



## Beatificação de Lourdinha Fontão tem novo capítulo:



**Presidente  
da ABRHAGI  
conheceu o  
legado da  
Serva de  
Deus**

Página 10

## Folia de Reis: Tradição é mantida em Rio Pardo e Encontro de CIAs será em abril

Página 3



## SUS: Sala de Conforto na Enfermaria Clínica é inaugurada pela Santa Casa

Página 11



## Janeiro Branco: Dr. Antônio Roberto Franchi Teixeira destaca a relação entre a Saúde Mental e sintomas do Aparelho Digestivo

Página 9



## Programação especial marcará os 160 anos de nascimento de Euclides da Cunha

Página 2

*Funerária São José*  
*"Rioli"*  
*desde 1950*

**76**  
**Anos**



*Tradição e  
Qualidade  
que fazem  
a diferença*

Serviços particulares e Planos de Serviços funerários "Bimestral" (com pagamento de R\$ 100,00 a cada 2 meses) e "Trimestral" (com pagamento de R\$ 110,00 a cada 3 meses).

Ambos **sem taxa de inscrição.**

Saiba mais pelo telefone **3608-5095** ou pessoalmente na empresa.

**Av. 9 de Julho, 103 - São José do Rio Pardo - SP**



Dr. Antônio Teixeira Filho  
Ginecologia Clínica Médica  
CRM 11.708

Dr. Hebert B.M. Andreghetto  
Ginecologia Obstetrícia  
Endoscopia Ginecológica  
CRM 56.460

Dr. A. Roberto Franchi Teixeira  
Cirurgia do Aparelho Digestivo  
CRM 72.146

Dr. Roberto Franchi Teixeira Andreghetto  
Ginecologia Obstetrícia  
CRM 167.606

Dra. Letícia de Araújo Franco Andreghetto  
Pediatría Neonatología  
CRM 172.893

Dr. Herbert Franchi Teixeira Andreghetto  
Ultrassonografia  
CRM 191.140

**R Campos Salles, 1390 - Centro - Tel.: (19) 3608-4079 - São José do Rio Pardo**



CULTURA

# Os 160 anos de nascimento de Euclides da Cunha terão comemorações especiais

Uma programação especial marcará as comemorações dos 160 anos de nascimento de Euclides da Cunha. A Secretaria Municipal de Turismo e Cultura, junto à Casa Euclidiana, divulgaram os eventos, que iniciarão dia 20 com o CasaCast, tendo como convidada a professora Maria Olívia Arruda, com transmissão pelo YouTube ([https://www.youtube.com/results?search\\_query=casa+de+cultura+euclides+da+cunha](https://www.youtube.com/results?search_query=casa+de+cultura+euclides+da+cunha))

Dia 22/01 acontecerá o lançamento do Newsletter “Vozes Euclidianas”, a partir das 12h00, pelo Instagram @casaeuclidiana.

Já dia 27/01 será promovida a Roda de Conversa “Euclides da Cunha - Inspiração para Criar”, com a participação de Ariowaldo Rizzo de Andrade e Adriana Ferfolha, a partir das 15h00, na Casa Euclidiana.

E, para fechar a programação, está marcada para dia 30/01 a Mostra Virtual “Literatura em Foco”, com a participação de Gabriel Godói e a Cia Pérola Negra, às 14h00, pelo Instagram @casaeuclidiana.

“Celebrar Euclides é valorizar nossa história, nossa identidade cultural e um pensamento que segue atual”, destacou a publicação, também divulgada pela Prefeitura.



MEMÓRIA

## Como o senhor gosta de aparecer, hem!



Rodolpho  
José  
Del Guerra

Ao ver as minhas fotos de quase 40 anos, tiradas na Europa, e recuperadas do eslaide para o papel, estampadas, hoje, na minha coluna de preservação da memória rio-pardense, a turma da redação, da computação e da produção gráfica não deixou por menos: gozou.

Como o senhor gosta de aparecer, hem, seu Rodolpho!

Isso eles falam sempre referindo-se a frequentadores assíduos das colunas sociais.

Eles têm razão em assim pensar: tenho sido figurinha fácil nas colunas deste jornal e do Democrata, nestes últimos tempos, por contingências do meu pa-

pel de pesquisador e de cronista de Gazeta do Rio Pardo, há quase 40 anos, que me levaram a registrar fatos e fotos em livretes e livros...

Na realidade, sou tímido e introvertido, preferindo o isolamento e o recato ao cabotinismo.

As fotos minhas nesta edição têm uma explicação: estavam prontas. Na verdade, tenho outras fotos a serem publicadas, mas, cansado, não tive ânimo de correr atrás de dezenas de pessoas, durante dias, para identificar desconhecidos personagens: uma tarefa difícil e cansativa...

Gostei das fotos que, em “slides”, estavam esquecidas e que foram convertidas em cartão postal. Elas registram uma fase de arrojo de um quase trintão, sem fortuna, que saiu da província e enfrentou o mundo, sozinho, numa época em que as viagens internacionais eram raras e difíceis.

Hoje, 40 anos depois,

acomodei-me: não mais viajo. Convivo com velhos personagens das minhas histórias, vivificados, reais e imaginários, reconstituindo seus trajetos e seus projetos de vida, rindo e chorando com todos.

E vivo intensamente...

A ARA (Ação Rio-pardense de Amigos) conseguiu tirar-me da toca, depois de 14 anos, e levar-me a São Paulo, onde participei do seu jantar anual de confraternização, cheio de calor humano e carinhosas recordações, no qual fui gentilmente homenageado, dia 9 passado. No dia seguinte, já estava em São José.

As minhas fotos europeias de hoje, neste jornal, trazem-me a certeza de que nada pode substituir a cultura e as belezas da terra natal, por menor que ela seja...

Hospedado na escola da Aliança Francesa, em Paris, não gastei muito, mas consumi todas as licenças-prêmios e outros afastamentos não remunerados, naquele período de quase um ano fora de São José.

Não estudei com afinco; viajei muito pela Europa; conheci maravilhas. Apavoraram-me as bombas que separatistas argelinos explodiam nas ruas e nas proximidades dos metrô em Paris; preocuparam-me a divisão do mundo, simbolizado pela elevação do muro de Berlim, e a renúncia do Presidente Jânio Quadros...

Temia que as barreiras

se fechassem e me prendessem naquele mundo que não era o meu e que não me atraía.

Queria voltar.

Nem as belezas e as grandiosidades do museu do Louvre, da Ópera, das igrejas, dos monumentos, das pontes, das noites de Paris; nem o Coliseu, a fonte de Trevi, a praça de São Pedro, a Gruta Azul da Itália; nem as montanhas geladas da Suíça e da Áustria; nem os moinhos da Holanda... nada, nada me fazia esquecer o meu Brasil alegre, comunicativo, humano e a minha São José, tão pequena e tão venerada e amada...

Quando pisei o chão do porto de Santos, dei graças e senti que estava em casa. Era noite quando cheguei a São José. Um balé de estrelas evoluía no céu azul. Meu rio cantante estava logo ali. Senti sob meus pés meu chão vestido de

montanhas: chão-lar! Minha rua deserta e silenciosa, com casas fechadas e luzes nos postes de ferro, era muito mais acolhedora e bonita do que o Boulevard Raspail, onde morei, e mais encantadora que os Champs Elysées...

Era a minha rua!

A porta da minha casa se abriu. Minha mãe abraçou-me longa e silenciosamente. Senti suas lágrimas. Ela sussurrou-me: “Você está em casa, meu filho!... Graças a Deus, você chegou... Mais vale ser um simples respeitado e amado em sua terra do que um rei em terras estranhas”.

Agradeço à turma da Gazeta essa brincadeira que motivou esta crônica: “Como o senhor gosta de aparecer, hem, seu Rodolfo!”

20/12/2000.

**Crônica do livro  
"O Décimo Terceiro"**

Notícias e entretenimento

Levando e elevando o nome de nossa cidade

[www.minhasaojose.com.br](http://www.minhasaojose.com.br)

Jornalista responsável - Natália Tiezzi Manetta  
MTB - 57.586/SP

Diagramação/Edição - Leandro Manetta

email.: [contato@minhasaojose.com.br](mailto:contato@minhasaojose.com.br)  
WhatsApp (19) 99426-1298

O conteúdo publicado é de propriedade dos seus idealizadores. É vetada a sua reprodução, total ou parcial sem a prévia autorização dos responsáveis.

Aluguel

**Salão para Eventos**

**R\$ 1.500,00**

Não sócio (já incluso taxa de limpeza)

- Nova estrutura
- Climatizado
- Amplo espaço



# “Folia de Reis”: Tradição é mantida em Rio Pardo e 43º Encontro acontecerá em abril

Texto: Natália Tiezzi

Uma das tradições religiosas e culturais mais antigas ainda é mantida, com muito orgulho, fé, respeito e devoção em São José do Rio Pardo: a “Folia de Reis”, que neste ano teve sua primeira apresentação dia 06/01, na Igreja dos Três Reis Magos.

A Companhia "Estrela de Jacó", que é rio-par-dense, se apresentou após a Missa, adentrando, como de costume, a Igreja, promovendo 'cantorias', e emocionou o público presente com seus personagens caricatos, que novamente encantaram, numa demonstração de alegria e contemplação pelo nascimento de Jesus neste 2026.

Porém, as apresentações não ocorreram so-

mente dia 06/01. Para explicar um pouco sobre estes Encontros, o site e jornal online Minha São José entrevistou os senhores Leopoldo Della Torre, que há décadas organiza os eventos que envolvem as Cias de Reis, e também Cláudio Farah, que auxilia na organização da Igreja e do Salão para recebe-las.

Leopoldo é filho do saudoso senhor Sérgio Gumerindo, um dos precursores da Folia de Reis em Rio Pardo e região, que manteve e seguiu a tradição do pai, organizando os Encontros aqui na cidade.

Tanto Cláudio, quanto Leopoldo informaram que já está marcado, para dia 26 de abril, o 43º Encontro das Cias de Reis, que acontecerá na Igreja dos Reis Magos, reunindo companhias de



**Momento da apresentação da Cia Estrela de Jacó na Igreja dos Reis Magos, dia 06/01**

toda a região, inclusive a Estrela de Jacó.

“Acompanhei meu pai desde que ele começou a promover os Encontros das Cias e dei continuidade nesta tradição. Diversas já participaram, entre elas de Mococa, Casa Branca, Igarai, Santa Rosa do Viterbo, Tapiratiba. São mais de 40 anos promovendo-os, sempre com muito respeito e alegria”, destacou e concluiu Leopoldo.

O Encontro das Cias de Reis, marcado para abril, acontecerá após a Missa, por volta das 9h15. No espaço da

Igreja também haverá comercialização de comidas e bebidas ao público que prestigiar as

apresentações, que prometem, mais uma vez, muita emoção. Programe-se e prestigie!



**Tradição mantida em São José pela “Estrela de Jacó”**

# NOVO CARTÃO DE BENEFÍCIOS!

*mu***ITA MAIS VANTAGENS!**

**SUA FAMÍLIA MERECE!**  
+ de **500** parcerias

São vantagens e descontos em consultas médicas, exames, dentistas, academias, colônias de férias e muito mais...

**SEM BUROCRACIA, PEÇA JÁ O SEU!**






**SINCOMERCIÁRIOS**  
SINDICATO DOS COMERCIÁRIOS  
SÃO JOSÉ DO RIO PARDO E REGIÃO

[www.secriopardo.com.br](http://www.secriopardo.com.br)   [comerciariosaosjose](https://www.instagram.com/comerciariosaosjose)



**ANA AMÉLIA JUNQUEIRA CAPUANO**  
PSICÓLOGA CLÍNICA

---

Telefone (019) 99348-6232  
Rua: José Theodoro, 085 - Centro  
São José do Rio Pardo-SP



**C.R.N**  
**CENTRO REGIONAL DE NEFROLOGIA**  
**R. Campos Salles, 1455 - Ce**

**R. Campos Salles, 1455 - Centro, São José do Rio Pardo - SP**



SAÚDE

# Santa Casa recebe a Placa de Identificação do Programa “Tabela SUS Paulista”

A Santa Casa de Misericórdia Hospital São Vicente de São José do Rio Pardo recebeu a placa de identificação do Programa “Aqui tem Tabela SUS Paulista”, cuja entrega ocorreu na tarde de quinta-feira, 15/01, na Instituição.

A cerimônia contou com a presença do Provedor, senhor Edson Roberto Furlan e da Diretora Administrativa, Jane Lúcia Santurbano, que receberam a Diretora do Departamento Regional de Saúde de São João da Boa Vista, Dra. Patrícia Maria Magalhães Teixeira Nogueira Mollo, acompanhada das Diretoras Técnicas da DRS, Roseli Modena Fernandes e Gilda Mariano, que fizeram a entrega da Placa para ambos.

Também estiveram presentes o Prefeito Márcio Zanetti, a Secretária Municipal de Saúde, Érica Penha, o Diretor Técnico do Pronto Socorro, Dr. José de Paula Maciel Neto, que também integra o Corpo Clínico da Santa Casa, membros associados e colaboradores de diversos setores do hospital.

O Programa, de iniciativa do governo estadual, objetiva complemen-

tar os valores pagos pelo Ministério da Saúde, garantindo mais recursos para cirurgias, exames e internações, contribuindo a um novo patamar no financiamento da saúde pública e a um futuro mais sustentável para os hospitais filantrópicos, como a Santa Casa.

“O Tabela SUS Paulista é um divisor de águas na saúde pública do estado de São Paulo, que vem sendo promovido com coragem e competência junto à gestão do governador Tarcísio de Freitas e do secretário estadual de Saúde, Eleusés Paiva, e conta com o apoio e parceria imprescindíveis das Prefeituras e Instituições, como essa Santa Casa, para melhorar a qualidade nos atendimentos pelo Sistema Único de Saúde. Essa união de forças e de dedicação de todas as frentes está garantindo que essa política pública, tão necessária, seja, de fato, promovida e com êxito, beneficiando milhares de pacientes”, destacou Dra. Patrícia, enaltecendo os trabalhos realizados tanto pela Santa Casa, quanto pela Prefeitura no tocante ao SUS.



Jane Santurbano, com a placa em mãos, agradeceu o trabalho conjunto entre a Santa Casa, Prefeitura e DRS, bem como enalteceu o Programa, que muito vem auxiliando o hospital

### INVESTINDO ONDE É NECESSÁRIO - TRABALHO ÍMPAR

O Prefeito Márcio Zanetti também evidenciou os resultados positivos do Programa, afirmando que os investimentos em recursos estão sendo empregados onde realmente são necessários pelo governo estadual, ressaltando ser um trabalho ímpar do governador Tarcísio, beneficiando não apenas pacientes SUS de São José do Rio Pardo, mas de toda a região.

“Reafirmo aqui os trabalhos de excelência da DRS, em nome da Dra. Patrícia e de toda a equipe, cuja gestão vem de-

monstrando comprometimento e ação junto à Saúde Pública regional, bem como a qualidade dos atendimentos da Santa Casa, que são tidos como exemplares aqui e na nossa região, sempre prezando por melhorias, o que nos deixa orgulhosos de nosso hospital”, disse, acrescentando a importância do trabalho conjunto entre a Prefeitura, a Santa Casa e a DRS, que estão garantindo, junto ao Tabela SUS Paulista, mais qualidade nos atendimentos, o que reflete diretamente na saúde dos beneficiários.

prova disso é a diminuição considerável das filas para diversos procedimentos, além, é claro, da qualidade nos serviços em Saúde, que nossa Santa Casa se empenha diariamente para promover aos pacientes. Tudo isso também é fruto de trabalhos unidos para um único propósito: fazer o bem aos nossos pacientes, sejam de Rio Pardo ou região, melhorando sempre, e é exatamente isso que o Programa proporciona à Santa Casa. Que possamos seguir em frente, com essas parcerias, com uniões, trabalhando e promovendo uma saúde pública cada vez melhor aos nossos pacientes SUS”, concluiu.

### UNIDOS PARA FAZER O BEM E AOS MELHORES ATENDIMENTOS

Em seu pronunciamento, a Diretora Jane Santurbano agradeceu ao governador Tarcísio, bem como a DRS pelo exímio trabalho que ambos desenvolvem em apoio às Santas Casas, além da parceria com a Prefeitura, que vem garantindo melhorias consideráveis aos atendimentos dos pacientes SUS.

“É um trabalho feito por muitas mãos, que não é fácil, mas é gratificante que, aliado a este Programa, vem promovendo mais dignidade,

Em tempo: Além da Santa Casa, o Centro Regional de Nefrologia, referência em tratamentos de doenças renais crônicas/hemodiálise, também recebeu a Placa do Programa, já que mantém convênio com a Santa Casa aos atendimentos por meio do Sistema Único de Saúde.

O coordenador clínico e médico nefrologista, Dr. Rafael Humel, recebeu a placa das mãos de Dra. Patrícia, acompanhados por Zanetti, senhor Edson, Jane e Érica.

COMPRAR UM CARRO É  
**INVESTIR EM  
SEGURANÇA**

Fale com a gente  
19 99131.2598  
[www.marceloautomoveis.com.br](http://www.marceloautomoveis.com.br)



Sr. Edson, Jane, Dr. Rafael, Dra. Patrícia, Márcio Zanetti e Érica na instalação da placa no CRN



SAÚDE

# QualiSavisa: 15 anos promovendo saúde, bem estar e integração por meio da atividade física

Uma das ações de maior relevância desenvolvida pela Operadora SAVISA aos seus beneficiários é o Programa QualiSavisa, que há 15 anos promove saúde, bem estar e integração por meio da atividade física.

De acordo com a educadora física Patrícia Ricci Abichabki, que ministra aulas no Programa desde que foi criado, cerca de 25 mulheres, acima de 40 anos, participam ativamente das aulas, que são voltadas a todos os beneficiários que queiram participar, independente de idade.

“As aulas são de ginástica e alongamento, bem elaboradas e dinâmicas. Os treinos, que acontecem duas vezes por semana e neles trabalhamos exercícios de força, aeróbico, flexibilidade e equilíbrio, especialmente voltados ao público que frequenta o Programa”, informou Patrícia.

Ela explicou que além de contribuir à qualidade de vida dos beneficiários, principalmente porque após os 50 anos a perda de massa muscular aumenta gradati-

vamente, o QualiSavisa promove o bem estar mental, tão importante quanto o físico, reduzindo a ansiedade e o estresse.

“A prática de atividade física proporciona inúmeros benefícios, como fortalecimento dos músculos, que nos dão autonomia, equilíbrio e liberdade para vivermos bem; melhora a saúde cardiovascular, fortalece os ossos, controla o peso, aumenta a disposição, além de prevenir doenças crônicas como diabetes e hipertensão”, salientou.

Aulas temáticas também costumam agitar o Programa, não somente em datas comemorativas como Carnaval, Festas Juninas e Natal, mas chamando a atenção para Campanhas relevantes, como o Outubro Rosa e o Novembro Azul.

A gestora do SAVISA, Ana Paula Lopes da Silva observou que, além da atividade física, o Programa proporciona a interação, a troca de experiências num ambiente seguro e saudável aos beneficiários que participam.

“Nestes mais de 15 anos, o QualiSavisa pro-



porcionou mudanças significativas na vida de muitos dos nossos beneficiários. Não apenas a atividade física, mas o integrar, o trocar vivências, o descontrair também fizeram e fazem parte das excelentes aulas ministradas pela educadora Patrícia, que estão fazen-

do a diferença positivamente na vida de quem participa”, afirmou.

Para você, beneficiário, que ainda não conhece e quer começar este 2026 com mais disposição e saúde, participe das aulas do QualiSavisa, que acontecem às terças e quintas-fei-

ras, das 8h00 às 9h00, no Grêmio Santa Casa (acesso pela entrada do hospital, à direita, subindo o estacionamento dos funcionários).

Texto: Natália Tiezzi - Assessoria de Comunicação Santa Casa/SAVISA





**ANA HELENA  
MACHADO MAIA**  
OAB /SP 89.155

Telefone (19) 3681-3358

📞 Cel.(19) 99667-9957 - 99112-2245

Rua Benjamin Constant, nº 648 - Centro  
São José do Rio Pardo-SP

# Fez o enem?

Com a UNIP, sua nota vai mais longe!

Bolsas de até **100%**

Use sua nota



**UNIP**



AGRICULTURA

# 11ª Feira do Cerrado trará soluções e preparação aos produtores do Cerrado Mineiro à colheita

Antecipando o período de colheita, a Cooxupé realiza nos dias 4 e 5 de fevereiro, em Monte Carmelo (MG), a Feira do Cerrado 2026. Promovida em uma das regiões mais estratégicas da cafeicultura nacional, o Cerrado Mineiro, a feira chega à sua 11ª edição como uma referência para o setor, ao reunir oportunidades de negócios, acesso a soluções e troca de conhecimento voltados ao fortalecimento da produtividade e da gestão das lavouras.

A região do Cerrado Mineiro se destaca pela qualidade do café produzido e pela relevância econômica da atividade. Dados da Organização 'Região e Cerrado Mineiro' indicam que a região responde por cerca de 12,7% da produção nacional, com uma produção média de 6 milhões de sacas.

A Feira do Cerrado ocorre no núcleo da Cooxupé que funciona na cidade de Monte Carmelo e atende, somente na região, mais de 3 mil famílias cooperadas. A expectativa da cooperativa é receber mais de 5 mil visitantes durante os dois dias de evento.

Com o tema "Tradição e Inovação: Gestão Responsável, Cooperativismo Forte, Futuro de Oportunidades", a feira reunirá cafeicultores interessados em novas tecnologias, práticas de manejo e alternativas inovadoras voltadas ao aumento da produtividade e da sustentabilidade, características marcantes da cafeicultura na

região.

"A Feira do Cerrado é um momento estratégico para aproximar o cooperado das principais inovações do mercado, fortalecer o cooperativismo e apresentar soluções que contribuam para a sustentabilidade e a rentabilidade das propriedades. O evento reforça o compromisso da Cooxupé com o desenvolvimento da cafeicultura e com o apoio contínuo ao produtor cooperado", destaca Carlos Augusto Rodrigues de Melo, presidente da Cooxupé.

O evento contará com expositores de máquinas, implementos e soluções voltadas ao setor agrícola. Com foco na cafeicultura e também no mercado de grãos, serão apresentadas avanços tecnologias e soluções voltadas ao setor, além de condições comerciais diferenciadas para os cooperados. De acordo com a organização, a expectativa é receber mais de 5 mil produtores de café e visitantes durante os dois dias de evento.

### INFRAESTRUTURA E DESTAQUES DA FEIRA

Neste ano, a Feira do Cerrado reunirá mais de 70 expositores do agro-negócio nacional em uma área total de 50 mil m², sendo 13 mil m² cobertos. Um dos destaques da feira é o 'Espaço Novas Culturas', dedicado à atuação da Cooxupé no segmento de cereais.

A iniciativa, lançada em 2025, amplia o portfólio de soluções oferecidas aos cooperados, promovendo mais benefícios à lavoura e diversificação de renda, unindo as culturas de café e cereais. Nesse contexto, o evento apresenta um importante atrativo tecnológico: a exposição e demonstração dos drones de pulverização, que vem transformando o manejo agrí-



cola com mais precisão, eficiência operacional e sustentabilidade.

Além dos estandes com produtos agrícolas inovadores, os visitantes poderão conhecer os serviços e soluções da Cooxupé, como Geoprocessamento, Laboratório de Solo e Folha, NEA (Núcleo de Educação Ambiental), Vectag (voltada para financiamento de crédito rural), Protocolo Gerações (destinado para informações sobre ações sustentáveis e boas práticas agrícolas), SMC Specialty Coffees – focada em cafés especiais, e a Corretora de Seguros, ampliando o acesso a ferramen-

tas que apoiam a gestão das propriedades.

Espaços de convivência, cafeterias com cafés Evolutto e Prima Qualità, praça de alimentação e áreas voltadas ao bem-estar das famílias completam a experiência. A feira oferece ainda sinal para conexão de internet, restaurantes e lanchonetes.

### NEGÓCIOS

A Feira do Cerrado se destaca também pelas condições especiais de negócios, em que o produtor cooperado pode antecipar suas compras, especialmente diante dos prazos de entrega cada vez mais exten-

sos praticados pelo mercado fornecedor. Ao fechar negócios durante o evento, o cooperado assegura condições comerciais mais vantajosas e ganha maior previsibilidade no planejamento da safra e dos investimentos do próximo ano agrícola.

Com entrada e estacionamento gratuitos, a Feira do Cerrado 2026 será realizada das 8h às 18h, às margens da Rodovia MG 190, Km 3, em Monte Carmelo/MG.

Informações divulgadas pela Phábrica de Ideias/Comunicação Cooxupé, Cooperativa parceira do site e jornal online Minha São José.





ESPORTES

# Jiu Jitsu: Marcos Viana treina no Qatar e disputará o Campeonato Europeu na próxima semana

Texto: Natália Tiezzi

O atleta rio-pardense de Jiu Jitsu, Marcos Viana, está em Doha, no Qatar, e se prepara à disputa do Campeonato Europeu, que lutará na próxima terça-feira, 20/01. Aos 18 anos, ele é uma grande promessa brasileira na modalidade, cujo esporte começou a praticar aos 14 anos.

“Estou faz três meses aqui. Já disputei o Mundial, porém perdi na semifinal, e agora meu foco é o Europeu. Aqui tenho todo suporte para os treinos, além de alimentação, moradia, etc”, destacou o jovem atleta em entrevista ao site e jornal online Minha São José.

Ele afirmou que a preparação tem sido intensa, de segunda a segunda, sempre em busca de evolução para poder chegar ao seu melhor nível. “Aqui no Catar tenho vivido dias de muita entrega e sacrifício. Estou muito confiante no trabalho que venho fazendo. A chave já saiu e,

se tudo correr como planejado, serão 5 lutas até o título. Lutarei dia 20”, ressaltou.

Marcos explicou, ainda, o que espera dessas lutas. “A chave traz duas revanches que eu espero há muito tempo — encontros que não ficaram no passado. Estou mais preparado, mais forte e mais consciente do que faço no tatame. Essas lutas não são apenas revanches, são respostas”, afirmou.

Sobre o que o Jiu Jitsu está representando em sua vida nestes quatro últimos anos, o atleta foi enfático: “não é mais apenas um esporte, já se tornou trabalho. Inclusive meus objetivos futuros é tornar campeão mundial pela IBJJF - International Brazilian Jiu-Jitsu Federation na faixa preta e continuar vivendo deste esporte”.

Antes dos treinamentos no Qatar, Marcos treinava na Academia Paulão Rezende, de Poços de Caldas, que representa a Equipe Vision. Após essa temporada fora do



país, ele pretende voltar ao Brasil, lutar o pan americano na Florida, o campeonato brasileiro e o mundial na Califórnia, conforme já havia mencionado - grandes oportunidades para que o rio-pardense se destaque e amplie suas conquistas no Jiu Jitsu.

“Acima de tudo coloco minha caminhada nas mãos de Deus.

É Ele quem me sustenta nos dias difíceis, quem me dá força quando o corpo cansa e quem guia cada passo meu. Entro para lutar com coragem, mas também com humilda-

de, sabendo que nada foge do controle d’Ele. Que seja feita a vontade de Deus, não a minha”, concluiu Marcos, a quem desejamos êxito nas próximas competições.



 **(19) 97112-6890**

 **@cvc.sp.saojosedoriopardo**

 **Rua 13 de maio, 395 - São José do Rio Pardo - SP**



**MACEIÓ**  
8 dias incluindo

Passagem Aérea + Hotel c/ Café da Manhã + Traslado + Passeio + Taxas + Assistência CVC

A partir de **12x R\$ 242**  
Total de R\$ 2.906 por pessoa em apto. duplo  
Saída 18/04/2026 de CAMPINAS

**GRUPO EXCLUSIVO DA CVC SÃO JOSÉ DO RIO PARDO**



Formas de pagamento CVC:





**@biellitaacessorios**

 **19 9 9909-2202**



## Pronto para tirar sua obra do papel?

Tudo começa com uma **base sólida!**



compre pelo site **abcedaconstrucao.com.br** use o cupom **SAOJOSEDORIOPARDO**

 construservabc  
 construservabc

 3681-7074  
 99750-7650

 Rua João Octaviano Ribeiro da Silva, 530  
Vila Brasil | São José do Rio Pardo - SP

 Avenida Waldemar Poggio 361  
Vale Redentor IV | São José do Rio Pardo - SP





A CRÔNICA DA SEMANA

Aniversários de criança em casa... Viva os anos 80 e 90!

Eu sei que tudo muda, a vida é movimento e cada tempo tem suas características, mas só quem teve o privilégio de comemorar aniversários infantis sendo criança em meados da década de 80 e 90 entenderá essa crônica e, saudosamente, sentirá o 'gostinho' das festas comemoradas em casa.

Diferente de hoje, onde as comemorações são mais elaboradas, em buffets, etc, num passado não tão distante, os aniversários de criança eram mais simples, mas arrisico dizer que foram mais marcantes, especiais e inesquecíveis.

Eu vivenciei isso. Do primeiro até mais ou menos os 10 anos tive minhas festinhas de aniversário: modestas, feitas em casa, com aquilo que meus pais podiam oferecer. E, assim como as crianças daquela época, realmente participava do aniversário, não só na hora da festa, mas antes dela.

Os preparativos eram satisfatórios. Talvez venha daí aquele ditado que 'o melhor da festa é esperar por ela'. Diferente de hoje, as comidas da festa eram preparadas por minha mãe, avó e tia - um cardápio com menos opções, mas saboroso sobremaneira.

Cedinho já era possível sentir o cheirinho das esfirras ao forno que minha mãe preparava. Mais tarde, o panelão de salsicha em molho já fervia, enquanto ela cortava os pãezinhos para o tradicional cachorro-quente. Ah, mamãe também fazia o brigadeiro, delicioso, que eu, claro, ajudava a enrolar (e comer alguns antes da festa).

Minha avó paterna, dona Zura, preparava os quibes (até hoje não comi nenhum parecido), pequeninos, em formato de bolinhas e apetitosos. Já minha tia Oscarina (Nena) fez, algumas vezes, o olho de sogra, servido naquelas forminhas coloridas, que enchiam os olhos!

Enquanto isso meu pai providenciava aquele aperitivo que todos gostavam: espetinho de salsicha, queijo prato e azeitona, sempre preparado por ele, que também ia atrás das bebidas: refrigerantes caçulinha, cervejas. Criança bebia no copinho de papel (depois evoluiu para o plástico) e adultos nos copos americanos.

Para acomodar os convidados (que nos meus aniversários eram muitos, afinal eram oito tios, mais as tias e aquela dezena de primos, mais alguns amiguinhos vizinhos), meu pai alugava conjuntos de mesas e cadeira de ferro - que tínhamos que tomar cuidado para 'armar' senão apertava os dedos... Eles eram armados no pequeno quintal, alguns dentro de casa, na cozinha, copa. E quando acabavam, o jeito era sentar no sofá da sala mesmo.

Já a mesa do bolo (que, na verdade, era a única comida que minha mãe comprava, pois nunca soube fazer os recheados e decorados, junto às balas de coco), sempre recebia uma decoração com aquelas 'saías' de papel laminado - eu achava incrível, as balas enroladas no papel 'crepom', que coloriam as mesa, além dos outros docinhos. Bexigas também enfeitavam a casa, sem esquecer do 'bexigão' cheio de doces, que um tio sempre estourava com o cigarro!

Por falar em bolo, tive de muitos formatos, com personagens, e sempre grandes, pois quase todos levavam um pedaço para casa! Um de meus favoritos foi um 'urso', todo feito com chocolate, 'tamanho família'!

Quanto aos presentes, eram expostos em cima da cama e os papéis jogados debaixo dela (diziam que dava sorte!).

E a criançada nem tinha lugar para brincar, já que a casa onde eu morava era pequena, mas havia diversão, contentamento, troca de conversas, correrias, um primo sempre chorando, o outro derrubando alguma coisa no chão, estourando bexiga antes da hora ou 'pegando' um docinho escondido...

Enfim, acho que os aniversários 'de ontem' eram mais vivenciados. Não tinha luxo, quase tudo era feito em casa, em família, mas a alegria prevalecia, mesmo num ambiente pequeno, porém acolhedor, como foi minha casa na infância...

Quicá as crianças dessa geração terem, ao menos, um aniversário como nós, que hoje já passamos dos 40, tivemos... Colocando o cachorro quente nos saquinhos de papel, enrolando brigadeiros, armando cadeiras de ferro, enchendo bexigas, tomando guaraná caçulinha e correndo pelas modestas casas... Bons tempos!



CULTURA

80 anos da Casa Euclidiana: CasaCast traz Maria Olívia Arruda abordando “Quando a história educa o agora”

Para abrir oficialmente o ano comemorativo dos 80 anos da Casa de Cultura Euclides da Cunha, a Secretaria Municipal de Turismo e Cultura traz mais um episódio especial do CasaCast Euclidiana, que desta vez terá como convidada a professora e conselheira Maria Olívia Garcia Ribeiro de Arruda.

Ela participará do Encontro, cujo tema abordado será “80 Anos da Casa Euclidiana: Quando a história educa o agora”, marcado para 20/01, às 19h30, na Casa, com transmissão ao vivo pelo YouTube da Casa, com acesso pelo link [https://www.youtube.com/results?search\\_query=casa+de+cultura+euclides+da+cunha](https://www.youtube.com/results?search_query=casa+de+cultura+euclides+da+cunha)

Este é o 2º Encontro

#CASACAST  
EUCLIDIANA  
Onde a CASA encontra a voz, a memória ganha movimento.

EPISÓDIO 02

80 ANOS DA CASA  
EUCLIDIANA: QUANDO A  
HISTÓRIA EDUCA O AGORA

20 de janeiro

19H30

Convidada:  
Maria Olívia Garcia  
Ribeiro de Arruda

CASA CULTURA  
EUCLIDES DA CUNHA

promovido pelo CasaCast, que reafirma a importância do legado euclidiano, do patrimônio cultural e do Movimento Euclidiano em Rio Pardo

O Casa Cast, este novo formato digital para interagir e in-

formar a todos sobre a vida e obra euclidiana, também integra as celebrações pelos 160 anos de nascimento de Euclides da Cunha, neste ano que promete marcar São José com eventos especiais às datas.

Na GAIA GROUP,

2026 é o ano de ter  
orientação  
especializada e  
exclusiva para usar o  
consórcio como  
estratégia de  
crescimento  
consciente.

DAS MELHORES LAVOURAS  
PARA A SUA FAMÍLIA

CAFÉ Evolutto



# Relação entre a Saúde Mental e Sintomas do Aparelho Digestivo: Dr. A. Roberto Franchi Teixeira aborda o tema

Entrevista e texto:  
Natália Tiezzi

Você sabia que problemas digestivos como a Gastrite, por exemplo, podem ter relação com seu estado emocional? E que a boa qualidade de sua Saúde Mental pode ser aliada à diminuição dos sintomas e, consequentemente, de introdução às medicações farmacológicas?

Para explicar um pouco dessa relação sutil entre a condição emocional e os sintomas do aparelho digestivo, o site e jornal online Minha São José traz entrevista com o médico Dr. Antônio Roberto Franchi Teixeira. Graduado pela Unicamp, ele possui residência em cirurgia geral, cirurgia do aparelho digestivo e endoscopia digestiva, além de Mestrado e Doutorado em cirurgia, e é Especialista em doenças do fígado pela Sociedade Brasileira de Hepatologia.

Nesta semana, ele divulgou vídeo, por meio do @institutopaulistadofigado e @dr.robertoteixeiragastro, onde destaca a importância dos cuidados à Saúde Mental, também fazendo alusão à Campanha Janeiro Branco, voltados principalmente àqueles que possuem sintomas digestivos relacionados ao estresse, ansiedade, angústia.

“Sabemos da influên-

cia psicológica na gênese, formação e piora de alguns sintomas, como na gastrite, por exemplo. A melhora na condição emocional, que pode ser obtida por meio de várias técnicas, pode contribuir ao alívio destes sintomas, sem introdução ou aumento de medicações farmacológicas”, observou.

Confira, abaixo, a entrevista na íntegra e cuide de sua saúde mental, tão importante quanto à física, e que pode refletir diretamente nela!

**Minha São José: Dr. Roberto, qual é a relação entre o nosso estado emocional e, por exemplo, uma gastrite?**

**Dr. Antônio Roberto Franchi Teixeira:** Os sintomas do aparelho digestivo possuem relação com o estado mental e psíquico do paciente. Problemas com a digestão, dores na barriga, formação de gases podem estar associados a episódios de estresse, ansiedade ou angústia. Isso já é conhecido há muito tempo na medicina. Não se sabe ainda em detalhes quais são os mecanismos envolvidos, mas com certeza eles existem.

**Quais são as doenças ou estados emocionais que mais contribuem aos problemas digestivos?**

Os estados traumáticos que acontecem após um evento de estresse muito intenso podem estar relacionados a distúrbios gastrointestinais. Existe alteração na produção de ácidos do estômago e também na liberação de enzimas pelo pâncreas e pelo fígado, levando a um quadro que pode originar uma gastrite aguda ou até uma úlcera péptica.

**Como identificar que um problema digestivo está associado a problemas emocionais?**

Geralmente o diagnóstico de sintomas psíquicos e emocionais levando a alterações do trato gástrico internacional é feito por exclusão. Não existe um estudo específico nesse caso. Por isso é importante realizar endoscopia e exames de sangue, além da ultrassonografia abdominal para descartar outras causas quando nos deparamos com esse quadro clínico.

**Quais as suas recomendações para quem está passando por ambos problemas? E quando e quem procurar por auxílio?**

Na ocorrência de uma suspeita clínica dessa natureza, o paciente deve procurar assistência médica. O médico, após consulta clínica, vai solicitar alguns exames



subsidiários que podem auxiliar no diagnóstico. Ficar em casa sofrendo sozinho não vai adiantar. Procure atendimento médico porque existem medicamentos que podem aliviar esses sintomas de maneira rápida, mas eles devem ser sempre prescritos após uma consulta médica.

**O que o paciente pode fazer para amenizar sintomas de problemas digestivos ocasionados por transtornos mentais?**

O paciente que estiver sofrendo com sintomas digestivos relacionados à estresse pode e deve primeiramente melhorar a qualidade da dieta. Evitar álcool, bebidas com gás, alimentos ultra processados e embutidos já vai ajudar bastante. Exercício físico aeróbico também pode melhorar o ciclo circadiano de hormônios importantes como cortisol e melatonina. Terapias relaxantes como acupuntura, massagem, etc, podem ajudar também. Medicamentos para alívio dos sintomas podem ser prescritos, mas sempre após a orientação médica.

ca.

**Para finalizar, qual conselho ou sugestão o Dr. deixaria agora neste início de ano para não sofrermos ou evitarmos os problemas digestivos e os psicológicos?**

Nos dias atuais é praticamente impossível evitar o estresse do mundo moderno. Entretanto, manter uma rotina diária reservando algum tempo para exercício físico, praticar um hobby e tentar diminuir o tempo de tela pode ajudar muito. Evitar álcool, tabaco e outras drogas é fundamental. Tentar melhorar a qualidade do sono também. Tomar sol na medida adequada, nos horários adequados também pode ajudar muito, pois melhora a qualidade do sono. Em casos persistentes, procurar assistência médica e psicológica.

*Na próxima semana, o Minha São José trará entrevista com a psicóloga Ana Amélia Junqueira Capuano, que abordará a questão psicológica envolvida neste assunto, também alusiva ao Janeiro Branco. Aguardem!*

Cartão Sincopar  
Saúde & Mais

**PLANO FAMILIAR**

R\$ 25,00 mensais

CONVÊNIO e PARCERIAS

**SINCO PAR**  
SINCO PAR

Cód: 0001

João da Silva

Cidade: Nesta

Validade: 00/00/00

Peça já o seu!

(19) 98967-8582  
(19) 99531-7291

**FONIAO**  
CONTABILIDADE

Rua: Silva Jardim, 24 - Centro  
São José do Rio Pardo/SP

**PQEC**  
PROGRAMA DE QUALIDADE  
DE EMPRESAS CONTÁBEIS

**SESCON-SP | 2018**

CERTIFICADO

Telefone:  
(19) 3682-7300 |



## Beatificação de Lourdinha Fontão: Presidente da ABRHAGI conheceu o legado religioso da Serva de Deus

A group of approximately 12 people, including a priest, a young boy, and several laypeople, are posing for a group photo in a church. The priest, wearing white vestments, stands in the center. A young boy in a white shirt and orange shorts stands next to him. The group is gathered in front of a wall featuring a framed portrait of a woman and a small plaque. The church interior has light-colored walls and a tiled floor.

“Devo muito à Lour-  
dinha, pois sei que ela  
rezou muito pela minha  
vocação. Até hoje quan-  
do estou com sérias difi-  
culdades para resolver  
vou junto ao seu túmulo  
na Igreja de Nossa Se-  
nhora de Loreto e peço  
sua graça. De uma for-  
ma ou de outra tudo se  
encaminha. Ela dizia que  
“para Deus não há coin-  
cidência, mas Providên-  
cia”. Ela amou muito a  
Igreja, a Paróquia e o  
Mosteiro e percebo que  
até hoje intercede por  
nós.”, afirmou dom Aba-  
de Paulo Celso em entre-  
vista ao jornalista Ricar-  
do Gomes, publicada em  
2021 pelo site vatican-  
news, que baseia par-



sar <https://www.vaticannews.va/pt/igreja/news/2021-01/servade-deus-lourdinha-fontao-exemplo-de-catequista-e-de-mae.html>

# Cursos de Janeiro 2026

## Cursos e oportunidades no Sindicato Rural

<b>21 a 22/JAN</b> <b>Tapiratiba</b> Processamento Caseiro de Pães	<b>23 a 24/JAN</b> Processamento Caseiro de Amendoim
<b>26 e 27/JAN</b> <b>Café</b> Instalação da Lavoura	<b>28/JAN</b> <b>Proleite</b> Sensibilização
<b>31/JAN</b> <b>PPSC</b> SAÚDE BUCAL	

**FAESP**

**SENAR**  
SIN. RURAL

**SINDICATO RURAL**  
SIN. CAT. DE RURALISTAS

# ReSound Nexia™

O menor aparelho auditivo do mundo



26,41mm

Agende seu teste sem compromisso!





## prima

CENTRO CLÍNICO

(19) **3608-5203**    (19) **9 7146-3141**

**Marina de Oliveira Canavezi**  
Fonoaudióloga | CRFa2 - 19377

**Rua Benjamin Constant, 320 - Centro - São José do Rio Pardo-SP**



SAÚDE

# Sala de Conforto na Enfermaria Clínica da Santa Casa: Mais acolhimento e humanização aos pacientes

A Santa Casa de Misericórdia Hospital São Vicente tem a satisfação de anunciar a inauguração de uma Sala de Conforto na Enfermaria Clínica, setor destinado à internação de pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS). O novo espaço foi cuidadosamente planejado para proporcionar um ambiente mais acolhedor, confortável e acessível a pacientes, acompanhantes e visitantes. A sala é moderna, ampla, bem iluminada, conta com novos sanitários adaptados, poltronas confortáveis e televisão, contribuindo para uma experiência mais digna

e humanizada durante o período de internação. Essa importante melhoria foi viabilizada com o apoio de Henrique Torres e Paulo Sérgio Rodrigues, vereadores à época, por meio de emenda impositiva destinada à Santa Casa e liberada pelo Prefeito, Márcio Zanetti, representando uma contribuição significativa para o fortalecimento da saúde pública e para o bem-estar da população. Nesta semana, o Provedor, Senhor Edson Roberto Furlan, e a Diretora Administrativa, Jane Santurbano, apresentaram a Sala ao Prefeito, à Secretária Municipal de Saúde,



Érica Penha, bem como às Diretoras do Departamento Regional de Saúde de São João da Boa Vista, Dra. Patrícia Maria Magalhães Teixeira Nogueira Mollo, Gilda Mariano e Roseli Aparecida Modena Fernandes, que estiveram na Santa Casa por ocasião da entrega da Placa do Programa “Tabela SUS Paulista” à Instituição. Jane explicou sobre a estrutura da Sala de Conforto, destacando que, novamente, a San-

ta Casa investiu a emenda impositiva, sempre muito bem vinda, de forma a melhorar a qualidade no acolhimento aos pacientes e, neste caso, também aos familiares e visitantes. Todos elogiaram a iniciativa do novo espaço, destacando que o Hospital está sempre em busca de melhorias à qualidade dos serviços prestados, inclusive aos pacientes SUS.

“A Santa Casa reafirma, com mais essa iniciativa, seu compromisso permanente com o cuidado ao paciente, investindo em ações que vão além da assistência clínica, promovendo acolhimento, humanização, acessibilidade e segurança, sempre com respeito e dedicação àqueles que confiam em nosso trabalho”, afirmou e concluiu a Diretora Administrativa.

WWW.IMOBILIARIASOLUCADI.COM.BR

**SOLUCADI**  
IMOBILIÁRIA  
Cred 25308-J

## Imóvel para locação

**Vale Redentor I**

Terreno: 300 m² • Construção: 264 m²  
Salão espaçoso • 3 Banheiros

**Valor: R\$ 5.700,00/mês**

**CONHEÇA NOSSO MÉTODO SPA**

→ **Escritor do livro o poder do consórcio**  
O lance que pode mudar a sua vida

**Viva de alugueis comprando**

**Imóveis com até 80% de Desconto**

**HS consórcios** **Gaia Group**

**ACI Work**

**ACI.Work**  
CENTRO MULTIUSO "CESAR AUGUSTO MAZZER"

**O espaço para seus negócios**

Profissionalismo, conforto e estrutura completa para você.

Associação Comercial e Industrial **ACI** **CONECT** de São José do Rio Pardo



# DESTAQUES & SOCIAIS

## CarnaDança: Primeira doação foi à ONG MAPEAR

Momento especial, de entrega dos alimentos não perecíveis à ONG MAPEAR, que foram arrecadados durante o CarnaDança, idealizado pelo professor Garbim, que teve seu primeiro “aulão” domingo, 11, na Associação Atlética Riopardense. Neste domingo, 18, o evento beneficente aconteceu na Academia Black Gym e no próximo, dia 25, será promovido na Academia SkyFit, gratuito (entrada: um quilo de alimento). As doações também serão direcionadas a entidades. Participe: atividade física aliada à solidariedade faz muito bem!



## Dr. Teixeira e dona Therezinha: 62 anos de matrimônio

Duas vidas dedicadas ao amor, à cumplicidade e ao respeito, unidas por 62 anos em matrimônio: Dr. Antônio Teixeira Filho e a senhora Therezinha Eunice Franchi Teixeira comemoraram Bodas de Âmbar dia 12/01. Ao casal, verdadeiro exemplo principalmente de companheirismo, desejos de muitas felicidades e que Deus continue abençoando essa união!



## Luzia Aparecida Fagotti Prado festejou 97 anos

Dia 12/01, durante momento muito íntimo e especial, a senhora Luzia Aparecida Fagotti Prado recebeu o carinho da família por ocasião do aniversário de 97 anos, muito bem vividos, que ocorreu na Casa Jardim. No registro, a aniversariante ladeada pela bisneta, a pequena Maria, tendo ao lado direito da foto, a filha, Bete Zanata, a neta, Carol Jorge Zanata, o neto, Diogo Zanata e, ao lado esquerdo da foto, o genro Professor Zanata.

## Os 80 anos do senhor Gilberto

O senhor Gilberto José Barbosa festejou seus 80 profícuos anos dia 06/01, reunindo a família à uma Missa, celebrada na Paróquia Nossa Senhora do Rosário de Pompeia, além de comemoração especial, que teve lugar em Rancho no Grêmio Nestlé. Ao senhor Gilberto, desejos de muitas alegrias e saúde!



## Férias na cidade maravilhosa

O casal Daniela-Fábio Furlan junto aos filhos, Sofia e Davi, durante férias no Rio de Janeiro. A viagem rendeu diversos passeios aos pontos turísticos mais famosos da cidade maravilhosa, que, sem dúvida, ficarão marcados na memória da querida família.



## Festa em família

Dia 15/01 foi de muitas comemorações para a família Moraes/Moraes, com os aniversariantes senhora Cida Moraes, Soraya Moraes Gaino, e os gêmeos Otto Moraes de Oliveira e Pedro Moraes de Oliveira. A reunião familiar para festejar a data especial aconteceu no Restaurante Raribb's. Aos cinco queridos aniversariantes, desejos de muitas alegrias, saúde e felicidades, sempre!



**10 anos construindo sonhos**

[www.abcdaconstrucao.com.br](http://www.abcdaconstrucao.com.br)

**Seu Sonho Com Destino Certo**

**GRAMADO**

5 dias incluindo

Passagem Aérea + Hotel c/ Café da Manhã + Traslados + Seguro Viagem + Taxas + Assistência CVC

Por: **R\$ 135**

De: R\$ 2.460

Por 12x de R\$135 (R\$1.620 reais por pessoa em apto. duplo)

**FORMAS DE PAGAMENTO:** Cartão de Crédito, Boleto Bancário, PIX, Pontos Livelo e Nupay. \*Verifique detalhes de parcelamento e utilização de pontos.

Quer saber mais? Fale com um de nossos especialistas. <https://wa.me/5519971126890>

**Formas de pagamento CVC:**

**(19) 97112-6890** @cvc.sp.saojosedoriopardo

Rua 13 de maio, 395 - São José do Rio Pardo - SP