paulo avança na preparação para enfrentar o Red Bull Bragantino no sábado (29), às 20 horas, no Morumbi, pela 25ª rodada do Campeonato Brasileiro. O elenco realiza atividades no SuperCT. A equipe ainda terá dois dias de treinamentos antes do confronto.

O trabalho desta semana começou com exercícios de mobilidade, controle motor e fundamentos técnicos, conduzidos pela preparação física. Depois, os jogadores participaram de uma atividade de passes e de um jogo em espaço reduzido com transição defensiva. A sessão terminou com movimentações ofensivas e finalizações.

O zagueiro Arboleda, que trata um edema no adutor esquerdo, e o atacante Victor Sá, em recuperação de entorse no tornozelo direito, participaram da primeira parte do treinamento. Na sequência, ambos seguiram atividades específicas com os preparadores físicos. A dupla ainda é acompanhada.

O volante Bobadilla, com dores no joelho direito, e o meia-atacante Lucas, que passou por cirurgia no tendão calcâneo da perna direita, correram no gramado com os fisioterapeutas. O técnico Dorival Júnior terá mais três sessões para definir a equipe. São Paulo e Bragantino se enfrentam no sábado, no Morumbi.



Os jogadores participaram de uma atividade de passes

Sorocaba amplia aulas de ginástica artística

Cerca de 200 crianças e adolescentes participam de aulas gratuitas de ginástica artística em quatro centros esportivos de Sorocaba. A atividade foi ampliada nos últimos cinco anos e oferece duas aulas semanais, com foco na vivência esportiva e sem objetivo de formar atletas de alto rendimento.

As aulas trabalham coordenação motora, equilíbrio, força, flexibilidade e agilidade, além de estimular autonomia e disciplina. O maior polo está no Centro Esportivo Dr. Pitico, na Vila Angélica, que reúne 105 alunos de 6 a 13 anos em sete turmas e oferece a modalidade desde 1981.

Em agosto, a atividade

também foi retomada no Centro Esportivo Francisco Lisboa, no Jardim Maria Eugênia, com duas turmas. Os centros esportivos Padre André Pieroni, no Jardim Simus, e Joaquim Martins, em Brigadeiro Tobias, mantêm uma turma cada, com horários distribuídos entre manhã e tarde.

Para participar, o responsável deve procurar a unidade escolhida, apresentar documento com foto da criança e comprovante de residência e preencher o cadastro. Ao fim do ano, os alunos participam de um festival; aqueles que demonstrarem aptidão para o alto rendimento podem ser encaminhados a instituições parceiras.

Em destaque

Jorge Afeich

FATOS SOCIAIS EM FOTOS



10 anos – A empreendedora sorocabana Lucieny Salas (foto) recebeu convidados especiais na Cervejaria Imperatriz para celebrar os 10 anos da marca de bebidas “El Salas”. Uma noite marcada por homenagens e um show espetacular da banda Tangos.



Degustação de vinhos – O querido casal Leda e Pedro Moron (foto), proprietários da tradicional agência de turismo Mundo Color, localizada na Praça Frei Baía em Sorocaba, promoveu um encontro de seletos amigos para uma deliciosa degustação de vinhos e queijos, além de muito bate-papo.



Teresa cantou Milton – A cantora Teresa Baddini (foto), a “voz de Sorocaba”, interpretou músicas de Milton Nascimento durante apresentação na Fundec e encantou a todos os presentes. Sem dúvida, a boa música eleva as almas!



Exposição – Com curadoria de Maurício Barisson, o “Espaço Musse Stefan”, localizado no Chalé Francês, atual sede da Secretaria da Cultura de Sorocaba, recebeu a exposição “Roda da Fortuna: a Riqueza da Cultura Romani”, da artista plástica Giovanna Prado Huran (foto), onde 19 telas inéditas que retratam a cultura do povo cigano, repletas de cores, símbolos e significados, foram expostas. Um delicioso coquetel marcou o lançamento da mostra, com comidas típicas ciganas.



Pode Entrar – O influencer Juninho de Melo (foto) abre as portas de sua casa para receber convidados ilustres, personalidades, artistas e grandes histórias no seu novo programa “Pode Entrar”. Um espaço descontraído, cheio de informação, histórias, bate-papo e muita diversão.

**A LOJA DOS
APAIXONADOS POR TÊNIS**

**RAQUETES - BOLAS
CORDAS - ACESSÓRIOS**

**SMASH
CENTER**
SOROCABA - SP



(15) 3217-1717

