



A ESTÂNCIA DE GUARUJÁ

Antônio Baraçal (1953 - 1988) - Antônia Rosa Baraçal (1988 - 2020) - Maria Baraçal (1988 - 2024)

28 de agosto a 3 de setembro de 2026 - Nº 5.758 - Ano 76 - R\$ 1,00 - Site: www.estanciadeguaruja.com.br



Que turismo Guarujá quer ter nos próximos anos?

Plano Diretor de Turismo 2025–2027 será apresentado em audiência pública na segunda-feira (31), com propostas que vão além do turismo de praia



Divulgação

Página 3

Guarujá celebra os 133 anos da Vila Balneária

Página 3

Campanha do Agasalho segue recebendo doações

Página 4

Nutricionista destaca cuidados no uso das canetas

Página 8

Mutirão de exames é neste sábado (29)



Divulgação

Página 4

O Simples mudou. O que fazer?



Reprodução

Página 5

NOTÍCIAS DE GUARUJÁ, VICENTE DE CARVALHO, SANTOS, BERTIOGA E CUBATÃO
www.estanciadeguaruja.com.br



Charge da semana



Turismo precisa sair do discurso

Guarujá não precisa ser convencido de que tem vocação turística. A cidade tem praias, patrimônio histórico, cultura caçara, natureza e uma localização privilegiada. O desafio é outro: transformar todo esse potencial em desenvolvimento permanente, com planejamento e resultados para quem vive aqui.

Por isso, a discussão do Plano Diretor de Turismo 2025-2027 chega em um momento importante. Um plano de turismo não pode ser apenas um documento bem elaborado ou uma coleção de boas intenções.

Precisa estabelecer

prioridades, apontar responsabilidades, indicar metas e, principalmente, sobreviver às mudanças de governo. Essa continuidade, que falta no planejamento da cidade, é o ponto chave para promoção real da mudança.

A proposta apresentada traz temas que há muito fazem parte dos desafios de Guarujá: mobilidade, ordenamento, qualificação profissional, sustentabilidade, novos produtos turísticos e atração de visitantes durante todo o ano.

Diversificar o turismo é fundamental para diminuir a dependência da temporada e fazer

com que a atividade gere mais emprego, renda e oportunidades. Mas existe uma questão que não pode ser deixada de lado: quem acompanhará a execução desse plano?

A participação da sociedade não deveria terminar na audiência pública. Moradores, comerciantes, trabalhadores, empresários e representantes do setor precisam ter acesso às metas e poder acompanhar o que foi planejado e o que efetivamente está sendo realizado.

O que a cidade precisa agora é transformar planejamento em conti-

nuidade. A audiência pública de segunda-feira, portanto, é mais do que uma etapa burocrática.

É uma oportunidade para discutir qual turismo queremos e, sobretudo, qual cidade queremos construir para receber quem vem de fora sem deixar de cuidar de quem mora aqui.

Porque turismo forte não se mede apenas pelo número de visitantes. Mede-se também pela qualidade dos serviços, pela preservação do patrimônio e do meio ambiente, pela geração de oportunidades e pelo orgulho de quem chama Guarujá de casa.

Micros

Guarda-vidas

Guarujá abriu inscrições para contratar 25 guarda-vidas temporários, que atuarão entre 7 de outubro de 2026 e 7 de junho de 2027. A seleção terá provas de natação e corrida, em etapa única, no dia 18 de setembro. As inscrições seguem até 13 de setembro, pelo site da Prefeitura. A remuneração prevista é de R\$ 2.824,20, incluindo adicional de insalubridade.

Dança e inclusão

A Praça das Bandeiras, em Pitangueiras, recebe neste sábado (29), das 15h às 17h30, o projeto Dançando na Praça (foto). A programação

gratuita terá aulas de axé retrô, forró, zumba e fit dance, além de apresentações de ballet, dança cigana e Will Dance. Haverá ainda sorteio de brindes. Segundo o professor Alessandro Juca, o evento promove "inclusão e celebração", reunindo pessoas de diferentes idades e valorizando artistas locais.

Aulão Solidário

O "Aulão Solidário de Dança de Salão", que arrecadará brinquedos para a Oficina de Bonecas e para as ações do Dia das Crianças do Fundo Social, terá nova data e horário, ainda a serem divulgados.

Oficina de bonecas

Para participar, basta doar um brinquedo novo ou usado em bom estado. Os itens usados que puderem ser recuperados serão encaminhados à Oficina de Bonecas. A atividade será no Caec Profª Isabel Ortega, na Av. Manoel da Cruz Michael, 333, Santa Rosa.

Matsuri reúne 15 mil

Cerca de 15 mil pessoas passaram pela Praça Horácio Lafer entre os dias 21 e 23 de agosto para a primeira edição do Guarujá Matsuri. O festival reuniu gastronomia e atrações da cultura japonesa, como apresentações de taikô, cosplay, oficinas de mangá,

origami, shuji, sashiko e Kimono Experience.

Calendário

De fato, a festa estava muito bonita, organizada e tem espaço para ficar melhor e contar com mais participação de empresas da cidade. A Prefeitura informou que o evento deverá entrar no calendário oficial de atrações do município.

Elifas Andreato

O Teatro Procópio Ferreira recebe até 19 de setembro a exposição "Além da Moldura", dedicada à obra de Elifas Andreato. Com entrada gratuita, a mostra reúne obras originais e reproduções, instalações, projeções e vídeos com depoimentos do artista.

Prestígio

A visitação é de segunda a sexta-feira, das 9h às 17h, na Avenida Dom Pedro I, 350, Enseada. A exposição também apresenta trabalhos produzidos durante a ditadura militar e materiais publicados na imprensa alternativa. A curadoria é de Batman Zavareze.

Morre ex-vice-prefeito Duino Verri Fernandes

Morreu na manhã de terça-feira (25), aos 80 anos, o ex-vice-prefeito de Guarujá Duino Verri Fernandes. A causa da morte não foi divulgada pela família. Engenheiro civil, foi vice-prefeito na gestão de Maria Antonieta de Brito, após a vitória da chapa nas eleições de 2012.

Antes da política, participou de projetos e obras de infraestrutura

do município, entre eles o Estádio Municipal Antônio Fernandes, o viaduto Floriberto Mariano e a cobertura do canal da Avenida Leomil. Também esteve envolvido nos projetos dos loteamentos Morrinhos e Vila Edna.

Nascido em Petrópolis (RJ), Duino deixa esposa, três filhos e dois netos. O velório ocorreu na terça-feira, no Memorial do Guarujá.

Homenagem

Duino Verri Fernandes



A ESTÂNCIA DE GUARUJÁ

Diretora Executiva, Editora e Jornalista Responsável: Karina Mingarelli - MTb 53.449 Diagramação, Redação, Edição, Composição e Editoração Eletrônica: Alameda das Margaridas, nº 310, sala 05, Bairro Santo Antonio Guarujá, CEP 11432-240 - Tel.: (13) 3355-7474 - E-mail da Redação: jornal.estancia@terra.com.br E-mail do departamento comercial: comercial.estancia@terra.com.br - Circulação: Digital online e impresso nas praças Guarujá, Vicente de Carvalho, Bertioiga e Cubatão - Tiragem: 10.000 exemplares. Impressão: Gráfica Diário do Litoral - Os artigos assinados são de responsabilidade dos seus autores.

Audiência pública apresenta e discute planejamento de turismo para Guarujá

Da Redação

Guarujá começa a discutir, na prática, os caminhos que pretende seguir para desenvolver o turismo nos próximos anos. Na segunda-feira, dia 31 de agosto, às 15 horas, a Câmara Municipal recebe a Audiência Pública de validação do Plano Diretor de Turismo de Guarujá (PDTUR 2025-2027). O encontro será aberto à participação da sociedade.

Mais do que apresentar um documento, a audiência coloca em debate uma questão importante para a cidade: como transformar o potencial turístico de Guarujá em uma atividade mais estruturada, diversificada e capaz de movimentar a econo-

mia durante todo o ano?

A proposta estabelece cinco eixos estratégicos, dez programas e dezenas de projetos. Entre os temas estão mobilidade e ordenamento, sustentabilidade, inteligência e uso de dados, turismo náutico, cultura caçara, acessibilidade, qualificação profissional, criação de novos produtos turísticos, atração de investimentos e promoção do destino fora da alta temporada.

O plano também considera mudanças que podem influenciar a atividade turística nos próximos anos, como a ampliação da conectividade aérea regional e a integração de Guarujá a mercados e circuitos turísticos da região.

Para chegar à proposta, foram realizados estudos técnicos, visitas,



Arquivo

Aberto ao público, audiência é também o momento em que a população poderá conhecer as propostas e apresentar sugestões antes da validação do plano

atualização do inventário turístico, entrevistas com representantes locais, pesquisas com visitantes, análise da presença do destino em plataformas digitais e uma oficina colaborativa para discutir problemas e prioridades.

O trabalho foi elaborado pela Secretaria Municipal de Turismo, com apoio técnico da FIA Business School, e contou com a participação de representantes do poder público, Conselho Municipal de

Turismo (Comtur), trade turístico, comunidades locais e outros setores ligados à atividade.

A audiência de segunda-feira representa uma das etapas finais do processo. É também o momento em que a po-

pulação poderá conhecer as propostas e apresentar sugestões antes da validação do plano.

“A visão de futuro construída durante o processo propõe que Guarujá seja reconhecido como destino turístico sustentável e regenerativo, que gera orgulho aos munícipes e encanta os turistas pela excelência em hospitalidade e pela estruturação de experiências, valorizando sua história, cultura tradicional e recursos naturais”, define Aildo Rodrigues Ferreira, secretário de Turismo de Guarujá.

SERVIÇO

Audiência Pública do PDTUR 2025-2027

31 de agosto, às 15 hs, Câmara Municipal de Guarujá – Av. Leomil, 29

Guarujá celebra 133 anos da Villa Balneária com programação histórica

O Centro de Documentação e Memória (CEDOM) – Museu da História de Guarujá promove, na próxima quinta-feira, 3 de setembro, uma programação especial pelos 133 anos da Villa Balneária. Das 14h às 20h, moradores e turistas poderão visitar o espaço gratuitamente e conhecer aspectos da história e da formação do município.

Um dos destaques será a presença de um artista cover de Alberto Santos Dumont, caracterizado como o pioneiro da aviação. O público poderá interagir e tirar fotos com o personagem, em uma atividade

que relaciona a história do inventor do 14-bis à memória do período de formação de Guarujá.

A programação também propõe uma visita à trajetória histórica da cidade. A identidade visual do evento resgata elementos de época, como o 14-bis, o antigo bonde de Guarujá e imagens relacionadas à história local.

“Queremos proporcionar um momento em que a comunidade possa tocar o passado e celebrar nossa história com alegria. Receber o espírito de Santos Dumont e ver as famílias ocupando o museu é a melhor forma de honrar os 133



Divulgação

anos da nossa Villa Balneária”, afirma Enrique Dias, presidente do Centro de

Documentação Histórica de Guarujá (CEDOM Guarujá) e curador do museu.

SERVIÇO

133 anos da Villa Balneária de Guarujá

Data: 3 de setembro de 2026 (quinta-feira)
Horário: das 14h às 20h - Local: CEDOM – Museu da História de Guarujá - Endereço: Av. Deputado Emílio Carlos, 39 – Pitangueiras, ao lado do Hospital Santo Amaro - Entrada: gratuita



SIGA-NOS TAMBÉM PELO FACEBOOK!

EstanciaDeGuaruja

Alô Comunidade!

Caso queira reportar algo sobre nossas operações, entre em contato:

0800 0123 000

MESQUITA ASSESSORIA CONTÁBIL

- Aberturas
- Encerramentos
- Imposto de Renda

Rua Comendador Vicente Gagliano, 31
4º andar - sala 44 - Tel.: (13) 3352-5222

Ótica Pérola do Atlântico

Mais beleza em seu olhar

Rua Montenegro, 291
Vila Maia, Guarujá
Tel.: 3386-9412

Campanha do Agasalho 2026

Guarujá finaliza ação com 25 mil peças arrecadadas

De Guarujá

O Fundo Social de Solidariedade (FSS), encerrou a Campanha do Agasalho 2026 com 25 mil peças arrecadadas. Com o lema "Doe calor e espalhe amor", a iniciativa mobilizou a população durante o inverno para a doação de roupas e acessórios em bom estado, destinados a adultos e crianças em situação de vulnerabilidade social.

Entre os itens arrecadados estão agasalhos, casacos, calças de moletom, toucas, meias, mantas e cobertores. As peças são destinadas a instituições sociais, abrigos e famílias atendidas pelos programas sociais do Município.

"Fico muito feliz com



Rede de solidariedade garante apoio às instituições sociais e atendimento à população em situação de vulnerabilidade social

o resultado da campanha e, principalmente, com a participação da população. Cada peça doada chega a alguém que precisa e faz a diferença para uma família. Agradeço de coração a todos que contribuíram e ajudaram o Fundo Social a levar esse aco-

lhimento a quem mais precisa", destacou a primeira-dama e presidente do Fundo Social de Solidariedade, Haifa Madi.

DOAÇÕES CONTINUAM AO LONGO DO ANO

Mesmo com o encerramento da campanha,

as doações continuam ao longo do ano. Quem quiser contribuir pode entregar roupas, cobertores e outros itens diretamente na sede do Fundo Social, localizada na Rua Cavalheiro Nami Jafet, 549, no Centro, de segunda a sexta-feira, das 9 às 17 horas.

Mutirão de exames de saúde atende pacientes agendados neste sábado (29)

Acontece neste sábado (29), mais um mutirão de saúde no Ambulatório de Referência em Especialidades (ARE), das 8 às 17 horas. A iniciativa visa ampliar o acesso a exames especializados e, desta vez, 420 procedimentos estão agendados. O ARE fica na Rua Marivaldo Fer-

nandes, s/nº - Vila Júlia.

Serão 300 ultrassonografias, 50 eletrocardiogramas, 50 consultas de dermatologia e 20 cirurgias de vasectomia. Os pacientes agendados já aguardavam na fila de espera para estes procedimentos, e foram contatados pela Sesau previamente.

A chefe de departamento municipal da Atenção Especializada, Luciana Saião, reforça que o comparecimento dos pacientes é fundamental para o andamento da fila de espera. "Os exames são agendados no sábado justamente para facilitar o comparecimen-

to dessas pessoas, que muitas vezes não conseguem ir durante a semana por conta de trabalho e outros compromissos. A Administração Municipal faz a sua parte, e reforçamos que é de extrema importância que os munícipes também cumpram seu papel", salienta.

Consultório de Rua ganha mais precisão e agilidade

O atendimento médico às pessoas em situação de rua em Guarujá ganhou reforço. Na última sexta-feira (21), a Prefeitura entregou um novo Kit de Boas Práticas para a equipe do programa Consultório na Rua, iniciativa que leva cuidados de saúde diretamente às áreas onde essa população vive ou permanece.

Os equipamentos foram fornecidos pelo Ministério da Saúde e incluem itens portáteis como balança digital,

estetoscópio, oxímetro, termômetro clínico, entre outros. A expectativa é que o kit amplie a capacidade de diagnóstico, acompanhamento e cuidado, fortalecendo o trabalho da Secretaria Municipal de Saúde.

O Consultório na Rua é formado por uma equipe multiprofissional que atua de forma itinerante, realizando escuta, avaliações clínicas, orientações, curativos, ações de prevenção e busca ativa de doenças como



Mais de 400 procedimentos estão agendados para agilizar a fila de espera

tuberculose e infecções sexualmente transmissíveis. Também oferece suporte em questões relacionadas ao uso de álcool e outras drogas.

Com os novos equi-

pamentos, o serviço deve ganhar mais precisão e agilidade, garantindo atendimento digno e qualificado às pessoas em situação de vulnerabilidade.



Mas já? O Simples Nacional de 2027 começa agora

Prezado, leitor. Se você tem uma pequena empresa e está no Simples Nacional, talvez esteja se perguntando: preciso fazer alguma coisa agora por causa da Reforma Tributária? A resposta é: depende da situação da sua empresa, mas o assunto merece atenção.

O Comitê Gestor do Simples Nacional divulgou as orientações para a opção pelo regime em 2027. Para empresas já constituídas que ainda não são optantes ou que foram excluídas do regime, o pedido deverá ser feito entre 1º e 30 de setembro de 2026, pelo Portal do Simples Nacional ou pelo e-CAC.

Imagine uma pequena loja, um salão de beleza ou uma empresa de serviços que hoje não está no Simples, mas pretende entrar no regime no próximo ano. Não basta esperar janeiro chegar. A opção precisa ser solicitada dentro do prazo.

E aqui está um detalhe importante: se houver alguma pendência que impeça a entrada no regime, isso não significa que o empresário deve simplesmente desistir.

A orientação é observar

o prazo para fazer a opção e, depois, regularizar a situação dentro do período previsto.

Para quem já está no Simples, também é importante não confundir as mudanças da Reforma Tributária com o fim do regime. O Simples Nacional continua existindo.

O que muda é a forma como alguns tributos serão tratados, inclusive com a possibilidade de determinadas empresas optarem por recolher IBS e CBS pelo regime regular, fora do Simples.

E atenção: MEI não segue esse mesmo calendário. Para o SIMEI, a opção continua sendo feita no último dia útil de janeiro de 2027.

Para o pequeno empresário, a principal lição é simples: não deixe uma escolha tributária importante para a última hora. Regime tributário não é apenas uma questão de pagar imposto; envolve planejamento, prazos e cumprimento de obrigações.

Em 2027, a Reforma Tributária trará mudanças, mas quem se antecipa consegue tomar decisões com muito mais segurança.

Fique atento(a) aos seus direitos e deveres.

Beatriz Biancato é advogada tributarista em Guarujá, Mestre em Direito com ênfase em Tributação Municipal, Autora pela Editora Dialética e Idealizadora do projeto gratuito "Tributário Sem Mistério", disponível em www.tributariosemmistério.com.br.



Na Plastipel você encontra mais de 20.000 itens em uma loja ampla e bem localizada

Av. Ademir de Barros, 1995
Guarujá - (13) 99207-1343
Curta nossas redes sociais



VEM PRA PLASTIPEL

Plastipel
GUARUJÁ

“Simples Nacional híbrido”

Empresas têm 30 dias para escolher como vão pagar novos tributos

Da Redação

Para milhões de pequenos negócios brasileiros, o Simples Nacional é a principal forma de cumprir suas obrigações tributárias. Criado para facilitar o pagamento de impostos por micro e pequenas empresas, o regime reúne diferentes tributos em uma única guia de pagamento e possui regras específicas de apuração e declaração.

Esse sistema passará por mudanças para se adequar à Reforma Tributária do Consumo. Embora grande parte das novas regras comece a valer em 1º de janeiro de 2027, algumas decisões precisam ser tomadas pelas empresas já em setembro de 2026.

Para Anderson Mendes, consultor empresarial e diretor do Grupo Delfos, que reúne Zap Contabilidade e a Papin Contabilidade, o principal desafio neste momento é transformar as novas regras em decisões práticas para o empresário.

“A reação natural do empresário é achar que, por só valer em 2027, dá para deixar para depois. Só que a decisão sobre como recolher IBS e CBS já precisa ser tomada agora. É esse tipo de detalhe de calendário que pode fazer a diferença na organização da empresa para 2027”, explica Mendes.

Entre 1º e 30 de setembro, haverá uma janela para que determinados negócios escolham como vão lidar com dois novos tributos: o IBS (Imposto sobre Bens e Serviços) e a CBS (Contribuição sobre Bens e Serviços).



Janela vai de 1º a 30 de setembro e decide se IBS e CBS saem do regime simplificado; especialista alerta que não decidir também é uma escolha

AFINAL, O QUE É O SIMPLES NACIONAL?

O Simples Nacional é um regime tributário criado para facilitar a vida de micro e pequenas empresas. Em vez de lidar separadamente com diversos impostos, a empresa optante faz o recolhimento de vários deles por meio do Documento de Arrecadação do Simples Nacional (DAS).

É justamente esse modelo que passará a conviver com as novas regras de tributação sobre o consumo.

A partir de 2027, o IBS substituirá gradualmente tributos como ICMS e ISS, enquanto a CBS substituirá a contribuição destinada ao PIS e à Cofins. As novas regras do Comitê Gestor do Simples Nacional (CGSN) estabelecem como esses tributos serão tratados dentro do regime simplificado.

SETEMBRO SERÁ UM MÊS IMPORTANTE PARA AS EMPRESAS

Entre 1º e 30 de setembro de 2026, dois grupos precisam ficar

especialmente atentos.

O primeiro é formado por empresas que ainda não são optantes do Simples Nacional e desejam ingressar no regime a partir de janeiro de 2027. Também entram nesse grupo empresas que foram excluídas do Simples e pretendem voltar ao regime.

O segundo grupo é formado por empresas que já estão no Simples Nacional, mas querem recolher o IBS e a CBS separadamente, seguindo as regras do regime regular. Essa segunda possibilidade é o que vem sendo chamado de “Simples Nacional híbrido”.

Na prática, a empresa continua no Simples Nacional para os demais tributos, mas passa a calcular e recolher o IBS e a CBS separadamente, fora do sistema simplificado. Quem não fizer essa opção continuará recolhendo IBS e CBS dentro do Simples. Por isso, segundo Anderson, não escolher também é uma decisão que precisa ser tomada com conhecimento das consequências.

“O empresário não precisa simplesmente escolher uma opção porque ela parece mais simples. É importante avaliar o funcionamento da empresa, o perfil das operações e como essa escolha vai impactar a rotina fiscal e financeira do negócio”, comenta Anderson.

Quem optar pelo recolhimento regular do IBS e da CBS em setembro poderá desistir da escolha até 30 de novembro de 2026. Já quem perder a janela de setembro terá uma nova oportunidade somente entre 1º e 31 de março de 2027, com efeitos a partir do segundo semestre daquele ano.

MUDANÇAS TAMBÉM CHEGAM À ROTINA FISCAL

As alterações não ficam restritas à escolha do regime de recolhimento. As novas regras também passam a relacionar o faturamento utilizado na apuração do Simples à emissão do documento fiscal que formaliza a venda ou a prestação do serviço.

A regulamentação também trata de situações como vendas para entrega futura e documentos fiscais que alterem valores anteriormente registrados.

Outro ponto é o sublimite de R\$ 3,6 milhões, que passa a ser aplicado também ao recolhimento do IBS, além de ICMS e ISS. Além disso, valores de IBS e CBS recolhidos fora do Simples deixam de integrar a receita bruta considerada para fins do regime.

“São mudanças de bastidor, mas que afetam diretamente o caixa e a forma como a empresa organiza a nota fiscal no dia a dia. É exatamente o tipo de ajuste que pode passar despercebido até aparecer como problema na apuração”, afirma Anderson.

E PARA O MEI, O QUE MUDA?

O Microempreendedor Individual (MEI) também terá alterações

relacionadas à emissão de documentos fiscais. A regulamentação amplia as regras para emissão de nota tanto na venda de mercadorias quanto na prestação de serviços.

No caso dos serviços, permanece a Nota Fiscal de Serviço eletrônico (NFS-e) nacional, enquanto, para mercadorias e parte das operações de transporte, a regulamentação prevê o uso preferencial da Nota Fiscal Fácil (NFF).

Outra mudança é relacionada à Defis, a Declaração de Informações Socioeconômicas e Fiscais. “A obrigação deixa de existir como declaração separada e passa a ser apresentada dentro do PGDAS-D, sistema utilizado pelas empresas do Simples para declarar informações e calcular o pagamento dos tributos. A entrega continuará sendo anual, entre janeiro e março”, explica Anderson Mendes.

Por que empresário precisa olhar para isso agora?

Apesar de as principais mudanças começarem em 2027, Anderson destaca que deixar o assunto para o próximo ano pode significar perder prazos importantes.

“O erro mais comum que vejo é tratar regra que vale a partir do ano seguinte como assunto do ano seguinte. Só que o prazo de setembro de 2026 é inegociável, e ele determina como a empresa vai operar no

primeiro semestre do ano que vem. Contador e empresário precisam sentar com esse calendário agora, não em dezembro”, resume.

Para o especialista, o momento exige que empresários e profissionais de contabilidade entendam não apenas o que mudou na legislação, mas principalmente o que precisa ser feito, por quem e em qual prazo.



O SINDICATO DOS FUNCIONÁRIOS PÚBLICOS DE GUARUJÁ tem descontos para seus associados em universidades, escolas, cursos profissionalizantes, agências de turismo, entre outros. Confira a lista completa de parceiros do SINDSERV em: www.sindservguaruja.org.br/desconto-para-associados





Guilherme Novaes - Jornalista, comentarista e colunista esportivo

A “Europeurização” do Futebol Brasileiro

Desde 1971 em disputa, o Campeonato Brasileiro sempre foi tido e mantido como o mais disputado do planeta bola. Após 2023, com a disputa dos pontos corridos, nada mudou, com diversos times buscando o caneco e agradáveis surpresas no caminho, como São Caetano, Atlético-PR, Guarani, Coritiba, Bangu, Sport e Bragantino, só para ficar nos campees e vices. Eram 10, 12, 14 equipes protagonizavam as disputas. Nem tanto pela qualidade, mas pela quantidade.

Do outro lado do Atlântico, sempre existiram monopólios. Na Espanha, Real Madrid e Barcelona. Na Itália, Juventus, Milan e Inter. Na Alemanha, Bayern e Borussia e olhe lá. São diversos exemplos e que não mudam no Velho Continente.

Por aqui algumas supremacias, mas curtas. Inter nos anos 70, Flamengo nos 80, São Paulo tri-

nos 2000 e para por aí.

Para? Pelo jeito será bom nos acostumarmos. Palmeiras e Flamengo são protagonistas há 10 anos. Desde 2016 estão entre os três primeiros colocados na tabela, com quatro títulos do Verdão e três do Mengo.

Botafogo, Atlético-MG e Timão furaram esse monopólio, mas nem de perto seguiram dominando as classificações. E por que isso?

No time paulista, rebaixado por duas vezes, ressurgiu com austeridade financeira, apoio a divisão de base revelando e vendendo muito bem, empréstimos financeiros depois quitados por Nobre e por Leila já em um mar mais calmo e, determinante, a construção do Allianz agora Nubank Park.

A posição central do estádio junto com a modernização da Arena rende um belo aporte financeiro, com shows e eventos, além de va-



lorizar o “Name Rights” e a marca Palmeiras.

Na quarta, um sonoro 3 x 0 sobre o Peixe pela ida das quartas da Copa do Brasil. 3 a 0 com a “sensação” de que poderia ser 5,6, tamanha superioridade após o 1 a 0. Antes do jogo, a despedida da “jóia”

Allan, vendido ao City por 40 milhões de euros, algo como R\$ 240 milhões, o que coloca o clube na rota dos 2,5 bilhões de Reais de orçamento. Superior a quase todos. Quase, pois do outro lado tem o Mengo.

Eu vi Zico, Junior, Nunes, Andrade e cia

bela jogar o fino da bola. Campeão Mundial, da Libertadores, bi brasileiro. Nem por isso, para muitos, é a melhor geração Rubro Negra. Arrascaeta, Bruno Henrique, Gabigol, Pedro e muitos outros não saem dos pódios. Faltou o Mundial, é verdade, mas em todos as demais vitórias e vitórias.

Um cube semifalido, com sua gigantesca torcida e marca, mas que dentro de campo não tinha grandes méritos. Eduardo Bandeira de Melo pôs a locomotiva nos trilhos. A solução?

Se você pensou em base acertou. A mesma que protagonizou a tragédia do Ninho do Urubu, trouxe uma leva com Vinicius Junior, Felipe Vizeu, Paquetá, e outros menos cotados que renderam 1,5 bilhão aos cofres Rubro – Negros.

Contas em dia, investimentos no novo CT, craques repostos e uma coleção de vitórias, que

parece interminável.

Você, amigo leitor da Golaço, acredita que algum outro time possa rivalizar com a dupla porco/urubu? Vejam São Paulo, Corinthians e Santos, devendo e vivendo Transfersbans em sequência.

Vejam Botafogo (ludando e devendo), Vasco com uma SAF pra lá de complicada e um Fluminense que parece mais sólido. Galo em crise e Cruzeiro emergente, os do Sul caindo pelas tabelas, enfim, nenhum dos outros 18 times, me parece, tem alguma condição de rivaliza-los à curto prazo.

Estamos virando um contra outro em longa e larga escala dentro e fora dos gramados. Os demais precisam acordar com urgência, modernizar, enxugar e olhar para a base, sem vender a preço de banana, mas valorizar suas joias. Já deu certo com o dois, que dê para os demais.

Juntos pela Neurodiversidade

Evento na Praia da Enseada contou 750 corredores

Cerca de 750 pessoas participaram da primeira edição da Corrida Juntos pela Neurodiversidade, realizada no último do-

mingo (23), em Guarujá. A competição teve um circuito de 5k, com largada no Casa Grande Hotel, na Praia da Enseada. Todos

os competidores receberam medalhas, e os cinco primeiros colocados na categoria masculina e feminina receberam troféus.

CLASSIFICAÇÃO - CATEGORIA MASCULINA

1º lugar.....	Carlos Henrique Ribeiro (16 minutos e 35 segundos)
2º lugar.....	Adriano Lima (17 minutos e 48 segundos)
3º lugar.....	Icaro Tobias (18 minutos e 13 segundos)
4º lugar.....	Victor Lopes (18 minutos e 19 segundos)
5º lugar.....	Joabson Oliveira (18 minutos e 25 segundos)

CLASSIFICAÇÃO - CATEGORIA FEMININA

1º lugar.....	Cinthia Melo (20 minutos e 19 segundos)
2º lugar.....	Andrea Oliveira (21 minutos e 55 segundos)
3º lugar.....	Cinthia Assis (22 minutos e 04 segundos)
4º lugar.....	Eliene Silva (22 minutos e 17 segundos)
5º lugar.....	Maria Eliene de Jesus (23 minutos e 04 segundos)

3ª Etapa do Campeonato Sul-Americano de Jet Ski

Guarujá recebe a 3ª Etapa do Campeonato Sul-Americano Krash Jet Waves neste final de semana (29 e 30), das 10 às 17 horas, na Praia da Enseada (próximo ao Acqua Mundo). O torneio espera reunir cerca de 120 competidores e acontece na modalidade Jet Ski Freeride, que é composta por três categorias: stand up profissional, stand up amador e sit down amador. A competição reúne pilotos de diversos estados brasileiros e de outros países da América Latina, colocando o campeonato como um dos principais eventos de Jet Ski Freeride da categoria.



Divulgação



O encerramento perfeito no Jequitimar: defumados na madrugada e o almoço dos sonhos

Fala galera louca por churrasco! Eu sou o Paizão e este aqui é sim o nosso querido Canal Barbaecue, diferente do YouTube na sua forma de falar com vocês, porém com a mesma essência e paixão: somos loucos por churrasco e música sertaneja.

Quem é da nossa convivência sabe que a brasa aquece o corpo, mas a música é o que alimenta a alma.

Dando continuidade à nossa crônica sobre o final de semana inesquecível de Dia dos Pais no Sofitel Jequitimar, hoje chegamos ao ponto alto dessa jornada. Se o nosso primeiro dia já tinha sido espetacular com o lazer em família e as oficinas, o sábado e o domingo vieram para consagrar, pelo terceiro ano consecutivo, a magia que é comandar o braseiro naquele paraíso aqui no Guarujá.

Uma combinação perfeita de técnica, dedicação, carnes de altíssima qualidade e aquele sentimento gostoso de dever cumprido que só o fogo consegue proporcionar.

Depois do sucesso da nossa Oficina de Hambúrguer Artesanal, onde pais e filhos aprenderam os segredos do blend e da brasa, a noite de sábado reservou um dos rituais mais bonitos do churrasco: o preparo dos defumados, madrugada adentro.

Enquanto a maioria descansava, o braseiro do Restaurante Mar



Casado continuava vivo e fumegando. Ficar ali, sob o céu estrelado e sentindo a brisa do mar, cuidando do pit-smoker, ajustando a lenha e controlando a temperatura para garantir que os cortes atingssem a maciez extrema, é uma experiência quase espiritual para quem ama a gastronomia da brasa.

Foram sete Peitos Bovinos da 1953 e dois ciclos de fumaça na Pit Smoker da Toro Churrasqueiras, com as Costelinhas Suínas da Aurora, um Rub preparado por mim e muita dedicação.

Todo esse zelo na madrugada culminou em um domingo de celebração absoluto. O Almoço de Dia dos Pais



foi um sucesso estrondoso! Com o restaurante lotado de famílias sorridentes, servimos cortes nobres preparados com maestria, onde o aroma da fumaça de lenha e o ponto perfeito das carnes foram elogiados do primeiro ao último cliente.

Ver a emoção dos pais ao lado dos seus

filhos, brindando e saboreando cada pedaço à beira-mar, reforçou por que essa parceria com o Jequitimar Hotel é tão especial. Foi um verdadeiro espetáculo de sabor e afeto.

À medida que o domingo ia chegando ao fim, um misto de sentimentos tomou conta da gente. De um lado, a sa-

tisfação de ter entregue um evento impecável; do outro, aquela pontada de nostalgia por ver o final de semana acabar, deixando em todos nós uma vontade imensa de arrumar as malas e voltar no próximo domingo.

O Jequitimar Hotel não entrega apenas hospedagem e gastronomia de luxo; ele cria memórias que ficam marcadas no coração para sempre.

Se você também quer viver essa experiência inesquecível com a sua família e desfrutar de todas as opções de lazer, gastronomia e bem-estar oferecidas pelo resort, não espere uma data comemorativa para se dar esse presente.

O hotel está pronto para receber você em qualquer final de semana com o mesmo carinho e excelência.

Para informações, reservas de hospedagem ou para consultar a agenda dos próximos eventos gastronômicos, entre em contato diretamente com o Jequitimar Hotel pelos telefones (13) 99209-8598 ou (13) 2104-2000. Prepare a mala, ajeite o chapéu e venha viver momentos únicos no Guarujá.

Nos vemos no próximo braseiro, com mais música, mais prosa e sempre com muita paixão pela brasa!

Acompanhe mais nas nossas redes sociais no Youtube e Instagram!



Dia do Nutricionista

Por que a caneta emagrecedora não faz milagre sozinha?

No mês em que celebramos a profissão, vale o alerta: medicamentos como Ozempic e Mounjaro abrem portas, mas é a reeducação alimentar que garante a saúde e o peso a longo prazo.

A revolução dos análogos de GLP-1 — como Ozempic, Wegovy e Mounjaro — transformou o cenário do emagrecimento e do controle metabólico nos últimos anos.

As chamadas “canetas emagrecedoras” mudaram a relação de milhares de pessoas com a comida, silenciando a fome voraz e trazendo alívio para quem lutava contra a balança há décadas.

No entanto, com a proximidade do Dia do Nutricionista, celebrado no próximo dia 31 de agosto, venho trazer uma reflexão urgente e necessária que venho percebendo nos atendimentos do consultório: o medicamento é uma ferramenta poderosa, mas ele está longe de ser um milagre isolado.

PERDA DE MASSA MAGRA: O PERIGO SILENCIOSO DA BALANÇA

Quando a fome diminui drasticamente, o risco imediato é a restrição severa e



desordenada. Muitas pessoas reduzem tanto o consumo alimentar que acabam perdendo massa muscular em vez de gordura corporal.

Esse processo compromete o metabolismo a médio prazo e enfraquece o corpo. O papel do nutricionista aqui é cirúrgico: calcular a densidade nutricional de cada refeição e garantir o aporte adequado de proteínas, preservando a musculatura e focando na

perda real de gordura, com segurança clínica.

O “EFEITO REBOTE” E A REEDUCAÇÃO ALIMENTAR

Outro ponto crítico é o comportamento frente à comida. O remédio reduz o apetite, mas não ensina o paciente a comer, nem ressignifica a relação emocional com os alimentos.

Quando o tratamento é interrompido sem uma base comportamental sólida, o retorno

do apetite costuma vir acompanhado do temido efeito rebote. É o nutricionista quem conduz a reeducação alimentar de forma gradual, criando autonomia para que o paciente saiba fazer escolhas conscientes, muito além do efeito da medicação.

AJUSTE DE MICRONUTRIENTES E ALÍVIO DE EFEITOS COLATERAIS

Enjoos, náuseas e constipação são

mais devagar, exigindo estratégias específicas que vão muito além de cortar calorias.

O acompanhamento nutricional ajusta a hidratação, fraciona as refeições e seleciona alimentos que atenuam esses sintomas, além de prevenir deficiências de vitaminas e minerais essenciais decorrentes do baixo volume de comida ingerida.

O tratamento moderno da obesidade exige visão integrada e respeito à individualidade biológica. A medicina oferece o suporte molecular indispensável, mas é a nutrição que transforma esse avanço em saúde sustentável e qualidade de vida duradoura.

queixas frequentes de quem utiliza os análogos de GLP-1. O estômago esvazia

Se você já faz uso — ou pensa em iniciar — dessas medicações, lembre-se de que o sucesso a longo prazo depende de estratégia, e não de sorte. O medicamento reduz a fome, mas é o planejamento nutricional focado em

recomposição corporal que blinda o seu metabolismo e garante o seu resultado definitivo. Quer blindar sua massa magra e emagrecer com segurança clínica? Agende sua avaliação e vamos estruturar o seu processo.

Dra. Tatiana Macedo Andrade
NUTRICIONISTA CLÍNICA

Contato: (13) 99197-2844
Endereço: Avenida Leomil, 374
sala 43 - Edifício Marcos
Guarujá-SP | CEP: 11410-161



Recomposição Corporal | Saúde Metabólica
Nutrição Inteligente | Longevidade



Aponte a câmera e baixe o seu e-book gratuito e obtenha mais informações.



Fernanda Teles lança livro na Biblioteca Municipal de Guarujá



A engenheira civil e escritora Fernanda Teles, lançou no dia 31/7, o livro 'Ação Dinâmica Em Estádio de Futebol'. A ocasião contou com relevantes homenagens que marcaram momentos inesquecíveis na trajetória dos homenageados



O vereador de Guarujá Sérgio Santa Cruz, Pedro Menezes e o homenageado Fábio Fuhrmann



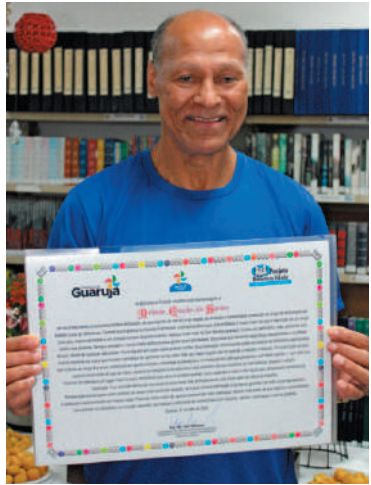
O diretor da biblioteca Pedro Menezes e a escritora Fernanda Teles



O homenageado Carlos Alberto Santos Xavier e Pedro Menezes



Pedro Menezes e a homenageada Ilzanir Gomes da Cunha Figueiredo



O homenageado Arlindo Emídio dos Santos



Arthur Salcci e Fernanda Teles



Lucas de Moraes e Luiza Lewis



Helena Leal e Shirlei Silva

EVENTOS
Sociais

Por José Flávio



Iracema Menezes assume a presidência do Rotary Club de Santos Vila Belmiro

Numa noite especial, Iracema Menezes assumiu a presidência do Rotary Club de Santos Vila Belmiro e realizou a solenidade de posse da sua diretoria, reunindo rotarianos, familiares e convidados. Um momento de confraternização, renovação de compromisso e celebração do espírito de servir à comunidade com a ilustre presença do governador do Rotary Club, Ronaldo Ogasawara



A presidente Iracema Menezes, o governador do Rotary Club, Ronaldo Ogasawara e Danilo Busse Spironilli



A presidente da Asfar de Santos, Mônica Hikuchi



O mestre de cerimônia, José Menezes

O governador do Rotary Club, Ronaldo Ogasawara e sua esposa Paula Ogasawara



O cantor Diogo Miyahara e Iracema Menezes

Iracema Menezes e o representante da diretoria Rolnei Souza



Edson Menezes e sua esposa Iracema Menezes



Ao centro, o governador do Rotary Club, Ronaldo Ogasawara ao lado de presidentes de outros clubes que prestigiaram a posse

Essa edição foi assinada digitalmente. Para verificar a autenticidade do arquivo, disponível em <https://www.estanciadeguaruja.com.br/versao-impressa>, utilize o portal <https://validar.iti.gov.br>



Unoeste recebe professores para o momento Anísio Teixeira e valorização dos educadores



A psicóloga e coordenadora da Saúde Mental, Luana Bezerra Gargiulo Soares, a coordenadora da Educação Infantil, Daniela Fontes, a coordenadora da Educação Infantil, Ana Carolina Braga e a fisioterapeuta e coordenadora técnica de reabilitação da Secretaria da Saúde de Guarujá, Ana Renata Braga Ricardo de Abreu



Jeane Farias, Luana Dias e Khatia Gomes



Carla Cappra, Eduardo Neves Spera e Karina Freitas



Geraldo Aléssio de Oliveira e Samira Haddad Tebecherane



Patrícia Ramos, Patrícia Camarotti e Luciana Andrade



Gislene Cabral, diretora da E.M. Pastor Samuel Franco de Menezes



A fisioterapeuta Lucimar Cacerez Limieri Dias



Dilma Lemos



Isabela Freitas

CHOPP HALLE
RESTAURANTE
DESDE 1965
Delivery chopphalle
(13) 99745.1520 (13) 3371.7125
Av. Mal. Deodoro da Fonseca, 1520 - Pitangueiras - Guarujá

CLÍNICA VETERINÁRIA
FILETTI
Curso livre de auxiliar de Medicina Veterinária
Terças e Quintas à noite
Aulas práticas e teóricas
MATRÍCULAS ABERTAS
Tels.: 3227.5770 - 99711.5545

MARMORARIA GUARUJÁ
MARMORES E GRANITOS
(013) 3354-3130
(013) 99761-8349
Av. dos Caiçaras, 1697
Jardim Las Palmas - Guarujá/SP
www.marmorariaguaruja.com.br



Câmara de Santos realiza outorga da placa comemorativa aos 30 anos do Grupo Faria



Os irmãos do Grupo Faria receberam a homenagem em reconhecimento a uma trajetória de dedicação, credibilidade e sucesso. Ao longo dessas três décadas, o grupo conquistou o respeito e a admiração na cidade de Santos tornando-se uma referência na Baixada Santista. Parabéns pelos 30 anos de história e conquistas! Que venham muitos outros anos de sucesso



Kátia Sousa, Maria Fernanda e o advogado Roberto Faria



Roberto Faria e o vereador Sérgio Santana, autor da propositura



Este colunista e o advogado Roberto Faria



Roberto Faria e a deputada federal Rosana Valle



O presidente do Centro Cultural Português, José Duarte de Almeida Alves



Roberto Faria e o vereador de Santos, Paulo Miyashiro, que presidiu os trabalhos da sessão solene



Evandro Pereira, Roberto Faria e Wagner Malo



A presidente do Conselho do Centro Cultural Português, a advogada Maria Lúcia Robalo