

LÍDER

Maravilha - Quinta-feira 30 de Outubro de 2025 - ED 797

REFORMA PROTESTANTE

508 ANOS DE FÉ QUE MOLDAM GERAÇÕES

Programação em Maravilha contará com atividades e momentos de reflexão nesta sexta-feira (31)

PÁGINA: 16



VAI VIAJAR?

Procon repassa orientações sobre mudanças nas regras de hospedagem

PÁGINAS: 14 e 15

OUTUBRO ROSA

Histórias de coragem e amor à vida no enfrentamento ao câncer de mama

PÁGINAS: 22 e 23

CANSAÇO ACUMULADO

Psicóloga explica a exaustão de fim de ano e como aliviar a sobrecarga

PÁGINAS: 20 e 21

EDITORIAL

O mês se encerra com uma força transformadora que ecoa através dos séculos: o Dia da Reforma Protestante, em 31 de outubro. Esta data não é apenas um marco religioso, é um manifesto sobre o poder de questionar, transformar e renascer. Qualidades que você, leitor perspicaz, precisará dominar nesta reta final de ano.

O último trimestre não é para os fracos de espírito. É o momento onde metas se tornam realidade ou se desfazem em promessas vazias. Onde o tempo acelera impiedosamente e apenas os preparados conseguem surfar essa onda de intensidade sem se afogar nas próprias demandas.

DOMINE SEU ESGOTAMENTO ANTES QUE ELE DOMINE VOCÊ

Nas páginas 20 e 21, apresentamos sugestões para vencer o esgotamento emocional, não com paliativos superficiais, mas com estratégias poderosas que blindam sua mente e fortalecem seu corpo. Porque pequenas mudanças executadas com precisão geram transformações monumentais.

SUAS FÉRIAS SERÃO ÉPICAS OU CAÓTICAS – VOCÊ DECIDE

As férias de fim de ano podem ser seu refúgio sagrado ou um pesadelo. Nesta edição, desvendamos as novas regras das diárias de hospedagem que entram em vigor em dezembro. Conhecimento é poder, e poder é a diferença entre quem planeja e quem improvisa.

OUTUBRO ROSA: O AUTOCUIDADO COMO ATO REVOLUCIONÁRIO

Em meio ao turbilhão de obrigações, parar para cuidar de si não é luxo, é estratégia de sobrevivência. Fazer exames, reorganizar hábitos, buscar equilíbrio: estes são os pilares de quem constrói uma vida extraordinária.

Cada página desta edição foi forjada para elevar seu conhecimento e ampliar suas possibilidades. Não apenas leia, mas absorva, aplique, transforme.

Que este feriado seja sua plataforma de lançamento para uma renovação completa!

Henrique Hubner & Camilla Constantin
Editor-chefe e editora e jornalista do Líder

LÍDER

DIRETOR: WOLMIR HUBNER

DIRETORA-COMERCIAL: SIMONE HUBNER

EDITOR-CHEFE: HENRIQUE HUBNER

EDITORA: CAMILLA CONSTANTIN

REDAÇÃO:
CAMILLA CONSTANTIN
TAMARA FINARDI

DIAGRAMAÇÃO E ARTE:
STEFANY CAROLINE CABRAL GOMES

MARAVILHA
RUA PASTOR ARMANDO CLAAS, 22 - CENTRO
49. 3664 4721

OS ARTIGOS
ASSINADOS SÃO DE
RESPONSABILIDADE
DOS AUTORES E
NÃO REFLETEM
NECESSARIAMENTE
A OPINIÃO DO
JORNAL O LÍDER.

CHARGE



MACROLAR
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

OFERTAS PRA VOCÊ
LEVAR NA HORA!

OFERTAS VÁLIDAS DE 01/11 À 31/12

OFERTAS ESPECIAIS

ACOMPANHE
NOSSO INSTAGRAM:
@MACROLAS_MH

CHUVEIRO
ELÉTRICO
ZAGONEL
7700W 220V

AV.
R\$ 119,90

VEDACIT
VEDAPREN PAREDE

IMPERMEABILIZANTE
VEDAPREN PAREDE
BRANCO 18LT

AV.
R\$ 349,90

CERAMFIX
PISO SOBRE PISO
EXTERNO CINZA

ARGAMASSA
PISO
SOB PISO
CINZA
20KG

AV.
R\$ 24,90



DIRETO AO PONTO

LUIZ CLÁUDIO CARPES



Ricardo Stuckert/Divulgação

LULA E TRUMP CONVERSARAM

A conversa ocorreu, como já estava previsto para ocorrer. Um bate papo de quarenta e cinco minutos. Nada além do que já se esperava. Agora, o que quero saber é qual vai ser o efeito prático disso tudo. Conversar é fácil, dizer que pelo nosso presidente e por Trump está tudo encaminhado, é fácil. O difícil é dobrar o americano para a retirada das tarifas. O próximo encontro poderá ocorrer lá no mês de dezembro, onde o presidente brasileiro está se propondo a visitar os Estados Unidos. Bem, esta situação poderia muito bem ter sido evitada há muito tempo. Desde que o americano assumiu a presidência. Mas enfim, ainda que tarde, é melhor do que nunca. As equipes de Lula e Trump já estão conversando. O presidente americano ainda falou que gosta muito de Bolsonaro, sendo que esta afinidade é uma das responsáveis pelo tarifaço imposto. Lula tentou ainda explicar que o Supremo é totalmente independente, e que foi observado o devido processo legal. De qualquer forma, todos nós sabemos que as coisas não foram bem assim. Portanto, há mais coisas a ocorrer do que possamos imaginar. Trump ainda falou sobre a Venezuela, e alguns outros assuntos onde o presidente brasileiro pensa de forma diversa do mandatário americano. O que se espera é que haja bom senso, que haja algum entendimento, independentemente de partidos. Até porque a indústria catarinense é uma das mais afetadas do país, e já enfrentamos desemprego aqui e no Rio Grande do Sul por conta do tarifaço. Diante de tudo, o bate papo ocorrido em Kuala Lumpur nada mais nos diz que vamos continuar tendo as tarifas pelo menos até o mês que vem (isso pensando positivamente e sendo otimistas). Aguardemos, todavia, dias melhores e um acerto entre os dois países.

MAIS UMA PÉROLA DO LULA

O presidente coleciona frases infelizes. Desta vez, a última foi de que os traficantes são vítimas dos usuários. Entendo que o sr. Presidente quis dizer o contrário, mas a bobagem já foi dita e já rendeu. Mesmo assim, com todas estas pérolas, é o mais lógico candidato à reeleição em 2026, nas eleições presidenciais. Já não estaria na hora de descansar um pouco? Para ele, pelo visto, não.

GOVERNO DO ESTADO LANÇA REDE DE APOIO EMOCIONAL E COMBATE À VIOLENCIA CONTRA PROFESSORES

Aproveitando que é mês dos professores, o governo Jorginho Mello criou este programa. Através dele, haverá foco no acolhimento e apoio aos profissionais do magistério estadual, e ainda teremos o programa de Combate à Violência ao Professor na Escola, que reunirá ações de sensibilização dos estudantes e famílias para o respeito ao professor, de acolhimento do professor vítima de violência, além do registro da ocorrência contra o agressor. É preciso moralizar este tipo de situação. É inadmissível haver agressões e desrespeito com os professores. Se um dia aprendemos, se crescemos e se viramos alguém na vida, é graças em grande parte aos ensinamentos recebidos de nossos mestres. Sou das antigas, do tempo que



Freepik

os nossos professores eram nossos verdadeiros ídolos, heróis. Por conta disso, no meu conceito, tais atos de violência, de qualquer tipo, são absolutamente inadmissíveis, abjetos. É preciso acabar com isso e, principalmente, é preciso mais ainda valorizar o professor.

É MÊS DE SUPER SEXTA

A **Black Friday** da **odontologia**

📅 28/11 | Atendimento **até a meia-noite**

Agende uma avaliação

☎ 0800 310 0310

Sorocaba
Cantor e embaixador
OdontoTop

OdontoTop
HOSPITAL DO DENTE

OdontoTop Hospital do Dente | RT: Cristiano Demartini | CRO/SC 13.547





COLUNA RADAR

HENRIQUE HUBNER



Divulgação

O GIGANTE QUE MORA AO LADO

Enquanto alguns maravilhenses procuram grandeza longe de casa, Douglas Lago foi convocado pela **OITAVA VEZ** para integrar a comissão técnica da Seleção Catarinense de Atletismo Paralímpico.

OITAVA CONVOCAÇÃO. Não foi sorte - foi excelência reconhecida em níveis estaduais.

A IRONIA QUE INCOMODA

Nossos jovens fogem buscando oportunidades que já existem aqui, sob a tutela de alguém que o Estado inteiro reconhece como referência.

Quanto pais sabem que seus filhos têm acesso direto a um técnico em quem Santa Catarina inteira confia? Quantas cidades de 40 mil habitantes oferecem isso?

A PERGUNTA DEVASTADORA

Se Douglas Lago fosse técnico em Joinville, seria manchete. Por que em Maravilha ainda tratamos nossos gigantes como pessoas comuns?

O DESAFIO PARA NOSSA CIDADE

Quanto outros "Douglas Lagos" temos trabalhando em silêncio, construindo excelência que o mundo reconhece, mas que nós, vizinhos, ignoramos?

A VERDADEIRA REVOLUÇÃO começa quando paramos de procurar heróis distantes e reconhecemos os gigantes que caminham entre nós.

Douglas Lago não precisa de Maravilha - **MARAVILHA PRECISA DE DOUGLAS LAGO.**

OITO CONVOCAÇÕES ESTADUAIS. Essa é a assinatura da excelência que mora em nossa cidade.

A pergunta é: quando vamos começar a valorizar nossos próprios fenômenos?

EVOLUIR: O MILAGRE EDUCACIONAL QUE ATUA EM MARAVILHA

Enquanto o mundo debate sobre educação, Claudete Livinalli e sua equipe da EVOLUIR fazem acontecer. Há quase 10 anos, esta família transformou paixão pedagógica em revolução educacional silenciosa.

A CHAMA QUE NUNCA SE APAGOU

Mais de 30 anos como pedagoga. Claudete poderia ter se acomodado na aposentadoria, mas escolheu algo maior: dar nova chance às crianças que a escola tradicional não conseguiu alcançar.

Dificuldades cognitivas, psicológicas, emocionais - na EVOLUIR, não existem casos perdidos. Existem potenciais esperando para florescer.

O LEGADO FAMILIAR QUE INSPIRA

Um projeto criado por seu filho, Eliéser Felipe Livinalli, e sua nora, Lediane Maria Provensi Livinalli, abraçado pela matriarca com toda força de três décadas de experiência. Essa é a definição de propósito familiar que transcende gerações.

A MATEMÁTICA DO AMOR

10 crianças apadrinhadas atualmente. Dez futuros sendo reescritos através da bondade humana. Empresários e cidadãos que entenderam uma verdade simples: investir em educação é investir no futuro de todos nós.

O FENÔMENO QUE EMOCIONA

Crianças que chegam com dificuldades saem desenvolvendo-se em velocidades extraordinárias. Não é magia - é competência pedagógica aliada ao amor genuíno pela educação.

A HOMENAGEM MERECEIDA

Parabéns, Claudete Livinalli. Parabéns pela coragem de não desistir quando outros desistiram. Parabéns por manter acesa a chama da paixão educacional.

Parabéns às professoras aposentadas que escolheram usar sua experiência para transformar vidas ao invés de apenas descansar.

O CONVITE PARA FAZER A DIFERENÇA

A EVOLUIR prova que Maravilha tem projetos dignos de reconhecimento nacional. Se você acredita que toda criança merece uma segunda chance, esta é sua oportunidade de fazer parte de algo maior.

A REFLEXÃO QUE TRANSFORMA

Em 2026, a EVOLUIR completará 10 anos. Quantas vidas foram transformadas? Quantos futuros foram reescritos?

A resposta está nas crianças que hoje sorriem onde antes choravam de frustração.

Claudete e sua equipe provam diariamente que paixão pela educação não tem idade de aposentadoria.



Divulgação



um gesto de cuidado com você

SEGUROS DE VIDA SICOOB

Seguros com cobertura personalizada

Segurança para cada fase da vida

Procure sua cooperativa mais próxima e conheça os seguros do Sicoob

SICOOB

Divulgação



O GÊNIO QUE BRILHA EM MARAVILHA: BRAIAN RODRIGUES E A LIÇÃO DE GRANDEZA

A ESTRELA QUE NASCE EM SOLO MARAVILHENSE

Aos 14 anos, Braian Rodrigues Pereira está reescrevendo o que significa ter grandes sonhos em uma cidade do interior. Duas medalhas de bronze - uma regional, outra nacional na OBMEP - provam que genialidade floresce aqui.

O FENÔMENO QUE INSPIRA GERAÇÕES

Astrofísica. Esse é o sonho de Braian. Não qualquer profissão - ele quer decifrar os mistérios do universo partindo de uma escola pública de Maravilha.

E o mais impressionante: enquanto conquista medalhas nacionais, ainda encontra tempo para escrever um romance e jogar xadrez. Essa é a definição de excelência multidisciplinar.

A FÓRMULA DO SUCESSO MARAVILHENSE

O que fez Braian brilhar nacionalmente? Dedicção pessoal inabalável, apoio da família e da Escola Santa Terezinha, professores como Tatiana Sprandel que acreditam no potencial e direção escolar que celebra conquistas.

A lição poderosa: Quando talento, apoio e oportunidade se encontram, milagres acontecem em qualquer lugar.

O EXEMPLO QUE MULTIPLICA SONHOS

Braian não apenas vence - inspira. Seus colegas veem que é possível sonhar grande partindo de Maravilha. Seus professores renovam a paixão por ensinar. Sua comunidade descobre que forma campeões nacionais.

A MENSAGEM PARA JOVENS MARAVILHENSES

Se Braian Rodrigues pode conquistar medalhas nacionais aos 14 anos, imagine o que você pode alcançar com dedicação e sonhos grandes.

A Escola Santa Terezinha não tem laboratórios espaciais, mas tem algo mais poderoso: ambiente que nutre genialidade.

O LEGADO EM CONSTRUÇÃO

Braian já está construindo o caminho. Ele prova que Maravilha pode ser berço de cientistas, escritores e campeões.

Sua história não é apenas sobre medalhas - é sobre mostrar que grandeza não conhece fronteiras geográficas.

Braian Rodrigues: o garoto que faz Maravilha brilhar no cenário nacional.

Uma inspiração para todos que acreditam que sonhos grandes cabem em qualquer cidade.

MARAVILHA NA VITRINE GLOBAL: O QUE O MUNDO ESTÁ COMPRANDO DE NÓS?

OS TESOuros QUE NÃO ENXERGAMOS

Enquanto lamentamos a falta de oportunidades, produtos e serviços maravilhenses já cruzam fronteiras sem que percebamos seu potencial devastador no mercado global.

A pergunta que deveria tirar nosso sono: quantas fortunas estamos deixando escapar por não reconhecer o valor do que produzimos?

O AGRONEGÓCIO

Nossos grãos não alimentam apenas Santa Catarina - abastecem mesas na Ásia e Europa. Enquanto discutimos pequenez, nossas terras produzem commodities que movimentam milhões de dólares no mercado internacional.

A ironia: Temos o produto que o mundo quer, mas ainda não descobrimos como agregar valor e multiplicar lucros.

O FENÔMENO DOS SERVIÇOS INVISÍVEIS

Contabilidade, consultoria, design gráfico, programação - serviços que podem ser exportados digitalmente já existem aqui, atendendo clientes que nem suspeitamos.

Um contador de Maravilha pode gerenciar empresas de São Paulo. Um designer local pode criar para marcas do Rio Grande do Sul. A internet DESTRUÍU a geografia dos negócios.

O POTENCIAL GASTRONÔMICO INEXPLORADO

Receitas tradicionais, produtos coloniais, sabores únicos - nossa identidade culinária tem DNA de exportação. Pequenas agroindústrias familiares podem se tornar marcas nacionais com estratégia certa.

A pergunta que me incomoda: Se grandes centros pagam premium por produtos “artesanais do interior”, por que não estamos dominando esse mercado?

A FORÇA INVISÍVEL DO CONHECIMENTO

Professores como Douglas Lago consultam para o estado. Jovens como Braian representam o país. Nossa expertise já é reconhecida nacionalmente - falta apenas transformar conhecimento em produto exportável.

O DESPERTAR NECESSÁRIO

Maravilha não precisa inventar vocações globais - precisa reconhecer as que já possui e potencializá-las estrategicamente.

O mundo está comprando de nós: grãos, conhecimento, serviços digitais, tradições gastronômicas. A questão é: quando vamos parar de vender barato e começar a agregar valor?

A OPORTUNIDADE QUE BATE À PORTA

Cada produto local com potencial global é uma porta de entrada para prosperidade coletiva. Cada serviço que pode ser digitalizado é uma oportunidade de crescer sem sair de casa.

Maravilha já está na vitrine global - só precisamos aprender a precificar nossa excelência.

O DINHEIRO QUE FOGE PELO RALO: A MUDANÇA DE MENTALIDADE QUE MARAVILHA PRECISA

A CONVERSA QUE NINGUÉM QUER TER

Por que tratamos dinheiro como tabu, mas reclamamos que ele sempre falta? A educação financeira não começa com planilhas - começa mudando como pensamos sobre prosperidade.

O MITO QUE NOS PARALISA

Educação financeira é para quem tem muito dinheiro. MENTIRA DEVASTADORA. É justamente quem tem pouco que mais precisa saber multiplicá-lo.

Enquanto evitamos falar de dinheiro por “educação”, continuamos tomando decisões que nos empobrecem diariamente.

A MENTALIDADE QUE MATA SONHOS

Não tenho dinheiro para investir. Mas tem para parcelar compras desnecessárias.

Investir não vale a pena. Mas pagar juros do cartão vale?

É muito complicado. Mas perder dinheiro por ignorância é simples?

A MUDANÇA QUE TRANSFORMA TUDO

Educação financeira não é sobre ser rico - é sobre ser livre. Livre para escolher, livre para sonhar, livre para não depender de salário em salário.

A reflexão que incomoda: Quantas oportunidades perdemos porque nossa mente foi programada para “não dar certo”?

O PRIMEIRO PASSO

Pare de tratar dinheiro como inimigo e comece a vê-lo como ferramenta de liberdade. Cada real que entra na sua casa tem potencial de se multiplicar - ou de desaparecer.

A escolha é sempre sua.

O CONVITE PARA A TRANSFORMAÇÃO

Maravilha pode ter uma geração que ensina educação financeira para os filhos, que toma decisões conscientes, que constrói patrimônio.

Tudo começa quando paramos de ter medo de falar sobre dinheiro e começamos a respeitá-lo como ferramenta de transformação.

A prosperidade não é questão de sorte - é questão de mentalidade.





PSICOLOGIA INFANTIL

PATRÍCIA STÜRMER

O SONO INFANTIL: POR QUE DORMIR CEDO É FUNDAMENTAL?

O sono é tão essencial para o desenvolvimento da criança quanto a alimentação e o brincar. Ainda assim, muitas famílias permitem que as crianças fiquem acordadas até tarde, acreditando que não haverá grandes consequências. Mas a verdade é clara, para uma criança dormir às 22h é considerado muito tarde.

É importante lembrar que a rotina dos pais não é a rotina da criança. Quando a criança dorme tarde, acaba acumulando privação de sono, o que afeta diretamente o crescimento, o humor, o comportamento e até mesmo o aprendizado.



Quanto a criança precisa dormir?

• **De 1 a 5 anos:** de 10 a 12 horas de sono noturno, com rotina iniciando entre 19h30 e 20h30.

• **De 6 a 12 anos:** entre 9 e 11 horas por noite, dormindo até 21h, no máximo.

O sono não é um capricho, é uma necessidade biológica. A média recomendada é de 10 horas de sono por noite, algo que dificilmente será alcançado se a criança vai para a cama muito tarde. Dormir é tão importante porque durante o sono o organismo da criança passa por processos vitais que não acontecem com a mesma intensidade quando ela está acordada, como a consolidação da memória, em que o cérebro organiza e fixa os aprendizados do dia, e a regulação emocional. Crianças descansadas apresentam menos irritabilidade e maior controle dos impulsos. Se a criança vai dormir tarde, ela perde parte dessas fases de sono profundo e reparador, acumulando privação de sono, mesmo que durma por muitas horas.

O reflexo da privação de sono costuma aparecer em forma de irritabilidade, dificuldade de concentração e aprendizagem, comportamentos “difíceis”, com protestos e birras. Sendo que, na verdade, muitas vezes não se trata de “desobediência”, mas sim de cansaço acumulado e de uma rotina de sono mal ajustada.

Quando ajudamos a criança a dormir cedo, estamos cuidando do corpo, da mente e garantindo um desenvolvimento saudável. Afinal, dormir bem é crescer bem.

Colocar a criança para dormir cedo não é rigidez, é cuidado. O sono é um investimento direto na saúde física, emocional e cognitiva. Crianças que dormem cedo tendem a ser mais calmas, seguras, atentas e preparadas para aprender e conviver.

A infância é curta, mas suas bases acompanham para a vida toda. Por isso, estabelecer bons hábitos de sono hoje é garantir um amanhã mais saudável e equilibrado para nossas crianças.

MOBILIDADE URBANA

Lei sobre a implantação de estacionamento rotativo pago é sancionada em Maravilha

Previsão é que o sistema passe a funcionar a partir de 2026

O Município de Maravilha acaba de sancionar a Lei nº 4.423/2025, que prevê a implantação do estacionamento público rotativo pago em Maravilha. Na Câmara Municipal, a matéria recebeu emenda que estabelece prazo de até 180 dias para regulamentação da lei. Portanto, a previsão é que o sistema comece a funcionar em 2026.

Segundo a secretária de Indústria, Comércio e Turismo de Maravilha, Layana Miotto, o objetivo da medida é atender a uma demanda antiga da população e dos comerciantes, diante da dificuldade de encontrar vagas disponíveis nas áreas centrais da cidade. O trabalho está sendo desenvolvido em conjunto com o Departamento de Trânsito.

Antes do envio do Projeto de Lei ao Legislativo, a Administração Municipal contratou a Via 11 Consultoria, Estudos e Projetos de Mobilidade

Urbana LTDA, empresa especializada para realizar um estudo técnico completo, com base em dados atualizados do município. O levantamento indicou que o estacionamento rotativo pago seja implementado em trechos de vias centrais, como por exemplo, em parte da Av. Araucária e outras ruas e avenidas próximas.

A secretária explica que a implantação do sistema será feita de forma gradual, dividida em fases. Antes de avançar para as próximas etapas, a Administração Municipal pretende realizar avaliações de impacto da medida.

Conforme possibilidade prevista na Lei aprovada, a gestão do estacionamento será realizada por uma empresa contratada por meio de licitação. No entanto, o valor a ser cobrado será indicado previamente pela prefeitura e incluído no edital do processo licitatório.



Tamara Finardi/Líder

Durante o período de regulamentação da lei, serão estabelecidas quantas vagas serão criadas e em quais vias elas serão inseridas

Super Sauriverde Assim, do seu jeito.

As melhores ofertas você encontra aqui! 3664-3911

Ofertas válidas de 23/10 a 02/11

Repelente de insetos aerosol Eu Sou parentex 200ml	R\$ 15,99	Leite condensado Piracanjuba 395g	R\$ 4,99	Óleo de Soja Soya 900ml	R\$ 8,29	Amendoim branco Carol 400g	R\$ 4,27	Chopp Unisa Bier lager premium 1,5l	R\$ 12,98
--	-----------	-----------------------------------	----------	-------------------------	----------	----------------------------	----------	-------------------------------------	-----------

SUPER OFERTA

Arroz parboilado 5kg

15,79 14,79



MEDICINA E SAÚDE

DR. GEOVANI DELEVATI

Ureteroscopia Flexível com Laser: o tratamento moderno para pedras nos rins

O que são os cálculos renais?

As famosas “pedras nos rins” são pequenas formações sólidas que surgem quando há acúmulo de sais e minerais na urina. Elas podem variar de tamanho e causar sintomas como dor intensa nas costas ou no abdômen, náuseas, febre e dificuldade para urinar. Embora alguns cálculos saiam sozinhos, outros precisam de tratamento médico para serem removidos.

Um avanço no tratamento:

a ureteroscopia flexível com laser

Nos últimos anos, a medicina trouxe grandes avanços para quem sofre com cálculos renais. Um dos métodos mais modernos e eficazes é a ureteroscopia flexível com laser. O nome pode parecer complicado, mas o procedimento é minimamente invasivo, ou seja, dispensa cortes e cirurgias abertas. O médico introduz um aparelho muito fino e flexível — o ureteroscópio — pela uretra até o rim. Esse instrumento possui uma câmera que permite visualizar o cálculo em tempo real, com grande precisão.

Como o laser atua na remoção das pedras

Após localizar o cálculo, o especialista utiliza um laser especial, chamado laser de holmio, para fragmentar a pedra em pedacinhos minúsculos. Esses fragmentos podem ser retirados com instrumentos delicados ou eliminados naturalmente pela urina nos dias seguintes. O procedimento é feito sob anestesia, e o paciente geralmente recebe alta no mesmo dia ou no dia seguinte, voltando às suas atividades em pouco tempo.

Principais vantagens do procedimento

A ureteroscopia flexível com laser apresenta várias vantagens:

- Não requer cortes ou incisões;
- Recuperação rápida e pouco desconforto;
- Alta taxa de sucesso na remoção das pedras;

- Curto tempo de internação;

- Baixo risco de complicações. Em alguns casos, o médico pode colocar um pequeno tubo interno, chamado cateter duplo J, para ajudar na drenagem da urina até que o rim se recupere completamente.

Indicações e segurança

Esse tratamento é indicado para pedras pequenas e médias, localizadas nos rins ou nos ureteres. Também é uma ótima opção quando outros métodos, como a litotripsia extracorpórea (que usa ondas de choque), não conseguem eliminar o cálculo. As complicações são raras e, quando ocorrem, costumam ser leves — como um pouco de sangue na urina ou infecção urinária leve, facilmente controladas com medicamentos.

Tecnologia a favor do paciente

Os avanços tecnológicos deixaram o procedimento ainda mais seguro e confortável. Os novos ureteroscópios são mais finos e têm câmeras digitais de alta definição. Há também versões descartáveis, que reduzem o risco de infecção. Além do tradicional laser de holmio, alguns centros já utilizam o laser de túlio, que fragmenta as pedras com mais rapidez e menos aquecimento.

Conclusão

A ureteroscopia flexível com laser representa o que há de mais moderno no tratamento das pedras nos rins. É uma técnica eficaz, segura e de rápida recuperação, que proporciona excelentes resultados e qualidade de vida ao paciente. Se você sofre com cálculos renais, procure um urologista. Esse profissional poderá indicar o tratamento mais adequado e orientar sobre como prevenir novas formações, com hidratação adequada e acompanhamento médico regular.



Patrícia A. Stürmer
Psicóloga CRP 12/05243

(49) 99156-0284

patriciasturmer@yahoo.com.br

@psi.patriciasturmer

Iliê Clínica Integrada - Av. Sul Brasil, 565, Centro - Maravilha/SC

Ceu
Clínica Endócrino - Urológica

Diretor Técnico
Dr. Geovani Delevati
CRM 9861

Aline Hubner Endocrinologista CRM/SC 10365	Geovani Delevati Urologista CRM/SC 9861	Ricardo Martins Urologista CRM/SC 12107
---	--	--

Rua Chui, 273 - 5º andar, Centro
São Miguel do Oeste
(49) 3622 4876

Av. Sul Brasil, 583, sala 206, 2º andar
Policlínica Central, Centro - Maravilha SC
(49) 99127 7205



DA FORMA DE CÁLCULO DO AUXÍLIO POR INCAPACIDADE TEMPORÁRIA

Olá meus queridos, tudo bem? Espero que estejam bem. Nesta matéria irei abordar uma situação corriqueira que acontece aqui em meu escritório de advocacia, onde inúmeros segurados estão passando por sérias dificuldades financeiras, em vista da nova forma de cálculo do auxílio por incapacidade temporária.

Nas matérias iniciais, expliquei como é feito o cálculo de cada espécie de benefício previdenciário, sendo que a fórmula é simples: $RMI = SB \times C.C.$ Ou seja, a renda mensal inicial (RMI) é calculada da seguinte forma: Salário de benefício (SB) x Coeficiente de Cálculo (C.C).

Neste sentido, para chegarmos ao salário de benefício, para o auxílio por incapacidade temporária, precisamos apurar todos os salários de benefício desde julho de 1994 (plano real) até a data de entrada do Requerimento (DER) e retirarmos a média aritmética simples, sendo que o valor será multiplicado por 91% (coeficiente de cálculo do benefício).

Importante mencionar que a média salarial não pode ser maior do que a média aritmética dos últimos 12 (doze) salários de contribuição do segurado.

Assim, para entender: Caso o salário de benefício do segurado (julho de 94 até a DER) for na importância de R\$ 3.000,00 (três mil reais) e, a sua média aritmética dos últimos 12 (doze) meses for na importância de R\$ 6.000,00 (seis mil reais), o cálculo deverá obedecer ao menor valor, ou seja, $RMI = 3.000,00 \times 91\%$, logo, RMI igual R\$ 2.730,00 (dois mil, setecentos e trinta reais).

Neste aspecto, vários segurados estão sofrendo financeiramente e gerando problemas para seu núcleo familiar, uma vez que seu benefício fica inferior a seu salário recebido nos últimos 12 (doze) meses, ocasionando em grande perda salarial ao grupo familiar.

No caso de meu cliente, considerando que a renda dele baixou drasticamente, o grupo familiar teve que reduzir gastos e limitar compras, uma vez que houve uma perda salarial de aproximadamente 40% (quarenta por cento) do grupo familiar.

Assim, a reforma previdenciária, ocorrida no ano de 2019, causou um grave retrocesso social para inúmeras pessoas com relação a alguns benefícios previdenciários, tendo em vista trazer regras mais complexas, retirando direitos conquistados há anos pelos segurados da previdência social.

Neste sentido, é importante que o segurado sempre faça um planejamento previdenciário, a fim de minimizar os efeitos prejudiciais que a reforma previdenciária causou em alguns benefícios previdenciários.

Está em dúvida? As informações acima não exauzem a matéria, devendo, nesse caso, ser contatado seu advogado de confiança ou pessoa competente para análise completa de sua situação previdenciária.

Até a próxima!

AGENDA

Confira a programação completa do Natal 2025 em Maravilha

Atividades iniciam no próximo dia 14, com show e acendimento das luzes

CAMILLA CONSTANTIN

A magia do Natal vai tomar conta de Maravilha a partir das próximas semanas. A cidade se prepara para celebrar o Natal 2025 com uma programação especial, repleta de atrações, decoração temática e momentos de confraternização para toda a comunidade.

A secretária de Indústria, Comércio e Turismo, Layana Miotto, destaca que, a cada ano, milhares de pessoas prestigiam os eventos natalinos, que transformam a cidade em um verdadeiro espetáculo de luzes, cores e emoções. “Mais do que uma cele-

bração, o ‘As Maravilhas do Natal’ tornou-se um marco cultural e turístico, valorizando artistas locais, promovendo o comércio e criando memórias afetivas para famílias inteiras. As ruas iluminadas, as apresentações culturais e o clima de confraternização consolidaram Maravilha como referência em eventos natalinos no Oeste Catarinense”, diz.

As atividades iniciam oficialmente no dia 14 de novembro, com show e o tradicional acendimento das luzes de Natal. A partir daí, a cidade viverá mais de um mês de celebrações, com uma programação intensa que se estende até o dia 23 de dezembro.

NOVEMBRO

Dia 14: Acendimento das luzes e show com Padre Ezequiel

Dia 15: Encontro de corais

Dia 16: Encantos nas praças (Praça dos Motoristas Fioravante Luiz Trevisan)

Dia 23: Encantos nas praças (Praça do Jardim América)

Dia 26: Recital de Natal (Corais)

Dia 29: Corrida Noturna de Natal

Dia 30: Encantos nas praças (Praça do Bairro Estrela).

DEZEMBRO

Dias 4 e 5: Encerramento das oficinas do Departamento de Cultura

Dia 6: Sábado Especial + Canta Maravilha + Feirinha de Natal

Dia 7: Feirinha de Natal + Encantos nas praças (Espaço Criança Sorriso)

Dia 13: Sábado Especial + Show do Grupo GEMP

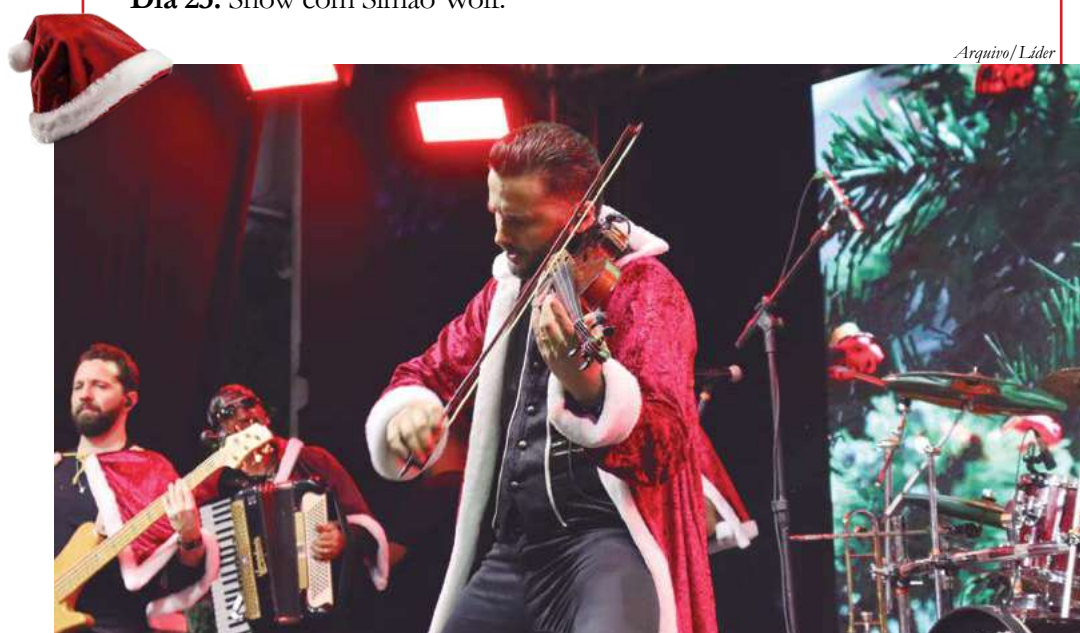
Dia 14: Encantos nas praças (Praça do Bairro Bela Vista)

Dia 19: Show com orquestra UTFPR

Dia 20: Show com grupo Tholl

Dia 21: Domingo especial – Show com a Família Lima

Dia 23: Show com Simão Wolf.



Show com Simão Wolf encerra a programação natalina no município

Arquivo/Líder



EDUCAÇÃO EM FOCO

DILVA BERTOLDI BENVENUTTI
Doutora em Educação nas Ciências

DOCÊNCIA: A ARTE DE REEXISTIR EM TEMPOS DUROS

Ensinar é, antes de tudo, um ato político. Não no sentido partidário, mas como gesto que devolve à palavra “educação” o seu verdadeiro nome: humanização. A docência nasce da escolha de não se omitir diante da desumanização cotidiana. Cada aula é um exercício de resistência contra o esquecimento, contra o conformismo, contra a lógica que transforma o conhecimento em mercadoria e o professor em executor de metas.

Vivemos um tempo em que o magistério, atravessado por políticas neoliberais, é convocado a ser eficiente, produtivo, mensurável. Em contrapartida, o professor que pensa, duvida e questiona é visto como obstáculo. Nas entrelinhas da legislação, nas formações apressadas e nos discursos sobre “competências”, instala-se uma pedagogia da pressa, que afasta o humano e exalta o desempenho. É nesse cenário que a formação política e cidadã do professor se torna urgente: ela é o antídoto para a apatia e a homogeneização.

Educar é decidir se amamos o mundo o bastante para cuidá-lo. Essa é também a pergunta que ecoa na escola: amamos o suficiente para escutar, para acolher o outro, para defender o direito de todos aprenderem? O professor que assume a docência como compromisso político não ensina para repetir fórmulas; ensina para renovar o mundo comum. A verdadeira liberdade nasce no diálogo, e o educador é um semeador de esperanças, ainda que o solo esteja árido.

Entre a burocracia e a vida, entre o controle e o encontro, há uma docência que se refaz todos os dias. É nela que habitam as perguntas: que sentido tem formar para um mercado e não para a humanidade? O que resta da educação quando o afeto é substituído por indicadores e a escuta cede lugar aos relatórios? Ensinar e aprender são movimentos de comunhão, é nessa circularidade que o conhecimento se humaniza.

A formação política do professor não cabe em decretos ou planos. Ela acontece no chão da escola, nos espaços de diálogo, na leitura crítica do cotidiano e nas pequenas insurgências que salvam o sentido da profissão. Cada educador que recusa o silêncio, que insiste no direito de pensar, que reconhece o valor da cultura e das diferenças, é um militante do humano.

A docência é também uma forma de (re)existir. Reexistir ao cansaço, à precarização, ao descrédito. Reexistir como quem decide manter acesa a chama da curiosidade, do espanto e do encontro. Nessa travessia, o professor se torna sujeito político não por pertencer a um partido, mas por apostar na pluralidade humana, aquela que sustenta o fundamento da democracia.

Educar é tecer sentidos quando tudo parece se desfazer. É insistir na solidariedade quando o mundo empurra para a competição. É lembrar, a cada dia, que o conhecimento não serve para excluir, mas para incluir. Por isso, formar professores cidadãos é formar guardiões da esperança, não a esperança ingênua, mas aquela que se enraíza na luta e no compromisso histórico.

Em tempos duros, ser professor é um gesto de coragem. É atravessar o deserto das reformas e das métricas com a convicção de que, no fim, o que realmente transforma o mundo são os encontros. Porque educar é isso: construir humanidade em meio aos escombros, acreditar que o outro é possível e reafirmar, sempre, que o humano ainda é a nossa melhor política.

Então, pergunto: o que seria de nós, se um dia as escolas deixassem de ser os lugares onde ainda é possível acreditar no humano?

Profª Dra. Dilva Bertoldi Benvenutti (PhD)
Professora e pesquisadora em Educação
Outubro de 2025

ANIVERSÁRIO

Em clima de Natal, Amarap comemora 23 anos

Bernardo Barth é o atual presidente da associação

CAMILLA CONSTANTIN

Faltando menos de dois meses para o Natal, as decorações alusivas à data começam a ganhar espaço nas ruas e vitrines. Na sede da Associação Maravilhense de Artesãos e Artistas Plásticos (Amarap), os itens natalinos já estão expostos: guirlandas, papais-noéis, renas, capas para térmicas e outras peças de decoração em geral. Quem deseja enfeitar o lar para a data mais esperada do ano pode aproveitar a oportunidade e adquirir peças únicas, feitas por artistas locais.

A Amarap foi fundada em outubro de 2002, com o objetivo de valorizar, divulgar e fortalecer a arte e o artesanato no município de Maravilha e região. Atualmente, conta com 28 artesãos associados e está localizada na Rua Jorge Lacerda, onde mantém a Casa do Artesanato, um espaço de referência para a cultura local.

A entidade é presidida por Bernardo Barth, que dá continuidade ao trabalho de fortalecimento e valorização da arte como parte essencial da vida cultural e social da comunidade.

“Desde sua criação, a Amarap promove exposições, oficinas, feiras e di-

versas ações culturais, aproximando a comunidade da arte e incentivando a criatividade”, destaca. A associação,

que está de portas abertas para quem deseja fazer parte do grupo, também marca presença constante em eventos e feiras da região.

Entre os principais trabalhos desenvolvidos estão produtos em madeira, biscuit, crochê, panos de prato, peças de decoração, entre outros, evidenciando a riqueza e a diversidade da produção artesanal. Os itens carregam características únicas e revelam o talento dos artistas locais, contribuindo para manter vivas as tradições e a identidade cultural da região.

Fotos: Arquivo/Líder



Casa do Artesanato fica localizada na Rua Jorge Lacerda



Itens natalinos já estão disponíveis para venda

Variedades

PALAVRAS CRUZADAS DIRETAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Compositor de "All Star" e "Relicário"	Funesto; tético (fig.)	Tema central de filmes românticos	Esquema da União para democratizar o acesso à informação
(?) de senha, registro feito em bancos	"(?) Perdi do", série dos anos 70 (TV)	A pessoa mais propensa ao estresse	Tonelada (símbolo) Gasta; carcome
Toca, em inglês		Verbo associado à prática de escambo	Código da Venezuela na web
"Foco" do glandula		Óleo, em inglês	(?) do T: Nota do Tradutor
Cabo formado por pe-nhascos	De novo! (Mús.)	Rua, em francês	
	Passar por filtro	Estado do exercício escolar após a revisão do professor	
			Interjeição que exprime dor
Desmoralização (gic.)		Lado de onde sopra o vento (Mar.)	
(?) naval, jogo cujo objetivo é afundar a frota do adversário		Inflamação aguda ou crônica do ouvido	
Dançar			Roberto Thomé, jornalista esportivo
Marte, em inglês			Sufixo de "londrino"
		Espancar (pop.)	Visceral de bonés
		Justificativa para a ausência do acusado no local do crime	
Examinei o texto	Imerso em temperos		
	Acampar, em inglês		
		A anestesia aplicada na obturação	Dardo, em inglês
			Muito (apócope)
	Muhammad (?), ex-pugilista dos EUA	Grito de comemoração no futebol	Aranha solitária que não tece
Signo representado pela cabra (Astrol.)	O mais conhecido foi Sidarta Gautama		Suprimento do traje do astronauta

BANCO 3/den — oil — rue. 4/buda — camp — dart — mars. 5/ripa. 8/manhã. 17/governo eletrônico.

NOVOS QUADRINHOS EM CAPA DURA!

PIXEL Nas bancas e livrarias.

Solução

C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z
C	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V	W	X	Y	Z

Variedades

Sudoku

	3		8		1		7	
		6				9		
	7	5		6	2			
			6		5	3		9
	1			8				
		3					6	8
8		4		3	6	1	9	7
3		7	1	5	4		2	6
2		1				5		

Preencha a grade para que cada linha, coluna e grade 3x3 contenha os dígitos de 1 a 9. Isso significa que nenhum número seja repetido em qualquer linha, coluna ou caixa.

Resolução

3	4	5	8	7	9	1	6	2
6	2	8	1	5	4	7	3	9
8	5	4	2	3	6	1	9	7
5	2	3	6	1	9	4	7	8
6	1	9	7	8	3	2	5	4
7	4	8	6	2	5	3	1	9
9	7	3	6	2	5	3	6	2
1	8	6	5	4	7	9	3	2
4	3	2	8	9	1	6	7	5

Caça-palavras | Flores

P	P	N	W	E	Í	R	I	S	H	H	E	O	T	L
I	C	A	M	É	L	I	A	O	T	U	L	I	P	A
I	M	E	L	T	C	M	N	G	E	R	O	S	A	O
C	A	M	O	M	I	L	A	V	A	N	D	A	Ç	R
O	U	O	T	M	A	R	G	A	R	I	D	A	U	T
O	R	Q	U	Í	D	E	A	I	K	S	F	J	C	P
L	N	D	T	Ê	Y	E	R	R	P	H	S	A	E	R
Í	A	V	N	A	C	G	G	I	Ê	H	C	N	I	
R	Z	I	E	N	R	É	B	E	G	Ô	N	I	A	M
I	A	O	F	G	A	R	L	D	R	O	E	N	C	A
O	L	L	R	É	V	B	S	Ó	E	Â	T	T	I	V
A	É	E	É	L	O	E	L	O	T	Ú	N	O	W	E
R	I	T	S	I	E	R	T	T	R	U	M	I	O	R
S	A	A	I	C	U	A	H	I	B	I	S	C	O	A
D	A	H	A	A	Y	H	O	R	T	Ê	N	S	I	A

- ANGÉLICA
ANTÚRIO
AZALÉIA
AÇUCENA
BEGÔNIA
CAMOMILA
CAMÉLIA
- CRAVO
FRÉSIA
GARDÊNIA
GERÂNIO
GÉRBERA
HIBISCO
HORTÊNSIA
- IPÊ
JACINTO
LAVANDA
LÍRIO
LÓTUS
MARGARIDA
ORQUÍDEA
- PALMA
PRIMAVERA
ROSA
TULIPA
VIOLETA
ÍRIS

Para colorir





CUIDE-SE!
GABRIELA ZANON TRENTA

O PODER DA RESPIRAÇÃO

Em nossa rotina acelerada, respirar se tornou algo tão automático que esquecemos seu verdadeiro poder. A respiração é muito mais do que uma troca de gases — é uma ponte direta entre corpo e mente, entre o sistema nervoso e as emoções.

Nosso sistema nervoso autônomo (SNA), que controla nossas funções corporais involuntárias, é também responsável por manter o equilíbrio entre o estado de ação e o de repouso. Ele possui dois grandes polos: o simpático, que nos prepara para o movimento, e o parassimpático, que nos conduz ao descanso, digestão e regeneração.

Para que haja saúde, vitalidade e equilíbrio, é essencial que esses dois sistemas estejam em harmonia — e uma das formas mais simples e profundas de fazer isso é respirando conscientemente.

Quando inspiramos e expiramos de forma lenta e profunda, enviamos uma mensagem direta ao cérebro: “está tudo bem”. O coração desacelera, os músculos relaxam, os níveis de cortisol caem e o corpo inteiro entra em um estado de autorregulação. É como se cada respiração dissesse ao corpo que ele pode confiar, que não precisa mais lutar nem fugir.

Além das terapias específicas que aplico para reequilibrar o sistema nervoso — como a terapia neural, reequilíbrio do sistema autônomo e emoções, movimento consciente e os protocolos integrativos de regulação autonômica —, a respiração é uma aliada constante, disponível a qualquer hora, em qualquer lugar.

Experimente agora: inspire contando até quatro, segure o ar por 5 segundos e expire lentamente até sete. Repita por alguns ciclos e observe o que muda. Talvez o corpo relaxe, a mente desacelere e o coração se sinta mais presente.

Cuidar de si começa por lembrar de respirar — com presença, com intenção, com amor.



Freepik

FIÉIS

Paróquia São José Operário completa 60 anos

Programação contou com procissão, missa, almoço e matinê

CAMILLA CONSTANTIN

No último domingo, dia 26 de outubro, a comunidade católica celebrou os 60 anos de história da Paróquia São José Operário, que abrange Maravilha, Tigrinhos, São Miguel da Boa Vista e Flor do Sertão.

As comemorações começaram com uma procissão, que saiu em frente à Prefeitura de Maravilha e seguiu até a Igreja Matriz, onde foi celebrada a missa. A programação seguiu com almoço e, à tarde, a animação ficou por conta do grupo Tchê Kakareko, encerrando o dia com alegria e espírito comunitário.

O Padre Celso Both destaca a im-

portância dessa trajetória construída a muitas mãos.

► **“Que alegria poder celebrar os 60 anos de história da nossa paróquia. Quantas vidas doadas e oferecidas nesta caminhada de evangelização.”**

Instalada oficialmente em 1965, a Paróquia São José Operário teve como primeiro pároco o Padre José Bunse, cuja dedicação e empenho foram fundamentais para lançar as bases dessa caminhada religiosa.

Fotos: Tamara Finardi/Líder



Celebração reuniu grande número de fiéis na Igreja Matriz



Procissão marcou o início das comemorações

EDIÇÃO 2025

Programa Líder Jovem encerra com mais de 300 participantes

Com ações de voluntariado, educação financeira e visitas técnicas, iniciativa fomenta o protagonismo e o desenvolvimento das novas gerações

Cooperar, aprender e transformar. Esses foram os pilares que marcaram o encerramento do programa Líder Jovem 2025 da Sicredi Conexão, reunindo mais de 300 participantes em toda a área de atuação, promovendo momentos de aprendizado e reflexão sobre propósito, cidadania e o papel de cada um na construção de um futuro mais cooperativo.

Nesta edição, o programa consolidou-se como um dos principais espaços de formação da cooperativa, aproximando jovens das comunidades e fortalecendo valores essenciais ao cooperativismo. Os encontros de encerramento foram realizados nos municípios de Maravilha/SC, Frederico Westphalen/RS, Pouso Alegre/MG, Itajubá/MG e Córrego do Bom Jesus/MG.

Ao longo deste ano, os participan-

tes estiveram envolvidos em ações de voluntariado, atividades de educação financeira e visitas técnicas em empreendimentos locais, ampliando sua visão sobre os desafios e as oportuni-

dades do mundo do trabalho. “Cada encontro foi uma oportunidade de aprendizado mútuo. Tivemos uma turma muito engajada, criativos e comprometidos, demonstrando que o

Divulgação



Formandos do Oeste de Santa Catarina

cooperativismo segue inspirando novas gerações a construir comunidades melhores. Ver o entusiasmo e o crescimento de cada participante ao longo deste período é ter a certeza que estamos construindo uma sociedade mais próspera”, destaca a coordenadora de relacionamento da Sicredi Conexão, Gissele Zanella Freitas.

Com mais de três mil pessoas impactadas nos últimos cinco anos, o Líder Jovem incentiva o desenvolvimento pessoal, o protagonismo e o olhar coletivo das novas gerações. Este é um dos 20 programas de relacionamento da Sicredi Conexão desenvolvidos nas regiões onde está presente — no Norte do Rio Grande do Sul, Oeste de Santa Catarina e Sul e Zona da Mata de Minas Gerais.



Financiamento de veículos no Sicredi.
Para acelerar suas conquistas.

- ↻ Financie até 100% do valor
- 👤 Atendimento próximo e consultivo
- 🛡️ Tag de passagem e seguro auto

Fale com o seu gerente, e conquiste.

É ter com quem contar.



VAI VIAJAR?

Mudança nas regras de hospedagem: Procon de Maravilha orienta consumidores

Normas publicadas no Diário Oficial da União entrarão em vigor no mês de dezembro

CAMILLA CONSTANTIN

Depois de uma longa viagem de carro até Florianópolis para aproveitar um fim de semana de descanso, uma moradora de Maravilha chegou ao seu destino, por volta das 14h30 de sexta-feira: uma pequena pousada à beira-mar. Ela foi informada de que o quarto ainda estava passando por limpeza e aguardou na recepção, já que ainda faltavam alguns minutos para o horário de check-in descrito no momento da reserva.

Entretanto, somente perto das 17h foi chamada para dar entrada. No domingo, dia da volta para casa, tomou café da manhã, arrumou as malas e deixou o quarto às 10h, conforme o combinado. A frustração foi inevitável: pagou por duas diárias, mas teve pouco mais de 40 horas no local.

Esse foi o relato de uma leitora do jornal, que entrou em contato com a nossa equipe de reportagem para sugerir a pauta a respeito das novas regras de hospedagem, que entram em vigor em dezembro. Afinal, com a proximidade do fim do ano, aumenta a incerteza entre consumidores sobre o que, de fato,

muda na prática.

As normas, estabelecidas pelo Ministério do Turismo e publicadas no Diário Oficial da União, buscam padronizar a contagem das diárias em hotéis, pousadas e outros meios de hospedagem. A proposta é trazer mais clareza e equilíbrio para uma relação que, nos últimos anos, tem gerado frustração entre os viajantes.

A questão é pertinente neste momento, em que muitas pessoas já organizam viagens para o Natal, o Réveillon e as férias de verão. Além disso, cabe destacar que reclamações como a da leitora não são raras. Basta pesquisar o assunto nas redes sociais ou em comentários nas plataformas de hospedagens, por exemplo, para acompanhar uma avalanche de depoimentos semelhantes.

Cada vez mais consumidores relatam essa mesma insatisfação: o tempo real de estadia parece estar encolhendo, enquanto os preços se mantêm (ou aumentam), gerando uma percepção de desequilíbrio entre o que se paga e o que se aproveita.

DIRETRIZES

No último mês, o Ministério do Turismo regulamentou a Nova Lei Geral do Turismo, que atualiza e padroniza as principais regras do setor. Entre as mudanças, estão as novas diretrizes sobre os horários de entrada e saída em meios de hospedagem. Confira os principais pontos:



Diárias

A diária cobre o período de 24 horas. Porém, até **três horas** podem ser destinadas à limpeza e arrumação do quarto. Na prática, isso significa que o hóspede pode permanecer por pelo menos 21 horas no local somando o dia de entrada e o dia de saída. Por exemplo, se o *check-in* for permitido a partir das 15h, o limite do *check-out* não pode acontecer antes do meio-dia.



Horários

A Portaria não estabelece um horário fixo para *check-in* e *check-out*. Essa definição é de responsabilidade dos próprios meios de hospedagem, devendo ser informada de forma clara e transparente ao consumidor no momento da contratação do serviço.



Limpeza

A partir do horário estabelecido para a saída, deve ser providenciada a higienização e a arrumação dos aposentos em até três horas. Por exemplo, se a diária de uma pousada termina ao meio-dia, a acomodação deve estar pronta para o próximo hóspede até as 15h. Os estabelecimentos também devem cumprir

as normas sanitárias e regulamentações federais, estaduais e municipais que determinam parâmetros mínimos de higiene, limpeza e segurança.



Antecipação

Caso haja disponibilidade, a hospedagem pode autorizar a entrada antecipada ou a saída tardia. Nesses casos, podem ser cobradas tarifas adicionais, desde que os valores e regras sejam informados de forma clara e prévia aos hóspedes. A cobrança deste adicional deve, contudo, respeitar os princípios do Código de Defesa do Consumidor e garantir que o arranjo não prejudique o cumprimento das normas de arrumação e limpeza da unidade.



Vigor

As novas regras entram em vigor no dia **16 de dezembro**, 90 dias após a publicação no Diário Oficial da União.



Hospedagens

As regras devem ser cumpridas pelos estabelecimentos registrados na Classificação Nacional de Atividades Econômicas como meios de hospedagem: hotéis, pousadas, resorts, albergues, etc. Segundo o Ministério do Turismo, as novas regras não se aplicam aos imóveis mobiliados residenciais alugados para curta estadia por meio de plataformas e aplicativos digitais (Airbnb, Booking ou outros).



Pexels

SAIBA COMO AGIR EM CASO DE PROBLEMAS

Conhecer os próprios direitos é fundamental para evitar prejuízos e garantir uma relação justa entre consumidor e prestador de serviço. Nossa equipe conversou com o diretor do Procon de Maravilha, Rodrigo Motter, que repassou orientações sobre como proceder em casos de descumprimento das normas e o que é necessário para formalizar uma reclamação.

Uma dúvida comum entre os consumidores é se o Procon Municipal pode atender casos ocorridos em outras cidades e estados. E a resposta é: sim, quem precisar pode ir até o local.

“

O órgão faz a escuta inicial, orienta sobre os direitos e, se necessário, encaminha o caso ao Procon da cidade de origem do problema ou à rede estadual e nacional de defesa do consumidor, conforme o tipo de ocorrência.”

Rodrigo enfatiza que o importante é que o consumidor registre a queixa o quanto antes, para que o Procon possa tentar intermediar a solução e, se necessário, encaminhar o caso pelos canais adequados.

➤

O que é necessário para formalizar uma queixa?

O consumidor deve reunir os seguintes documentos:

- Documento de identificação (RG e CPF);
- Comprovantes da reserva ou pagamento da hospedagem (e-mails, prints, comprovantes de PIX, faturas de cartão, nota fiscal ou recibo);
- Registros do ocorrido (fotos, prints de conversas com o estabelecimento, horário de entrada e saída, recibos, entre outros).

➤

Atendimento presencial e via WhatsApp

Para quem deseja atendimento presencial, é importante lembrar que neste ano o Procon de Maravilha mudou de endereço. Agora, o órgão funciona na Avenida Euclides da Cunha, nº 60, junto à prefeitura. O horário de atendimento é de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 11h30 e das 13h às 17h.

Já para quem prefere registrar a reclamação de forma remota, o Procon/SC oferece um canal via WhatsApp. Por meio do número (48) 3665-9046, os consumidores podem interagir com a Catarina, assistente virtual que ajuda a tirar dúvidas e registrar reclamações diretamente pelo celular, de forma rápida e prática.

Divulgação/Prefeitura de Maravilha



Sala do Procon de Maravilha está situada no Centro Administrativo Municipal

508 ANOS DA REFORMA

Dia da Reforma Protestante é celebrado com fé e união em Maravilha

Comunidades preparam atividades e reflexões em alusão à data

TAMARA FINARDI

Nesta sexta-feira (31), o Dia da Reforma Protestante é celebrado em diversas partes do mundo. No Brasil, a data é feriado oficial em mais de

100 municípios, incluindo Maravilha. O dia relembra um momento significativo: quando, em 1517, Martinho Lutero afixou suas 95 teses nas portas da Igreja Wittenberg, na Alemanha, um marco no movimento da Reforma Protestante.

FÉ E ENSINAMENTOS POR GERAÇÕES

A fé e os ensinamentos também são transmitidos de geração em geração. A família de Loni Ilse Graeff, 86 anos, é exemplo desse legado. Desde 1957 em Maravilha, Loni contribuiu ativamente para a fundação e o crescimento da IECLB no município, além de participar da Ordem Auxiliadora das Senhoras Evangélicas (OASE).

Sua filha, Mirtes Ivana Vargas, 64 anos, e o esposo Leonildo do Nascimento Vargas, 71 anos, continuam atuantes na comunidade. Mirtes recorda, com carinho, o incentivo e o exemplo de fé recebidos desde a infância, valores que hoje ela também transmite à nova geração. O filho do casal, Sinandro Vargas, 41 anos,

e sua esposa Deysi Sabadin, 40 anos, seguem nesse caminho, compartilhando com a filha Anastácia, de 8 anos, o mesmo amor e compromisso com a igreja. Assim, de bisavó a bisneta, o legado de fé continua se renovando e fortalecendo, unindo gerações.



Registro feito em Maravilha

IGREJA EVANGÉLICA DE CONFISSÃO LUTERANA NO BRASIL (IECLB)

A Igreja Evangélica de Confissão Luterana no Brasil (IECLB), localizada na Rua XV de Novembro, juntamente com as comunidades do Bairro Floresta, Cabeceira, Primavera e Consoladora, estão empenhadas em preparar as atividades desta sexta-feira. O Pastor Gilberto Weber destaca a relevância deste momento:

“É uma data onde celebramos os ideais dos Reformadores de liberdade religiosa, desenvolvimento da democracia, da criação do estado laico, educação, das artes, da ciência, valorização do trabalho, desenvolvimento social, valorização da mulher e a defesa da dignidade humana. O pano de fundo é o evangelho de Jesus Cristo capaz de transformar todas as relações humanas. Por isso, a ênfase na leitura da Bíblia como norma de fé e conduta”.

Arquivo/Líder



Programação da Igreja Evangélica de Confissão Luterana no Brasil contará com teatro sobre a vida de Martinho Lutero



Tamara Finardi/Líder

Comunidade se mobiliza para produzir mais de 3 mil bolachas, que serão distribuídas nesta sexta-feira

PROGRAMAÇÃO:

- 7h30 – Distribuição de bolachas e literatura nas duas sinaleiras do município.
- 8h30 – Abertura da Tenda da Oração e do Parque de Brinquedões, na Rua XV de Novembro, em frente à comunidade.
- 10h – Culto com teatro sobre a Vida de Lutero, com a presença de uma delegação da Alemanha, no salão da igreja.
- 12h – Almoço comunitário.

IGREJA EVANGÉLICA LUTERANA DO BRASIL (IELB)

A Igreja Evangélica Luterana do Brasil (IELB), Congregação Redentor – Maravilha, localizada na Av. Anita Garibaldi, também prepara atividades especiais para o Dia da Reforma. O Pastor Elvio Bender compartilha uma mensagem baseada em Efésios 2.8-9: “Pois pela graça de Deus vocês são salvos por meio da fé. Isso não vem de vocês, mas é um presente dado por Deus. A salvação não é o resultado dos esforços de vocês; portanto, ninguém pode se orgulhar de tê-la”. Ele reforça o lema da Reforma: SOLA SCRIPTURA, SOLA GRATIA, SOLA FIDE – *Somente pela Escritura, Somente pela Graça de Deus, Somente pela Fé em Cristo.*

“Por isso, o dia 31 de outubro serve como uma data para agradecer a Deus pela salvação em Cristo Jesus e testemunharmos o amor de Deus que quer a salvação de todas as pessoas, por meio da fé em Cristo Jesus”, celebra o pastor.

Arquivo/Líder

PROGRAMAÇÃO:

- 9h30 – Culto Especial da Reforma Protestante
- Entrega de livretos
- 12h – Almoço comunitário.

Igreja Evangélica Luterana do Brasil realiza Culto Especial para celebrar a data, seguido de entrega de livretos e almoço



MUDANÇA

Nova secretária de Saúde de Maravilha destaca sua trajetória na área

Enfermeira Jane Maira Joris assume o comando da pasta após experiência na gestão pública de saúde em Romelândia

TAMARA FINARDI

A Administração Municipal de Maravilha anunciou recentemente uma nova titular à frente da Secretaria Municipal de Saúde. A enfermeira



Tamara Finardi/Líder

Profissional compartilhou sua identificação e trabalho na área da saúde

Jane Maira Joris assume o cargo de secretária em sucessão a Marília Dessbesell, que estava à frente da pasta desde o início deste ano.

Antes de assumir o posto em Maravilha, Jane atuava como secretária de Saúde em Romelândia, acumulando seis anos de experiência na gestão de serviços públicos de saúde e na coordenação de equipes da Estratégia Saúde da Família. De acordo com o prefeito de Maravilha, Vinícius Ventura, a mudança já estava prevista dentro do planejamento administrativo da gestão e ocorreu de forma natural. A nomeação de Jane Maira Joris foi oficializada por meio do Decreto nº 1.134, de 22 de outubro de 2025.

Enfermeira por formação, a nova secretária destacou, durante entrevista, sua identificação com a área

da saúde. No decorrer da carreira, buscou se especializar. Realizou pós-graduação em Oncologia, Pediatria e UTI Neonatal. Diante da oportunidade de atuar com políticas públicas, também buscou agregar conhecimentos por meio de especializações em Saúde Pública, Gestão em Saúde e Estratégia Saúde da Família. “Busquei me aperfeiçoar para que eu pudesse dar o meu melhor ao município. Penso que posso melhorar todos os dias para ajudar quem precisa”, conta. Ela ainda avalia que atingiu muitos objetivos à frente do trabalho realizado em Romelândia.

Sobre o convite para integrar a equipe de Maravilha, Jane expressou gratidão pela oportunidade oferecida pela Administração Municipal. “É um desafio muito grande. São os mesmos

setores em que eu trabalhava, a diferença é que a demanda é maior. Gostei muito da equipe e estou conhecendo o setor por setor”. Ainda destacou a boa recepção neste início de trabalho.

A nova secretária adiantou que já possui planos e projetos para Maravilha, os quais serão apresentados ao prefeito. Destacou que sua atuação visa o melhor para a população, com um trabalho que vem para somar, sempre de portas abertas à comunidade.

Segundo a Prefeitura de Maravilha, com a transição, Marília Dessbesell passa a atuar diretamente junto ao prefeito, auxiliando na área administrativa e colaborando com a organização e o fortalecimento das ações internas da Administração.

CRESOL

TUDO COMEÇA *por você.*

Seu churrasco começa aqui!

Cortes nobres de alta qualidade e procedência!

AÇOUGUE IGUATEMI

Fale conosco: 49 9 8887-5346 | Venha visitar uma de nossas 3 unidades!

IGUATEMI
SUPERMERCADOS

PERSONALIDADES EM FOCO

POR CAMILLA CONSTANTIN

ANDREZA BALLESTRERI

Proprietária da Le Boutique, Andreza Ballestreri encontrou no empreendedorismo uma forma de viver o propósito de Deus em sua vida. Casada há 24 anos com Sérgio, é mãe de Samuel, 21, e Heloísa, 15.

Formada em pedagogia, percorreu diferentes caminhos antes de descobrir sua verdadeira vocação. Trabalhou por anos na área da saúde e, após enfrentar um período difícil, viveu uma profunda transformação ao reencontrar sua fé. Na Igreja Batista, se reergueu e passou a atuar com o ministério infantil, redescobrando a vida sob uma nova luz.

A oportunidade de empreender surgiu há cinco anos, de forma totalmente inesperada, ao comprar um presente de Dia das Mães. Foi convidada a assumir a loja e sentiu que era o momento certo de sair da zona de conforto. "Foi a resposta de uma antiga oração", diz.

O início foi desafiador e marcado por muitas dúvidas, mas também por pequenos passos de coragem. Hoje, com a loja em um espaço próprio e exatamente como sonhava, Andreza se sente realizada. Ao entrar na Le Boutique, é inevitável não perceber que o empreendimento traduz a essência dela: de acolhimento, elegância e atenção aos pequenos detalhes.

O que mais admira na profissão que escolheu: É poder transformar a autoestima das mulheres através da moda. Ver uma mulher calçar um sapato, se olhar no espelho e se sentir bonita e confiante é o que me motiva todos os dias. Trabalhar com moda é muito mais do que vender, é participar de momentos especiais da vida das pessoas.

Se pudesse voltar no tempo, qual conselho daria para a sua versão mais jovem: "Confia no tempo de Deus". Nem sempre as coisas acontecem quando a gente quer, mas tudo tem um propósito. Também diria para recomeçar quantas vezes for preciso. Hoje eu vejo que até os caminhos que pareciam difíceis me levaram para onde eu deveria estar.

Resumo de um dia perfeito: É um dia em que consigo estar com a minha família: com meu marido, com meus filhos, com a minha cachorrinha. É acordar cedo, ir para a loja, ver as clientes felizes e, no fim do dia, poder voltar para casa em paz, com todos bem. Simples assim.

Se tivesse a chance de conversar com qualquer pessoa no mundo, quem seria e por quê: Com Jesus. Nada seria mais transformador do que poder olhar nos olhos Dele e agradecer por tudo o que fez em minha vida.

Que tipo de conteúdo mais gosta de consumir: Gosto de conteúdos que me inspiram, seja na fé, no empreendedorismo ou na moda. Também gosto de ouvir histórias reais de pessoas que venceram desafios.

Filme/série: Meu filme preferido é "O céu é de verdade". É uma história linda, baseada em fatos reais, que fala sobre fé, esperança e o amor de Deus, de uma forma muito sensível.

Uma frase: "Ora, aquele que sabe fazer o bem e não o faz, comete pecado." (Tiago 4:17). Esse versículo lembra da responsabilidade que temos de agir com amor e de fazer o bem.

Trilha sonora: "Deus está te ensinando a ser forte". Essa canção me faz lembrar que, mesmo nas fases mais difíceis, Deus está trabalhando em silêncio e nos ensinando algo.

Lugar que sonha conhecer: Itália. Tenho descendência italiana, então sempre tive o sonho de conhecer o país. Seria especial conhecer as cidades, as tradições, as comidas gostosas e sentir um pouco mais dessa parte da minha história.

Planos para o futuro: Continuar crescendo com propósito, tanto pessoalmente quanto profissionalmente. Quero deixar um legado que inspire outras mulheres a acreditarem em si mesmas e no que Deus pode fazer através delas, mantendo sempre a essência de acolher, inspirar e valorizar cada mulher que passa pela loja.



SERVIÇO

Como o lixo é recolhido no perímetro urbano de Maravilha

Município de Maravilha compartilha informações sobre as rotas de coleta

TAMARA FINARDI

Este ano uma nova empresa passou a operar no trabalho de coleta de lixo na cidade de Maravilha. A Administração Municipal anunciou que, desde o dia 1º de fevereiro de 2025, a G.L.I. Limpeza Urbana LTDA assumiu este trabalho.

Dentre os serviços presentes no contrato, está a coleta manual e mecanizada e transporte de resíduos sólidos domiciliares e comerciais urbanos, bem como a coleta seletiva de materiais recicláveis. Ambos os serviços são direcionados a todo o perímetro urbano do município.

Nossa equipe de reportagem entrou em contato para saber como está sendo realizado o cronograma de recolhimento de lixo para que a comunidade possa acompanhar o trabalho, facilitando a organização em relação ao descarte. Conforme material disponibilizado pela Prefeitura de Maravilha, o cronograma está sendo realizado da seguinte maneira, nos referidos bairros e suas proximidades:

CRONOGRAMA COLETA SELETIVA						
Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
ROTA 1 - 7:30hrs INDUSTRIAL FLORESTA NOVO BAIRRO BAIRRO ESTRELA	ROTA 1 - 7:30hrs BELA VISTA JARDIM SAO JOSÉ UNIVERSITÁRIO SEMINÁRIO	ROTA 1 - 7:30hrs INDUSTRIAL FLORESTA NOVO BAIRRO BAIRRO ESTRELA	ROTA 1 - 7:30hrs BELA VISTA JARDIM SAO JOSÉ UNIVERSITÁRIO SEMINÁRIO	ROTA 1 - 7:30hrs INDUSTRIAL FLORESTA NOVO BAIRRO BAIRRO ESTRELA	ROTA 1 - 7:30hrs BELA VISTA JARDIM SAO JOSÉ UNIVERSITÁRIO SEMINÁRIO	
ROTA 2 - 7:30hrs MADALOZO KASPER FREI DAMIÃO, PLAZA	ROTA 2 - 7:30hrs PROGRESSO JOSE ANCHIETA PADRE ANTONIO	ROTA 2 - 7:30hrs MADALOZO KASPER FREI DAMIÃO, PLAZA	ROTA 2 - 7:30hrs PROGRESSO JOSE ANCHIETA PADRE ANTONIO	ROTA 2 - 7:30hrs MADALOZO KASPER FREI DAMIÃO, PLAZA	ROTA 2 - 7:30hrs PROGRESSO JOSE ANCHIETA PADRE ANTONIO	
ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL(DOMINGO)	

CRONOGRAMA COLETA RESÍDUO ORGÂNICO						
Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sabado
ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 1 - 4:00hrs BELA VISTA JARDIM SAO JOSÉ UNIVERSITÁRIO SEMINÁRIO	ROTA 1 - 4:00hrs INDUSTRIAL FLORESTA NOVO BAIRRO BAIRRO ESTRELA	ROTA 1 - 4:00hrs BELA VISTA JARDIM SAO JOSÉ UNIVERSITÁRIO SEMINÁRIO	ROTA 1 - 4:00hrs INDUSTRIAL FLORESTA NOVO BAIRRO BAIRRO ESTRELA	ROTA 1 - 4:00hrs BELA VISTA JARDIM SAO JOSÉ UNIVERSITÁRIO SEMINÁRIO	ROTA 1 - 4:00hrs INDUSTRIAL FLORESTA NOVO BAIRRO BAIRRO ESTRELA ROTA 2 - 4:00hrs MADALOZO KASPER FREI DAMIÃO, PLAZA
	ROTA 2 - 4:00hrs PROGRESSO JOSE ANCHIETA PADRE ANTONIO	ROTA 2 - 4:00hrs MADALOZO KASPER FREI DAMIÃO, PLAZA	ROTA 2 - 4:00hrs PROGRESSO JOSE ANCHIETA PADRE ANTONIO	ROTA 2 - 4:00hrs MADALOZO KASPER FREI DAMIÃO, PLAZA	ROTA 2 - 4:00hrs PROGRESSO JOSE ANCHIETA PADRE ANTONIO	
	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	ROTA 3 - 17:30hrs CENTRO, MORADA DO SOL	

De acordo com a Administração Municipal, demandas ou reclamações relacionadas à coleta podem ser comunicadas junto a ouvidoria do município.

ORIENTAÇÃO SOBRE O RECOLHIMENTO



Empresa fala sobre orientações relacionadas ao trabalho de coleta

Questionamos a G.L.I. Limpeza Urbana LTDA sobre como a empresa procede para que os resíduos sólidos domiciliares e comerciais urbanos sejam coletados em separado dos materiais recicláveis da coleta seletiva. Através do e-mail institucional da empresa, fomos informados que os resíduos sólidos são coletados com caminhão compactador e os resíduos recicláveis são coletados com caminhão baú.

Nossa equipe questionou sobre situações onde conteúdos das lixeiras tanto de recicláveis como de orgânicos são colocados no mesmo caminhão. A empresa, ainda por e-mail, contextualizou que a coleta correta deve começar com nós humanos em casa ou comércios fazendo a correta separação. “Por muitas vezes o lixo colocado na lixeira que deveria ser destinada aos re-

síduos recicláveis, por vários motivos (como por exemplo, se a lixeira dos orgânicos estiver cheia), a população coloca na lixeira ao lado, que seria de destinação para os recicláveis. O coletor irá coletar tudo, porque senão irão dizer que não coletam. Também, por muitas vezes os resíduos recicláveis estão misturados com resíduos não recicláveis. A orientação neste caso, sempre é de coletar no caminhão compactador, pois quando os resíduos vão para a destinação final passam por uma triagem e somente o rejeito vai para a disposição final (aterro)”.

A empresa ainda acrescentou que em locais onde existem os contêineres para coleta mecanizada, os coletores fazem a coleta total da caçamba estacionária. Já nos pontos onde existem as lixeiras normais (pequenas) a coleta é manual e, neste caso, os coletores devem coletar os resíduos que estão acondicionados em sacolas plásticas.

CANSAÇO ACUMULADO

Psicóloga explica a exaustão de fim de ano e como aliviar a sobrecarga

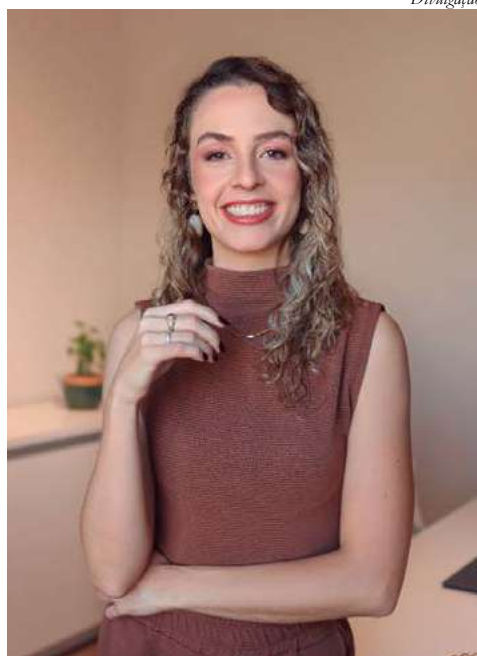
Cobranças internas e externas intensificam a fadiga emocional nesse período



CAMILLA CONSTANTIN

Novembro está chegando e, para muitos, a sensação já é de estar no limite: pouca paciência, corpo cansado, agenda cheia e mente acelerada. Conversamos com a psicóloga Fernanda Unser para entender por que isso acontece e o que pode ser feito para viver esse período com mais tranquilidade. Confira na sequência a entrevista na íntegra.

Divulgação



Psicóloga Fernanda Unser destaca os impactos do fim de ano na saúde mental

Líder: Por que o fim do ano costuma ser um período desgastante para a saúde mental e emocional?

Fernanda: Este é um questionamento frequente. Muitos de nós aprendemos e consideramos o final do ano como um fechamento de ciclo e início de um novo. Quando começamos a avaliar os planejamentos, metas, comportamentos e, ainda, quando voltamos o olhar para o que “falta” (entre aspas mesmo, pois se trata de uma percepção nossa que falarei mais à frente), podemos cair na tendência que leva à sobrecarga mental, devido a cobranças internas e externas. Isso pode despertar um processo de avaliação e, para algumas pessoas, um desconforto e desespero de “ter que dar conta” de tudo que foi planejado, traçado ou almejado para o ano.

Também aparecem questões de reorganização frente às festividades e aspectos comuns, como, por exemplo, as férias escolares, de trabalho, as alterações na rotina por compromissos familiares, profissionais e, também, questões financeiras. Ainda, há pessoas que estão vivendo um processo de luto, em que esse período do ano traz lembranças das pessoas que faleceram, dos distanciamentos ou separações.

Líder: O cansaço no último trimestre é comum, mas até que ponto ele é normal? Quando esse desgaste pode ser sinal de algo mais sério e que merece atenção?

Fernanda: Estamos em uma sociedade em que cada vez mais sentimos as pressões frente a uma produtividade, de estar tudo e todos organizados, de “ter que” fazer muitas coisas e, para algumas pessoas, fazer igual a determinadas pessoas (influencers). É esperado que tenhamos um certo nível de cansaço, pois o ano apresentou suas exigências e fomos nos organizando frente a elas.

Porém, temos sinais de alerta que precisam ser considerados e detectados com brevidade, para que possamos nos cuidar. Alguns deles são: desmotivação, ou seja, perda de prazer por atividades que antes gostava; insônia persistente; irritabilidade acentuada, que pode aparecer no trabalho, com amigos ou com a família; sensação de esgotamento contínuo, ou seja, não conseguir sentir que descansou, que renovou as energias; não conseguir se desconectar das exigências do trabalho, sentindo que está, a todo o momento, atrasado ou devendo.



Fixador Karina com
15% de desconto

**FARMÁCIA
FARMAMED**

Av. Maravilha, 316 - Sala 01 - Centro,
Maravilha - SC, (49) 98809-6712



Tintura
Kolest

R\$ 23,50



Desodorante
Giovanna Baby
aerosol

R\$ 14,00

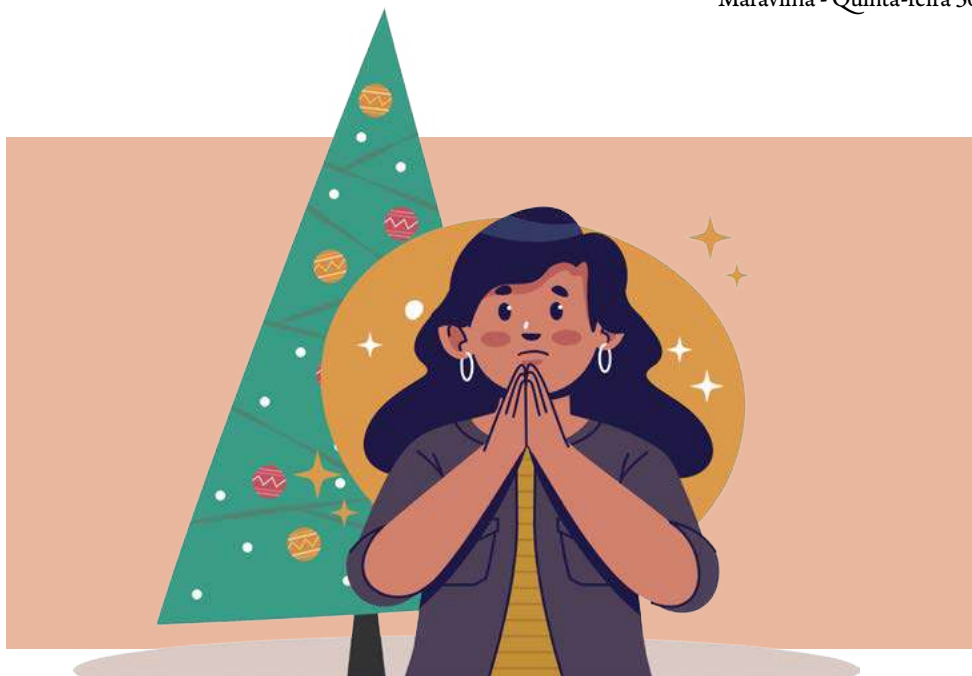


Desodorante
Giovanna Baby
rollon

R\$ 8,00

Toda linha infantil
com 20% de
desconto!





Líder: Como manter uma rotina saudável, com momentos de autocuidado e descanso, mesmo em um período tão cheio de demandas?

Fernanda: Não há uma receita mágica que funcione para todas as pessoas, mas temos algumas práticas que podem ser implementadas para auxiliar.

- Manter atividades prazerosas, como ler, caminhar, ouvir música e manter os vínculos com pessoas que são importantes.

- Atentar para hábitos do dia a dia, buscar manter uma rotina de sono de qualidade, alimentação saudável e exercício físico. Ainda, desconectar-se das telas ao longo do dia e acompanhar o tempo de uso dos aplicativos, pois acontece que, ao pegarmos o celular para ver uma coisa, ficamos mais tempo que o desejado.

- Importante entender que sofremos pressões de “ter que dar conta” ou “precisar fazer tudo”, que foram aprendidas ao longo da nossa vida por demandas culturais e/ou familiares. Precisamos acolher nossas emoções e flexibilizar os pensamentos, para que, sim, nos mantenhamos ativos, porém com formas saudáveis de lidar com o estresse, a pressão e as autocobranças.

- Aprender a impor limites. Atendo pessoas com frequência que não conseguem dizer “não” para pessoas ou compromissos que exigem delas além do interesse e que acarretam em sobrecarga emocional e até mesmo culpa. Estabelecer limites é importante para a nossa saúde.

- Planejamento de micro pausas ao longo dos dias. Podem ser curtas, mas tendem a contribuir para a nossa regulação emocional e saúde mental.

- Estar presente no presente, ou seja, estar sentindo como você está no aqui e agora. O que o seu corpo precisa? Quando você está lendo esta matéria, como está a sua postura? Sua mandíbula e ombros estão tensos ou relaxados? Podemos incorporar cuidados na nossa rotina, por exemplo, ao tomar o seu café, chá ou chimarrão, sentir o gosto e o prazer ao realizar essa atividade; no banho (que pode ser de 1 a 2 minutos ou mais longo), sentir o cheiro do sabonete, do shampoo e a sensação da água batendo no seu corpo. Estar presente não é uma tarefa fácil, mas é treinável. Caso os seus pensamentos o levem para situações que ainda tem que resolver, acolha-os, mas conduza sua atenção para o agora e curta esses pequenos prazeres diários.

Esses são alguns dos investimentos que podemos incorporar na rotina para contribuir para a nossa saúde mental e bem-estar!

Líder: No que tange as metas que ainda não foram “riscadas” da lista, como manter o foco nas próximas semanas, mas de forma realista, sem cair em pressões ou expectativas irreais?

Fernanda: Podemos pensar em, primeiramente, avaliar essas metas: são metas reais? São possíveis de serem alcançadas com o tempo e recursos que se tem? Essa avaliação é extremamente importante, já que, muitas vezes, podemos criar metas e estabelecer prazos que não são realizáveis. Isso pode gerar uma expectativa alta e também uma sensação de frustração e fracasso. Ter metas realistas é extremamente importante, pois assim podemos traçar os objetivos e as etapas de forma mais concreta, vendo qual é o caminho a ser percorrido. Dessa forma, temos um norte e pode ficar mais fácil a implementação delas de forma diária.

É imprescindível reconhecermos os nossos avanços, mesmo que pequenos. Muitas pessoas tendem a não valorizar os pequenos passos que foram dados, o que pode contribuir para a desmotivação e até mesmo abandono da meta, pois parece que só voltamos os olhares para o que falta. Precisamos visualizar que também há conquistas. Se você tem um objetivo que não conseguirá cumprir neste ano, isso não significa fracasso! Pode seguir com ele no ano que vem, adaptando a caminhada frente à experiência que teve, o que deu certo e o que não, e seguir em frente, respeitando seus limites e prioridades.

Autocuidado e autoconhecimento são necessários, pois, muitas vezes, podemos cair em comparações infundadas. Cada pessoa tem suas trajetórias, seus recursos, seu tempo, ritmo e contexto para a realização dos objetivos e sonhos.

Caso você não esteja conseguindo implementar esses cuidados, buscar ajuda profissional pode ser um recurso necessário. Somos seres únicos e não há receita mágica. Olhar para a sua individualidade e reconhecer suas potencialidades é importante, mas buscar ajuda quando necessário é fundamental.

Líder: Muita gente chega ao fim do ano com a sensação de que poderia ter feito mais. Como lidar com essa frustração?

Fernanda: Se acolher, olhar para si, para seus avanços, aprendizados e superações. Avaliar o que foi aprendido neste ano para que possa ser incorporado no próximo. Exercitar a gentileza e afeto que temos com as outras pessoas para com nós mesmos, frente aos nossos medos, angústias, necessidades e desejos.

Entender que não podemos medir os outros e a nós mesmos apenas por produtividades, posses ou conquistas. É importante nos reconectarmos com nossos valores pessoais e com nossos sonhos, nos acolhermos com carinho, sermos gentis e realistas ao estabelecer metas e praticar o cuidado com a nossa saúde física, social e mental.

Av. Sete de Setembro, nº 142 - Maravilha SC
(49) 3664-2282

Vai abastecer?
passa aqui no **posto**

NÃO PERCA ESTA PROMOÇÃO:
Óleo 15W40 Brutus alta performance,
balde 20 litros por **R\$459,80**
À vista ou em 30 dias.

OUTUBRO ROSA

Histórias de coragem e amor à vida no enfrentamento ao câncer de mama

Mulheres dividem relatos e compartilham mensagens de força e esperança

TAMARA FINARDI

O câncer de mama é o tipo mais incidente entre as brasileiras (excluindo o de pele não melanoma) e também a principal causa de morte por câncer na população feminina. Os dados, divulgados no início deste mês pelo Instituto Nacional de Câncer (INCA), apresentam a estimativa de 73.610 novos casos em 2025 no Brasil, e Santa Catarina apresenta a maior taxa ajustada do país, com 74,79 casos por 100 mil mulheres.

Por trás dos números, há vidas inteiras. Histórias de mulheres que tiveram suas rotinas transformadas, mas que, mesmo diante do medo e da dor, buscam ressignificar seu cotidiano para fortalecer esta luta, inspirando mensagens de coragem e fé. Para Makeli Orso, Psicóloga Paliativista e Psico-oncologista, falar sobre o câncer de mama é quebrar tabus, e estimular o diálogo fortalece a importância da prevenção e do diagnóstico precoce.

“Quando o câncer de mama é tratado com empatia e informação, o medo e o estigma dão lugar à compreensão e ao apoio. Esses aspectos vão contribuir para que ela desenvolva autoconfiança e tenha uma postura mais ativa diante do diagnóstico, o que pode ser crucial para que consiga recuperar-se.”

De forma muito generosa e corajosa, duas mulheres compartilharam um pouco de suas vivências, nos deixando mensagens poderosas.

Arquivo pessoal



“Com o tempo aprendi a lidar com a doença e recriar uma nova Elaine, que é, acima de tudo, VIDA!”

A FORÇA DE AMAR A VIDA

“Viver é mais importante que sobreviver.” É assim que Elaine Folle, 54 anos, direciona seu dia a dia. Há 15 anos recebeu o diagnóstico de câncer de mama metastático, algo que mudou por completo a sua vida. Atualmente em tratamento paliativo, compartilha uma vivência onde se ressignificou.

tor de oncologia sabe o que é. Levo o tratamento a sério porque quero aproveitar mais tempo ao lado da minha família. E tenho fé, sei que nunca estamos sozinhos.” Para ela, o equilíbrio é fundamental, com tratamento levado a sério, sem deixar de se reerguer para viver e fazer o que ama, principalmente estar ao lado da família e amizades.

Em um cenário de dores, também nasceram novas amizades. Durante o tratamento, ela e outras mulheres formaram o grupo “Amigas para Sempre”. Buscam se encontrar com frequência para celebrar a vida, momentos que Elaine prioriza em seu cotidiano.

A escrita também se tornou um refúgio. Sempre que tinha oportunidade, com uma caneta e um papel, escrevia reflexões potentes. Os papéis que antes ficavam espalhados ou guardados em uma gaveta foram reunidos e, com apoio de amigos, se transformaram no livro “A Vida em Conta Gotas”, uma autobiografia lançada no ano passado.

Carrega gratidão pelo trabalho dos profissionais de saúde que a acompanham nesta jornada, e destaca o trabalho primoroso da Rede Feminina de Combate ao Câncer de Maravilha e de outros municípios. Além disso, Elaine faz questão de deixar um recado:

“O autocuidado é essencial. Olhe para si com amor, faça seus exames. Essa Elaine que está aqui quer dizer: continuem, estejam presentes, vivam.”

E aquele sino que simboliza o fim do tratamento, que antes parecia tão distante? Ela o ressignificou. *“Hoje sinto que já toquei esse sino muitas vezes, em cada pequena conquista, em cada amanhecer”.*

“Uma nova Elaine precisou renascer e se reinventar.”

Sua mensagem inspira força, energia, equilíbrio e, sobretudo, amor à vida.

“Uma das minhas motivações é aproveitar momentos de qualidade com amigos e família. Família é um todo, a quem dedico essa entrevista”.

Contudo, ela relata que este processo de ressignificar é diário, e foi ainda mais difícil no começo. O peso da palavra paliativo a fez questionar muitas vezes: “Por que comigo? Quando descobri, a primeira reação foi renegar, como se eu estivesse anestesiada, fazendo as coisas no automático. Eu não queria entender a palavra paliativo. Por que eu não poderia tocar aquele sino que simboliza o final do tratamento? Demorou muito tempo para cair a ficha, um dos maiores desafios seria compreender como seria a minha vida.”

Com o tempo, ela aprendeu a ressignificar o que vivia, um processo que, segundo ela, é diário. **“Uma Elaine que não é doença, que é vida”.**

Entre dias de altos e baixos, Elaine segue com foco no tratamento, o qual faz com que ela se desloque para outras cidades. “Só quem passa pelo se-

Você já imaginou adquirir seu terreno com apenas R\$ 15 mil de entrada e parcelas menores que o valor de um aluguel?

Aqui na SS Empreendimentos Imobiliários você consegue!

WWW.SSLOTEAMENTOS.COM.BR



Financiamento direto com a empresa em até 180x com 30% de entrada. Liberação para construir enquanto paga as parcelas.

(49) 3664-0402
(49) 99911-2350

Loteamento Constrular (Galera)



Tamara Finardi/Lider

COMPARTILHANDO FÉ E DIVIDINDO FORÇA COM OUTRAS MULHERES



Salete sempre teve a certeza de que, independentemente dos desafios, buscaria ajudar outras pessoas

Movida pela fé, força e coragem, Salete Kleinjohan de Bairos, atualmente com 53 anos, vivenciou o tratamento. O primeiro susto veio cedo, aos 20, com um nódulo benigno na mama esquerda. Desde então, manteve o acompanhamento médico.

Mas em 2022, o exame apontou um novo desafio: o diagnóstico de câncer de mama. “Não fazia ideia do que viria pela frente. São muitas etapas,

ro inseparável, além dos familiares que ajudaram neste processo. “Sou muito grata a todos que estiveram ao meu lado”. Neste período, Salete também contou com o apoio profissional de uma psicóloga.

Mesmo durante o tratamento, Salete sempre foi movida pela vontade de dividir força e solidariedade, fazendo o melhor por quem precisa, mesmo que seja com uma palavra ou um gesto.

O tratamento também foi um momento de encontro com outras mulheres no setor de oncologia. “Cada uma com suas dores e esperanças, entre lágrimas e risadas, buscando um pouco de leveza. Todas são especiais.”

Ela recorda com carinho um dia marcante: “Mesmo cansadas e indispostas por causa da medicação, resolvemos ir até uma lanchonete depois de um momento de tratamento. Rimos tanto, foi tão divertido. Aquela risada leve e sincera foi um momento inesquecível. Vou levar para sempre comigo.”

Salete faz questão de destacar o apoio da Rede Feminina de Combate ao Câncer e das equipes de saúde que a atenderam nos mais diversos setores e momentos. E reforça sua mensagem sobre prevenção:

“Foi uma jornada dupla. Tirei forças de onde eu nem sabia que existiam. A fé me sustentou todos os dias.”

“A mulher precisa se conhecer. Não espere. E para quem está passando por isso, quero dizer: você não está sozinha. Pode contar comigo.”

O apoio da família foi fundamental: o marido, o filho (que é psicólogo), a chegada do Théo, um cachorro que virou companhei-

Mesmo diante dos desafios, carrega o propósito de viver com amor e fé, sempre com a missão de ajudar e apoiar.



No último sábado (25), a AAPOR realizou em Maravilha a 1ª edição do evento “Prevenir é Atitude”, que teve o propósito de inspirar, informar e unir forças em prol da vida

ESTAR LADO A LADO

Diante de um momento desafiador como este, o fortalecimento de laços e da rede de apoio se torna fundamental. Em Maravilha, a psicóloga Makeli idealizou a Associação de Apoio ao Paciente Oncológico Renascer (AAPOR), a qual também possui um grupo de apoio que promove

encontros, coordenado pela profissional. “O fortalecimento das redes de apoio, seja ela formada pela família, amigos ou grupos de apoio também é essencial, pois o suporte afetivo constante auxilia na adesão ao tratamento e no fortalecimento da autoestima, além de contribuir para a redução do isolamento, o enfrentamento do medo e o fortalecimento da resiliência”.

Sobre o compartilhamento de vivências, ela reforça a importância dessa troca para que outras mulheres não se sintam sozinhas. **“O compartilhamento de vivências não é apenas reconfortante, ele promove a sensação de pertencimento, de identificação e também alimenta a esperança na mulher, ela se sente compreendida e acima de tudo, fortalecida, porque encontra nas trocas afetivas um importante recurso para lidar com as incertezas, a insegurança e as mudanças no corpo, impostas pela doença e pelo tratamento. Falar abertamente sobre o que estão vivenciando faz com que as mulheres se sintam menos sozinhas, mais compreendidas, respeitadas e acolhidas, tanto pela sociedade quanto pela família”**, finaliza.

PREVENÇÃO E CUIDADO EM NÚMEROS

De acordo com dados da Secretaria de Saúde de Maravilha, entre 1º de janeiro e 15 de agosto deste ano, foram realizadas 11.815 mamografias através de encaminhamentos da rede municipal. No mesmo período, foram coletados 704 exames preventivos na rede básica.

Outra importante instituição que também oferta uma série de ações e até exames gratuitos às mulheres, a Rede Feminina de Combate ao Câncer de Maravilha, realizou neste mesmo período, 1.008 coletas de preventivo, além de 69 mamografias, 75 ecografias mamárias e 71 ecografias transvaginais.

LEGISLATIVO

AGENDA LEGISLATIVA

Acompanhe a primeira sessão ordinária de novembro da Câmara de Vereadores de Maravilha: segunda-feira (03/11), às 19h, no Plenário Frei Silvestre Gialdi.

Poder Legislativo de Maravilha aprovou 16 projetos de lei nas sessões de outubro

Do total de matérias apreciadas, 11 foram aprovadas em primeiro e segundo turno

A Câmara de Vereadores de Maravilha aprovou um total de 16 projetos de lei nas quatro sessões ordinárias e também na sessão extraordinária realizada no dia 13.

- Em primeiro e segundo turno, foram aprovados:
- **Projeto de Lei nº 53/2025**, que autoriza abertura de crédito adicional suplementar no valor de R\$ 455.000,00, destinado a Programas e Serviços da Assistência Social e ao repasse de dezembro para a APAE;
 - **Projeto de Lei nº 61/2025**, que autoriza o Executivo a contratar operação de crédito com o BRDE, no valor de até R\$ 6.000.000,00, para o Programa Estrada Boa Rural;
 - **Projeto de Lei nº 69/2025**, que autoriza abertura de crédito adicional suplementar de R\$ 1.885.366,33 para a ampliação do CEI Érica Maldaner;
 - **Projeto de Lei Legislativo nº 11/2025**, de autoria dos vereadores Ademir Celso Unser (PP) e Gilmar Francisco Castanha (MDB), que denomina “Centro Comunitário João Menegazzi” o salão da Comunidade da Linha Central;
 - **Projeto de Lei Complementar nº 14/2025**, que institui o Programa Municipal “Adote um Espaço Público”;
 - **Projeto de Lei nº 34/2025**, que trata da reformulação e reestruturação do Conselho Municipal de Saúde;
 - **Substitutivo ao Projeto de Lei nº 42/2025**, referente à destinação e recebimento de patrocínio pelo Município (inclui emenda que altera redação do parágrafo único do artigo 12, proposta pela Comissão de Constituição e Justiça);
 - **Projeto de Lei nº 48/2025**, que reativa o Fundo Municipal de Saúde como unidade gestora independente;
 - **Projeto de Lei nº 67/2025**, que autoriza crédito adicional de R\$ 530 mil para realização das “Maravilhas do Natal” (o projeto original previa crédito de R\$ 900 mil, o qual foi reduzido por meio de emenda da Comissão de Finanças);
 - **Projeto de Lei nº 72/2025**, que institui a política de implantação de estacionamentos públicos rotativos pagos (inclui emenda da CCJ, que altera redação do artigo 11, a qual amplia o prazo de regulamentação da Lei para 180 dias);
 - **Projeto de Lei Legislativo nº 10/2025**, de autoria da Mesa Diretora, que altera disposições das Leis nºs 4.308/2023 e 4.369/2025, referentes ao quadro de cargos e vencimentos dos servidores da Câmara (inclui emenda da Mesa Diretora, que altera remuneração de dois cargos);

- Em primeiro turno, foram aprovadas as seguintes matérias:
- **Projeto de Lei Complementar nº 16/2025**, que regulamenta a instalação e o uso do sistema 5G no Município, estabelecendo normas para implantação da nova tecnologia de telecomunicações;
 - **Projetos de Lei nºs 75, 76 e 77/2025**, que autorizam a escrituração de imóveis adquiridos e quitados por meio do Fundo Municipal de Habitação, referentes às matrículas nº 9.361, 12.617 e 11.534;
 - **Projeto de Lei nº 55/2025**, que autoriza o Executivo a receber por doação um projeto de engenharia rodoviária, destinado a contribuir com o planejamento e melhorias na infraestrutura viária do município.

Em votação única, o Plenário aprovou o **Projeto de Resolução nº 2/2025**, de autoria do vereador **Gilmar Francisco Castanha (MDB)**, que concede **homenagem à Polícia Militar de Maravilha pelos 25 anos do PROERD** — Programa Educacional de Resistência às Drogas e à Violência, reconhecendo sua contribuição para a prevenção e formação de crianças e adolescentes.

ARQUIVADO

O **Projeto de Lei nº 62/2025**, que autoriza operação de crédito com o Banco do Brasil, no valor de até R\$ 20.000.000,00, foi arquivado após a maioria dos vereadores aprovarem o parecer contrário da Comissão de Finanças. O parecer foi aprovado pelo placar de 6x5, com votos favoráveis dos vereadores das bancadas do MDB e PL, e contrário dos vereadores do PP e PSDB.



Participação na quarta sessão ordinária de outubro (27/10)



Novo letreiro na fachada da Câmara

Câmara de Vereadores reforça identidade visual com novo letreiro em sua fachada

Ação valoriza o espaço público e aprimora a visibilidade da Casa Legislativa

O Poder Legislativo de Maravilha concluiu, recentemente, a instalação do novo letreiro com a logomarca oficial da instituição em frente à sede da Câmara. A iniciativa faz parte das melhorias contínuas promovidas na estrutura física da Casa de Leis e complementa a pintura externa realizada no último ano.

De acordo com o diretor geral da Câmara, Nei Guzatti, o novo letreiro contribui tanto para a melhor identificação do espaço público quanto para a valorização estética do prédio legislativo.

CDL E AE

NA IMPRENSA



A presidente da CDL e AE, Caroline Maldaner, destaca que este é um momento de celebração e de gratidão:

“Este livro e esta comemoração são um tributo a todos os empresários e empresárias que fizeram e continuam fazendo parte dessa história. Cada empresa, cada associado, cada colaborador contribuiu para que chegássemos até aqui, unidos pela força do trabalho e pela crença no futuro de Maravilha.”

Desde a fundação, em 1970 (AE) e 1975 (CDL), as entidades têm desempenhado papel fundamental na defesa e no fortalecimento do setor empresarial. Com projetos voltados à qualificação, ao networking e à inovação, transformaram-se em referência regional. A partir de 2002, a atuação conjunta consolidou um modelo de representatividade moderno, colaborativo e inspirador, resultado de uma história escrita a muitas mãos.

Ao completar meio século de existência, as entidades olham para trás com orgulho e para o futuro com entusiasmo. O associativismo que impulsionou a criação da CDL e da AE continua sendo o alicerce de novas conquistas, movendo a economia e fortalecendo laços entre empresas e comunidade.

Mais do que celebrar datas, este é um momento de reafirmar propósitos. De reconhecer o passado, valorizar o presente e inspirar o futuro.

As cinquentenárias CDL e Associação Empresarial de Maravilha seguem firmes em sua missão de representar, fortalecer e unir o empresariado local, mantendo viva a essência que transformou história em legado, e legado em inspiração para os próximos 50 anos.

Cinquentenárias: Um marco no associativismo, uma celebração da nossa história

CLAUDIA SCHVERZ

Há cinco décadas, nasciam duas entidades que mudariam o rumo do desenvolvimento de Maravilha: a CDL e a Associação Empresarial. Fruto da visão de líderes que acreditavam no poder da união e no associativismo como caminho para o progresso, essas instituições cresceram, se reinventaram e hoje representam mais de 600 empresas que movimentam a economia local, geram empregos e transformam vidas.

Neste ano de 2025, celebramos uma trajetória marcada por conquistas, desafios e, sobretudo, por pessoas. Pessoas que acreditaram na força do empreendedorismo e na importância de construir juntos. **A CDL completa 50 anos, e a Associação Empresarial, 55 anos.**

Na próxima sexta-feira, dia 7 de novembro, esse marco histórico será celebrado em uma noite especial, preparada especialmente para associados, empresários, lideranças e convidados que fazem parte dessa trajetória. O evento promete ser um momento de homenagens, confraternização e reconhecimento, reunindo aqueles que contribuíram para a construção e o fortalecimento do associativismo em Maravilha.

A programação foi cuidadosamente pensada para emocionar e eternizar essa caminhada: haverá jantar especial, homenagens, apresentação da Orquestra de Itapiranga, e, como grande destaque, o lançamento oficial do livro comemorativo das entidades, uma obra que registra, em cada página, o legado e a força empreendedora que transformaram a história da cidade.

Mais do que um registro institucional, o livro é um documento histórico. Reúne a história de cada uma das mais de 600 empresas associadas, evidenciando o protagonismo do setor empresarial no desenvolvimento de Maravilha. Em suas páginas, estão retratadas a coragem, o empenho e o comprometimento de empreendedores que transformam desafios em oportunidades e sonhos em realidade.

ENTRELINHAS DO ESPORTE

Natan Matheus Zanchet

Referência no tênis de mesa chega à 5ª convocação consecutiva na Seleção Catarinense, onde representa o estado no Campeonato Brasileiro

TAMARA FINARDI

Muita atenção e concentração, com um olhar atento para uma resposta ágil. A tomada de decisão do adversário impacta diretamente na estratégia e na forma como devolver a bola no jogo de tênis de mesa, com foco em cada ponto, para vencer mais sets da partida. A forma com que o jogador escolhe golpear a bola com a raquete, o tipo de borracha escolhido para a superfície da raquete, cada um desses detalhes não pode passar despercebido durante uma partida, pois são condições que alteram completamente a trajetória e a velocidade da bola, exigindo uma reação rápida e inteligente do jogador. É sobre dominar técnicas, manter o foco e administrar o jogo com muito preparo mental. Assim o maravilhense Natan Matheus Zanchet, 31 anos, mesatenista na Classe 3 para cadeirantes, se prepara e compete, conquistando títulos de grande expressão no esporte.

Recentemente, trouxe para Maravilha o ouro dos Parajasc 2025 em uma final marcada por ensinamentos. Após ganhar os dois primeiros sets, o adversário Conrado Contessi venceu o terceiro. Este momento serviu como um gatilho, pois Natan se recordou de uma situação parecida contra o mesmo adversário vivida ainda neste ano, quando havia vencido as duas primeiras parciais, mas perdeu o terceiro set e acabou sendo superado na sequência com uma virada de 3x2. Contudo, no Parajasc estava determinado a dar um final diferente para a disputa. Retornou ao quarto set ainda mais concentrado, buscando explorar os erros do adversário, estratégia que o levou a vitória e ao título de campeão deste ano.

Esta dedicação ao tênis de mesa já rendeu a Natan, desde 2021, convocações para integrar a Seleção Catarinense e disputar o Campeonato Brasileiro, onde já acumula pódios e títulos de campeão. **O primeiro ouro como campeão bra-**

sileiro veio em sua estreia, na competição disputada em Joinville no ano de 2021, na categoria de Seleções. Este momento foi como uma virada de chave, que levou Natan a se direcionar com ainda mais empenho ao tênis de mesa, visando figurar ano a ano entre os melhores do ranking estadual para disputar a competição nacional.

Outro momento marcante em sua trajetória esportiva foi a oportunidade de jogar contra Maycon Oliveira, que atualmente é atleta da seleção brasileira e campeão no Parapan. **“Na primeira partida que joguei contra ele sai perdendo os dois primeiros sets. Quando o professor Tiego Drumm me cobrou, falei: ‘Gela e confia’. Venci o jogo de virada e o professor me deu uma caneca com essa frase, que já virou um bordão”,** recorda Natan.

Apesar de disputar cada partida sempre focado em dar o seu melhor, independente dos adversários, carrega uma admiração muito grande por seus colegas atletas, com os quais muitas vezes também forma dupla para competir.

O esporte sempre fez parte da vida de Natan. Desde criança gostava de praticar a maioria das modalidades, com muita entrega e garra. Este gosto o levou a cursar a graduação de educação física. Em decorrência de um acidente de trânsito em 2017, passou a se locomover com cadeira de rodas. Em meio a situação delicada, envolvendo saúde e questões emocionais, o esporte seguiu se apresentando como uma porta aberta para muitas possibilidades. Assim iniciou nos treinos de paratletismo oferecidos pela Secretaria Municipal de Esporte, Juventude e Lazer, onde chegou a representar o município em competições. Durante uma conversa com o professor Douglas Lago, aceitou conhecer o tênis de mesa, onde as aulas também são oferecidas pelo Município de Maravilha. Inclusive, descobriu que seu novo treinador seria Tiego Drumm, o qual havia sido seu professor de educação física no ensino fundamental, quando estudou no Centro Educacional Vereador Raymundo Veit. O máximo de contato que Natan havia tido com este esporte foi nas brincadeiras de ping pong durante o recreio na escola. E assim, de forma até desprestigiada, em 2019 topou conhecer o tênis de mesa.

Logo no primeiro treino se sentiu bem recepcionado e contou com o incentivo de Tiego, o qual não demorou muito para ver o potencial do novo aluno. **Essa parceria, de respeito e admiração mútua, também serviu de exemplo para Natan em outra área: lecionar.**

Retomou a graduação em educação física e concluiu o curso no final do ano passado. Atualmente, é professor na rede municipal de ensino de Maravilha, onde concilia treinos e competições com este novo compromisso. Em meio a nova rotina, os resultados nos campeonatos em 2025 superaram suas expectativas de forma positiva. Além disso, sua bagagem e aprendizados enquanto atleta servem de inspiração para as atividades com seus alunos.

Natan também é um atleta que está sempre atento à oferta de acessibilidade na logística das competições, de forma a contribuir com esta discussão e com sugestões de melhorias.

Outro direcionamento importante

para impulsionar paratletas em Maravilha é a implantação do Centro de Referência Paralímpico no município, enquanto polo regional de atividades realizadas através de parceria com a Administração Municipal e o Comitê Paralímpico Brasileiro (CPB). Dentre as modalidades ofertadas, de forma gratuita, está o tênis de mesa. **“Vejo como uma possibilidade de promover a visibilidade do esporte e ampliar oportunidades para pessoas com deficiência”,** avalia Natan.

Depois de acumular resultados positivos neste ano, ficou em 1º no ranking estadual da sua categoria e, recentemente, a Federação Catarinense de Tênis de Mesa confirmou sua 5ª convocação consecutiva na Seleção Catarinense. Natan irá representar o estado no Campeonato Brasileiro, que ocorre em Blumenau no mês de dezembro. Olhando para frente, projeta a intenção de participar de competições internacionais. Natan segue consolidando sua trajetória como atleta e fortalecendo o paradesporto em Maravilha.

PRINCIPAIS CONQUISTAS

- 2025** - Campeão dos Parajasc (classe 03)
- 2024** - 3º lugar Seleção MD4 (dupla com Conrado Contessi - Criciúma)
- 2023** - Campeão Brasileiro de Seleções MD4 e Campeão Brasileiro de Clubes MD4 com o Conrado Contessi
- 2022** - 3º lugar de Seleções MD4 (dupla com o Conrado Contessi)
- 2021** - Campeão Brasileiro de Seleções.



O treinador Tiego Drumm havia sido professor de Natan no ensino fundamental. No tênis de mesa, ambos trabalham com estratégias e foco na evolução constante do atleta





MARAVILHA EM JOGO

ONEIDE BEHLING

SUPER MASTER 53

CRM avança com força no Campeonato Super Master 53. A equipe dos "53" mostrou determinação ao superar o Cruzeiro por 2 a 0 com gols de Liminha e Ferrari, em Saudades, pela fase de quartas de final do Regional. Com essa vitória, o CRM conquistou uma vantagem considerável para o jogo da volta, que será realizado em Maravilha. Agora, é só esperar o resultado para saber se o CRM avançará para as semifinais da competição. Com a vantagem de dois gols, a equipe parece estar bem focada para seguir em frente. Parabéns ao CRM pela vitória e boa sorte para o próximo jogo. A disputa promete ser emocionante.

NÃO-PROFISSIONAL

Campeonato Amador chegou ao seu momento mais emocionante: as semifinais. Neste sábado, dia 1º de novembro, o Aliança de São João do Oeste recebe a equipe de Içara em casa, com a vantagem de ter vencido o primeiro jogo por 2 a 0. A partida será no estádio João Reinado Rhoden, às 15h. Na outra semifinal, a equipe de Jaraguá do Sul mostrou sua força ao superar o Atlético Catarinense de Florianópolis por 3 a 1. Agora, é só esperar o resultado dos jogos de sábado para conhecer os finalistas da competição. Uma coisa é certa, o Campeonato Amador está entregando um espetáculo de futebol de alta qualidade.

COLORADOS

A Associação dos Colorados de Maravilha realizou seu primeiro jantar e foi um sucesso absoluto. A noite foi marcada por comida boa, música de qualidade, amizade e confraternização, criando um ambiente memorável para os presentes. Mesmo com a derrota do Internacional para o Fluminense, o brilho do evento não foi ofuscado. A paixão pelo Colorado não se apagou e a alegria da confraternização prevaleceu. Parabéns à presidente Jhonessa König e ao colega comunicador Leandro Silva pela organização do evento. Vocês criaram uma noite inesquecível para os colorados de Maravilha e região. A Associação dos Colorados de Maravilha está de parabéns e promete mais eventos.



Divulgação

DESTAQUE

Gentil Robert, o técnico que não para de triunfar. Gentil está fechando o ano com um currículo impressionante, recheado de títulos e conquistas. Com uma trajetória marcada por vitórias e sucesso, ele já foi campeão em diversas modalidades, incluindo futebol masculino e feminino. Futebol de campo, suíço e futsal. É incrível ver como Gentil Robert consegue manter um nível tão alto de desempenho e motivação, ano após ano. Seu trabalho é um exemplo para muitos treinadores e jogadores, e é merecedor de todo o reconhecimento. A coluna não poderia deixar de destacar o ano maravilhoso e parabenizá-lo por suas conquistas. E o melhor, ele ainda segue na disputa, mostrando que a idade é apenas um número e que a paixão pelo esporte é o que realmente importa. Parabéns, Gentil Robert.



Divulgação

MUNICIPAL

Após o término da primeira fase da Taça Odi Sports foram definidos os classificados. **Série Ouro** ficou assim: Esportivo Bela Vista B X 4S Amizade. Esportivo Bela Vista/Orlando Gesso X Da Silva Instalações/Nordeste FC. Classificados diretos para as semifinais: Canarinho A e Vasco da Gama.

Série Prata: Inter Consoladora X Flamengo Três Coqueiros. Chinelo Queimado X Azevedo FC. Classificados diretos para as semifinais: Canarinho B e Vasco.

FIQUE TRANQUILO!
Seu maior tesouro está em boas mãos!

De Gasperi
SEGUROS

Despachante
Lunelli

49 3664-0443 | 49 3664-0001 | 49 3664-1266



MEDICINA E SAÚDE DR. GEOVANI DELEVATI

Ureteroscopia flexível com laser
Nos últimos anos, a medicina trouxe grandes avanços para quem sofre com cálculos renais

Página 7



CUIDE-SE GABRIELA ZANON TRENTA

O poder da respiração
Quando inspiramos e expiramos de forma lenta e profunda, enviamos uma mensagem ao cérebro de que está tudo bem

Página 12



EDUCAÇÃO EM FOCO DRA. DILVA BERTOLDI BENVENUTTI

Docência: a arte de reexistir em tempos duros
A verdadeira liberdade nasce do diálogo, e o educador é um semeador de esperanças, ainda que o solo esteja árido

Página 9



Arquivo/Lider

TRAJETÓRIA

Paróquia São José Operário celebra 60 anos de fé e união

Página 12

CRONOGRAMAS

Como o lixo é recolhido no perímetro urbano de Maravilha

Página 19

AGENDA

Confira a programação completa do Natal 2025 em Maravilha

Atividades iniciam no próximo dia 14, com show e acendimento das luzes

Página 8

**O CARRO QUE VOCÊ
MERECE ESTÁ AQUI**

CHEVROLET BREGOMAR
VEÍCULOS

(49) 3631 0505 - São Miguel do Oeste
(49) 3677 3051 - Itapiranga
(49) 3664 3104 - Maravilha
(49) 3644 0453 - Dionísio Cerqueira



bregomar.veiculos



bregomar.veiculos