



ACE

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL
E EMPRESARIAL

VARGEM GRANDE PAULISTA

O melhor presente?

Comprar no comércio da sua cidade

Natal Seguro: reforço na segurança e trânsito para as compras de fim de ano



Novas regras da CNH: mudanças podem impactar formação de motoristas

Gaia Tecidos: oficinas tiram crianças das telas e incentivam o aprendizado manual



PEDIU? 
CHEGOU!

PASSARINHO GÁS E ÁGUA



RUA JOSÉ MANOEL DE OLIVEIRA, 281
JD. BELA VISTA - V.G.P

(11) 4158-7801
(11) 4158-1974

OG
ÓTICA GLASS
DESDE 2015

☎ 11 4158-1110 📞 11 95781-3484

📱 @OTICA.GLASS

📍 AV. PRES. TANCREDO NEVES 868

VARGEM GRANDE PAULISTA (AO LADO DA PASSARELA)



FILIADA À FACESP
ACE
ASSOCIAÇÃO COMERCIAL E EMPRESARIAL
VARGEM GRANDE PAULISTA

EXPEDIENTE:

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL E EMPRESARIAL DE VARGEM GRANDE PAULISTA

Presidente: Wanderlei Domingues da Silva

Vice-Presidente: Telmo Davino

1º Secretário: Natalia de Paula da Silva

2º Secretário: Filomena Clara Tavares Davino

1º Tesoureiro: João Vinicius Monteiro Marques

2º Tesoureiro: Marcos Gonçalves Rios

Diretor de Rel. Públicas, Culturais e Sociais: Leonice de F. R. C. de Oliveira

Conselheiro Deliberativo: Sergio Veiga, Michel Velluto e Claudio Antonio da Silva

JORNAL DA ACE:

Matriculado no Serviço de Registro Civil das Pessoas Jurídicas da Comarca de Cotia-SP, sob o nº "057", Livro B-02, folhas 11 verso e 12 - Com sede na Rua Francisco Manoel de Oliveira, 261 - Centro - Vargem Grande Paulista/SP - Tel.: 4159-1053

www.acevgp.com | comercial@acevgp.com

- Diretora Comercial: Edmara Calazans Cardozo Oliveira

- Jornalista Responsável: Daniela M. Rosetti (Mtb 28.813)

- Tiragem desta edição: 6 mil exemplares

- Impressão: Gráfica Rio Claro

Jornal da ACE não se responsabiliza por ideias e conceitos emitidos em artigos ou matérias assinadas, que expressem apenas o pensamento dos autores, não representando necessariamente a opinião da direção do jornal. A publicação se reserva o direito, por motivos de espaço e clareza, de resumir cartas, artigos e ensaios.

TEMOS
VAGAS!
CONSULTE AS OPORTUNIDADES

VAGA DE EMPREGO

**AUXILIAR
DPTO FISCAL**

MARCOS@ESSENCIALCONTABIL.COM.BR



essencial
contábil

Anhanguera

Temos vagas!

Vendedor (a)

Requisitos

- Ensino médio completo
- Ter facilidade com redes sociais
- Disponibilidade para atividades internas e externas
- Residir em Vargem Grande Paulista ou proximidades
- Vaga de meio período
- Proativo

Envie seu currículo para:
anhanguerajandira@gmail.com

Candidato: acesse o QRcode e cadastre seu currículo



WIZARD
VARGEM GRANDE PAULISTA

Vem trabalhar na maior rede de ensino de idiomas do mundo!

Consultor de vendas
VGP CLT

Requisitos:

- Ágil em vendas
- Facilidade com redes sociais
- Gostar de meta e regime de comissionamento

Benefícios:

- VT, VR
- Treinamento e aperf.
- Comissão s. vendas
- 6 horas por dia x 5 dias sem.
- bonificação em vouchers

Enviar via whatsapp - 11 9.8698-8819

**ATENÇÃO EMPREGADOR: anuncie sua vaga no
BALCÃO DE EMPREGOS DA ACE**

**INFORMAÇÕES LIGUE:
(11) 4159-1053**

PRECISANDO DE
Certificado Digital?



PULSE
CERTIFICAÇÃO DIGITAL

**Agora você
pode adquirir:**



**com comodidade
e conveniência.**

**Descontos especiais
para Associados!**

**Agende seu horário
(11) 99655-1027 (c/ Rafael)
rafa.ribeiru@gmail.com**

**OPÇÃO DE ATENDIMENTO A DOMICÍLIO
PARA MAIOR COMODIDADE**

Presidente da ACE avalia 2025 como um dos anos mais desafiadores para o comércio de Vargem Grande Paulista

Wanderlei Domingues da Silva faz um balanço do ano, aponta entraves que frearam a economia local e destaca como a Associação Comercial atuou para apoiar empreendedores e preparar o setor para 2026

Juros altos, consumo enfraquecido e dificuldades estruturais marcaram o cenário econômico de Vargem Grande Paulista em 2025. Em entrevista ao *Jornal da ACE*, o presidente da Associação Comercial e Empresarial, Wanderlei Domingues da Silva, faz uma análise franca do desempenho do comércio, relembra as ações mais importantes da entidade ao longo do ano e aponta quais setores exigem maior atenção para 2026. Ele também detalha os principais problemas que afetam diretamente o desenvolvimento do comércio local e reforça o papel da ACE como ponte entre empresários e poder público. A seguir, a entrevista completa.

Jornal da ACE: Como avalia o desempenho do comércio de Vargem Grande Paulista em 2025?

Wanderlei: o ano de 2025 não atingiu as expectativas do setor produtivo de Vargem Grande Paulista. Assim como ocorreu em diversas regiões do país, enfrentamos um período econômico desafiador, marcado por juros elevados — com a Selic girando em torno de 15% — que acabaram desestimulando investimentos, reduzindo o crédito e travando a atividade econômica. Na prática, o país ficou parado. Infelizmente, vimos um número significativo de comércios, serviços e pequenos empreendedores encerrando suas atividades. A cidade também sofre com uma condição adicional: a baixa renda média da população, que reduz o consumo, e a dificuldade de circulação no centro comercial, que impacta diretamente as vendas.

Apesar do cenário adverso, o setor demonstrou resiliência. Muitos empreendedores se reinventaram, buscaram alternativas e mantiveram seus negócios abertos com muito esforço.

Jornal da ACE: quais ações e projetos da ACE tiveram maior impacto para os associados em 2025?

Wanderlei: mesmo em um ano difícil, a ACE atuou fortemente em defesa do comércio local. Destaco:

- Suporte direto aos empreendedores, oferecendo orientação jurídica, administrativa e empresarial.
- Eventos, treinamentos e capacitações voltados à melhoria de gestão e atendimento, buscando aumentar a competitividade local.
- Mediação constante com o poder público, levando as demandas do setor e propondo soluções estruturais para mobilidade, estacionamento, circulação e incentivos.
- O fortalecimento do Balcão de Empregos, que ajudou muitos profissionais a retornarem ao mercado e diversas empresas a preencherem vagas.

A ACE manteve as portas sempre abertas, atuando como ponte entre empresários, prestadores de serviços e o município.

Jornal da ACE: este ano foi marcado por mudanças econômicas e comportamentais. Como a ACE ajudou os comerciantes a se adaptarem?

Wanderlei: a Associação desenvolveu ações que auxiliaram os empreendedores a enfrentar esse novo cenário: capacitações voltadas à digitalização e gestão eficiente, ajudando empresários a reduzirem custos, melhorarem processos e adotarem novas estratégias de venda; apoio às iniciativas de fortalecimento do comércio local e campanhas que estimulam os consumidores a comprar na cidade; diálogo aberto com empresários, reunindo diferentes segmentos para entender suas dificuldades reais e buscar soluções conjuntas. Nosso propósito sempre foi apoiar o comércio em sua adaptação a um consumidor mais exigente e a um ambiente econômico mais restritivo.

Jornal da ACE: quais setores tiveram melhor desempenho em 2025, e quais precisam de maior atenção em 2026?

Wanderlei: alguns segmentos demonstraram ligeira melhora, especialmente: alimentação básica,



serviços essenciais e comércio de conveniência. Esses setores mantiveram atividade mais estável, mesmo com menor poder de compra da população. Por outro lado, segmentos como vestuário, calçados, serviços especializados, lazer e bens duráveis sofreram bastante e merecem atenção redobrada em 2026. Consumidores priorizaram apenas o essencial, reduzindo drasticamente as compras discricionárias.

Jornal da ACE: quais são hoje os principais problemas da cidade que impactam o comércio? E como a ACE tem dialogado com o poder público?

Wanderlei: os principais desafios que prejudicam a economia local são: trânsito e dificuldades de circulação no centro; falta de áreas adequadas de estacionamento; des-

centralização crescente do comércio; baixa renda da população; burocracia excessiva para abertura e manutenção de empresas; infraestrutura ainda insuficiente para atrair indústrias e gerar mais empregos dentro do município.

A ACE tem se colocado à disposição da prefeitura para atuar tecnicamente, propondo medidas práticas como: criação de bolsões públicos de estacionamento; revisão e redução da área de abrangência da Zona Azul; incentivos reais ao comércio local; melhoria dos fluxos viários; criação de um programa municipal de atração de empresas e indústrias. Também sugerimos a elaboração de um projeto de lei de isenção ou redução tributária (como IPTU e taxa de funcionamento) para novos empreendimentos, como ferramenta concreta de desenvolvimento econômico.

Jornal da ACE: quais são as expectativas e metas da ACE para 2026?

Wanderlei: para 2026, a ACE trabalhará com foco em: ampliar o Balcão de Empregos, integrando ainda mais empresas e trabalhadores; expandir cursos de qualificação, reciclagem e formação profissional; fortalecer parcerias com a prefeitura para programas de capacitação e para políticas de desenvolvimento; apoiar ações que atraiam novas empresas e indústrias para o município; promover campanhas de incentivo ao consumo local; intensificar o diálogo institucional para buscar soluções estruturais que melhorem o ambiente de negócios. Nosso objetivo é fortalecer a economia, gerar empregos e aumentar a renda da nossa população.

Jornal da ACE: que mensagem o presidente da ACE deixa para os comerciantes e empreendedores de Vargem Grande Paulista?

Wanderlei: este foi um ano duro, um dos mais desafiadores da última década. Muitos empresários lutaram diariamente apenas para manter seus negócios abertos. Mas é justamente nesses momentos que a força do comércio se mostra mais evidente.

Quero dizer a cada comerciante, prestador de serviço e empreendedor: vocês não estão sozinhos. A ACE continuará sendo a voz, o apoio e o ponto de equilíbrio entre o setor produtivo e o poder público. Seguiremos firmes para que 2026 seja um ano de reconstrução e retomada. E reafirmo: a ACE está e, sempre estará, ao lado de quem empreende, gera empregos e movimenta a economia de Vargem Grande Paulista.



Por: Pâmela Pires

Arquiteta com mais de dez anos de experiência em projetos residenciais, comerciais e na criação de ambientes estratégicos para o varejo. Fundadora da Parque Arquitetura & Design, especializou-se em visual merchandising.

Por que o visual merchandising é decisivo para o varejo?

O consumidor atual busca praticidade, clareza e sensação de pertencimento. Ele compra onde se sente bem e onde encontra identidade. Por isso, o visual merchandising se tornou uma ferramenta essencial para qualquer negócio que deseja se destacar.

Ele traduz a essência da marca no espaço físico, organiza o fluxo do cliente, direciona a compra e fortalece o posicionamento — três pilares fundamentais para o comércio moderno. Principais impactos diretos:

- Aumento do ticket médio e vendas combinadas
- Fluxo e leitura mais eficientes do espaço
- Ambientação que eleva a percepção de valor
- Fortalecimento da identidade visual da marca
- Maior conversão e fidelização do cliente

Por que isso é tão importante para Vargem Grande Paulista, que vive um momento de expansão comercial e aumento do consumo local. A cidade tem crescido, atraído novos moradores e fortalecido seu comércio de bairro, mas ainda existe um grande potencial não explorado.

Para que esse crescimento seja sustentável, é essencial que os comerciantes da cidade busquem profissionalizar suas marcas, modernizar seus pontos de venda e oferecer experiências que estimulem a economia circular.

Quando uma loja investe em visual merchandising, ela: se torna mais competitiva contra grandes redes, atrai consumidores que antes buscavam outras cidades, gera mais fluxo nas ruas comerciais, movimenta fornecedores locais, e contribui diretamente para a economia da cidade.

Um comércio bem estruturado cria um efeito dominó: mais clientes, mais negócios abertos, mais empregos, mais circulação financeira. Vargem Grande Paulista tem tudo para se tornar um polo comercial ainda mais forte — e a profissionalização visual das marcas é uma das chaves para isso.

Como arquiteta e especialista em VM, o que busco entregar? Minha atuação une técnica e estratégia comercial. Antes de projetar, estudo: o público da marca, o comportamento de compra, o percurso do cliente dentro da loja, a organização visual, e como cada metro do espaço pode gerar mais resultado. O objetivo é claro: transformar a loja em um ambiente que encanta, comunica e vende.

Transformar para crescer

O ano de 2026 será de oportunidades para o comércio de Vargem Grande Paulista. Empreendedores que investirem em identidade, experiência e profissionalização estarão um passo à frente.

Com isso deixo meu convite: olhe para sua loja como seu principal ativo. Quando o espaço comunica quem você é, o cliente reconhece valor — e a cidade inteira cresce junto.

ACE prepara a 11ª edição do Prêmio Melhores do Ano



A tradição de celebrar o empreendedorismo que impulsiona Vargem Grande Paulista continua! A Associação Comercial e Empresarial (ACE) já está nos preparativos para a próxima edição do Prêmio Melhores do Ano, que revelará os comércios, serviços e profissionais que mais se destacaram ao longo de 2025.

Assim como na memorável celebração realizada em março deste ano, que consagrou os destaques de 2024 em uma noite de marcante no CEFOR ACE, a próxima cerimônia será um marco de reconhecimento, networking e confraternização. A data oficial será divulgada em breve, mas você já pode reservar seu lugar nesta festa que valoriza quem faz a cidade crescer com dedicação e excelência.

É a hora de se preparar para ver seu nome ou sua empresa no palco da consagração, ao lado das principais lideranças da cidade. Fique atento às próximas informações e garanta seu convite para celebrar o que há de melhor no comércio e nos serviços de Vargem Grande Paulista!



INGLÊS FISK

VOCÊ LIVRE PARA FALAR COM O MUNDO

QUER FAZER ACONTECER? FAÇA FISK.

- ✓ **Experiência Digital Completa**
Plataforma Cyber Fisk, games, apps, QR codes, e-books, materiais digitais e muito mais
- ✓ **Do Jeito que Você Costuma Aprender**
Turmas regulares ou personalizadas
- ✓ **Inglês em 18 Meses**
Curso intensivo - Speed
- ✓ **Área de Turismo**
Curso prático e objetivo - May I Help You?
- ✓ **Imersão e Entretenimento**
Intercâmbios, viagens e acampamentos
- ✓ **Certificações Internacionais**
Qualificação e reconhecimento no mercado

MATRICULE-SE JÁ!
• AULAS PRESENCIAIS OU ON-LINE •

INGLÊS ESPANHOL INFORMÁTICA PROFISSIONALIZANTE

TÃO TÃO FISK

FISK.COM.BR FISKCENTRODEENSINO FISKOFICIAL (11) 98857-7463

Jornal da ACE segue como referência em informação e desenvolvimento local

Ao longo de 2025, o Jornal da ACE reafirmou, edição após edição, seu papel fundamental como um dos pilares da comunicação em Vargem Grande Paulista. Com quase duas décadas de trajetória, o veículo consolida-se não apenas como informante, mas como um ativo participante no desenvolvimento da cidade, pautado por seriedade, ética e um profundo compromisso com a qualidade das informações.

Nas capas de 2025, acompanhamos de perto o desenvolvimento socioeconômico da cidade. Noticiamos a chegada de novos empreendimentos como o primeiro cinema, o primeiro boliche e o inovador complexo EcoMal, além de acompanhar a expansão de franquias e o fortalecimento do setor de serviços.

Noticiamos temas cruciais como as mudanças e audiências sobre a Zona Azul, a futura instalação do Ganha Tempo, os protestos contra o pedágio na Rodovia Raposo e as implicações da Reforma Tributária para os empresários. Demos voz e espaço de destaque ao empreendedorismo feminino, aos negócios familiares, e celebramos o sucesso na tradicional premiação "Melhores do Ano". Prestigiamos, ainda, iniciativas locais como o projeto social "Isopor com Elas".

Valorizamos a cultura, com a Paixão de Cristo

e a festa de aniversário da cidade; a saúde, com campanhas como Outubro Rosa e a nova NR-01 sobre saúde mental; a segurança, com a expansão do videomonitoramento; e a educação, com projetos nas escolas e o reconhecimento do Colégio Innovare no judô.

O Jornal da ACE contou em suas edições com a contribuição de profissionais gabaritados de diversas áreas, que atuaram como colunistas e trouxeram artigos, análises e orientações especializadas para o público leitor.

Mais do que noticiar, este veículo de comunicação atua como agente de conexão e valorização. Incentiva a população a prestigiar o comércio local em datas como Dia dos Namorados, Dia das Mães, Black Friday, Natal, e fomenta a capacitação por meio de feiras e cursos do Sebrae.

Em 2025, reafirmamos nossa missão: ser um canal confiável, que informa com imparcialidade, celebra as conquistas, discute os desafios e, acima de tudo, reforça os laços que fazem de Vargem Grande Paulista uma cidade em constante evolução. Seguiremos, em 2026, como a voz ética e o registro fiel do progresso de Vargem Grande Paulista.



Natal Seguro 2025: segurança reforçada e trânsito especial no comércio de VGP

Ação conjunta busca prevenir furtos, organizar o tráfego e oferecer mais tranquilidade a quem compra e trabalha no comércio local

Com a aproximação do Natal e o aumento tradicional no movimento do comércio local, a Prefeitura de Vargem Grande Paulista dará início a uma série de ações para reforçar a segurança, melhorar o fluxo de veículos e oferecer mais tranquilidade a lojistas e consumidores. As medidas fazem parte da operação “Natal Seguro 2025”, coordenada pela Secretaria Municipal de Segurança Pública, Trânsito e Preservação do Patrimônio.

A operação prevê intensificação do patrulhamento em toda a área central e nos pontos de maior concentração de lojas. A Guarda Municipal atuará com equipes a pé, circulando entre os estabelecimentos, conversando com comerciantes e orientando consumidores para prevenir furtos, roubos e situações de risco comuns no período de compras natalinas.

Orientações para lojistas

A Secretaria destaca que a atenção redobrada no início e no fim do expediente é essencial. Entre as recomendações principais estão:

- Cuidar especialmente dos momentos de abertura e fechamento das lojas, quando há maior vulnerabilidade;
- Ficar atento a motociclistas com garupa, sobretudo quando apenas o passageiro desembarca;
- Evitar deixar a porta “meio aberta” no encerramento do dia, pois prejudica a observação dos

agentes de segurança;

- Antes de abrir o comércio, verificar se não há pessoas suspeitas nas proximidades;
- Integrar as câmeras do estabelecimento ao Centro Operacional de Inteligência (COI) da Guarda Municipal medida que, segundo a Secretaria, fortalece a prevenção para todo o setor comercial;

Cuidados para consumidores

Com o aumento no fluxo de pessoas, a orientação é que o público adote medidas simples que podem evitar transtornos:

- No uso de caixas eletrônicos, não aceitar ajuda de estranhos;
- Manter carteira e celular em locais seguros, evitando bolsos traseiros;
- Em pagamentos via PIX, conferir valor e recebedor;
- Ao estacionar, observar atentamente o entorno do veículo;

Trânsito: fluxo deve aumentar 25%

Para dezembro, a expectativa é de um aumento de cerca de 25% no fluxo de veículos no centro da cidade. Por isso, as equipes de trânsito também farão parte da operação “Natal Seguro”, trabalhando em regime especial, das 10h às 21h, de segunda a domingo.

Entre as medidas adotadas estão:

- Ampliação da fiscalização e presença de mais agentes nas ruas;
- Renovação da sinalização viária em diversos pontos da cidade para melhorar a orientação dos motoristas;

A orientação para motoristas e comerciantes é seguir rigorosamente as regras do Código de Trânsito Brasileiro (CTB), respeitar vagas, evitar paradas irregulares e colaborar para que o fluxo se mantenha organizado. A Secretaria reforça que a população pode acionar a Guarda Municipal em caso de emergência ou suspeita pelo WhatsApp da GCM: (11) 4158-1331.



Que a esperança e a renovação que marcam o Natal também inspirem novos projetos. E que 2026 seja um ano de prosperidade, crescimento coletivo e conquistas ainda maiores para todos que fazem o comércio e a indústria de Vargem Grande Paulista pulsar.

Natal no Shopping Central Park tem brindes e programação infantil

O Shopping Central Park, entre Vargem Grande Paulista e Cotia, lançou sua Campanha de Natal 2025. Até o dia 24 de dezembro, a cada R\$ 400 em compras nas lojas participantes, o cliente ganha um Panetone Gotas de Chocolate da Brasil Cacau (limitado a três por CPF). A troca deve ser feita no Piso Subsolo.

A decoração tem o tema “Natal nas Alturas”, e Papai Noel atenderá para fotos de terça a domingo, das 12h às 20h, com horários especiais nos dias 22, 23 e 24 de dezembro. O shopping também oferece oficinas gratuitas para crianças de 4 a 12 anos:

- Cupcake, nos dias 13 e 14/12
- Cartão de Natal, nos dias 20 e 21/12

Endereço: Av. Ivo Mario Isaac Pires, 4.040, Tijuco Preto, Vargem Grande Paulista.



O que escolher neste Natal?

Veja as tendências e as dicas do comércio local

As projeções para o Natal de 2025 pintam um cenário promissor para o comércio, mesmo em um ano de incertezas econômicas. Segundo a pesquisa de “Intenção de Compras para o Natal 2025”, realizada pela Confederação Nacional de Dirigentes Lojistas (CNDL) e pelo Serviço de Proteção ao Crédito (SPC Brasil), em parceria com a Offerwise Pesquisas, 76% dos brasileiros pretendem comprar presentes para as festas de fim de ano.

Com um tíquete médio estimado em R\$ 174 por item (R\$ 37 acima de 2023), o Natal tem potencial para movimentar R\$ 84,9 bilhões na economia. A maior parte dos consumidores planeja comprar quatro presentes, número que sobe para cinco entre as classes A e B.

Entre os itens mais procurados estão roupas, perfumes e cosméticos, calçados, brinquedos e acessórios. Para uma parcela crescente dos compradores, há também a escolha por “presentes-experiências” — como viagens, jantares e passeios — em vez de produtos materiais.

Apesar do avanço das compras on-line, o comércio físico continua forte: 75% dos consumidores afirmam que vão adquirir ao menos parte dos presentes presencialmente, seja em lojas de rua ou shopping centers.

Em Vargem Grande Paulista, o comércio já se organiza para atender ao aumento esperado no fluxo de consumidores. Nas semanas que antecedem o Natal, muitas lojas funcionarão em horário estendido, abrindo mais cedo e fechando por volta das 20h30, e também abrirão aos domingos, ampliando as oportunidades de compra para quem tem a rotina mais apertada.

Com base nesses dados, Vargem Grande Paulista pode se preparar para um Natal de maior movimentação, com a expectativa de que o comércio local saia fortalecido. E se você está em busca de boas ideias, confira as dicas de presentes sugeridas pelo comércio da cidade — há opções para todos os gostos. **Confira abaixo as sugestões de presente para este Natal:**



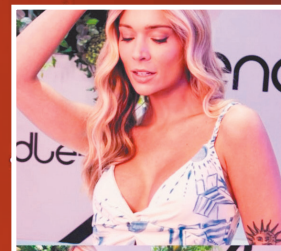
Loja Rivan Store
Rua José Manoel de Oliveira - Centro - VGP



Loja Brilho da Vargem
Rua Valêncio Soares Rodrigues, Centro - VGP



Loja Empório Chokolates
Av. Presidente Tancredo Neves, Centro - VGP

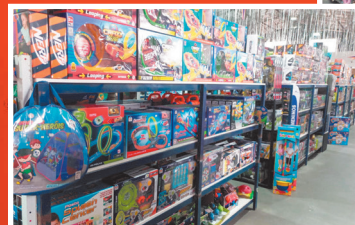


Center Tudo Mega Store
Av. Pres. Tancredo Neves
Centro - VGP

Loja Rivan Calçados
Av. Elias Alves da Costa, Centro - VGP



Papelaria Mix Paper
Rua Leonardo Soares Rodrigues, Centro - VGP





Por: Janaína Tanze

Fisioterapeuta pós-graduada em reabilitação cardiopulmonar pelo Hospital Albert Einstein

Diabetes: uma epidemia silenciosa que assola o mundo

A diabetes esta cada vez mais presente em nosso meio, no Brasil atinge cerca de 10,2% da população adulta, aproximadamente 20 milhões de pessoas de acordo com a sociedade brasileira de diabetes (fora os casos não notificados). E a nível mundial, é a 5º maior causa de morte. Mas o que de fato é a diabetes?

É uma doença metabólica crônica causada pelo aumento da glicose sanguínea (hiperglicemia), que pode estar relacionada a não produção ou produção insuficiente de insulina pelo pâncreas ou ainda, quando o organismo não é capaz de usa-la de maneira eficaz. O papel crucial da insulina é colocar a glicose dentro da célula para ser utilizada como energia, então, quando isso não ocorre, a glicose se acumula no sangue.

Existem tipos de diabetes, os principais são:

- Diabetes tipo 1: ocorre um problema na produção de insulina pelo Pâncreas, normalmente é diagnosticado em pacientes jovens e, necessitam do uso de insulina injetável.
- Diabetes tipo 2: há diminuição na produção de insulina ou, como na maioria dos casos, por algum motivo o organismo não consegue usar a insulina produzida. É a forma mais comum, e normalmente esta relacionada com outras alterações, como obesidade por exemplo.

O diagnostico é feito através de exames de sangue que medem a glicose. (Níveis de glicemia em jejum acima de 126mg/dL já são considerados diabetes).

Como se trata de uma doença sistêmica, a glicose acumulada no sangue pode trazer diversas alterações no organismo, tais como:

- Cardiovasculares: aumenta o risco de doenças cardíacas, infartos, aterosclerose e AVC.
- Nefropatia diabética: alteração nos rins causada pela diabetes, provocando doença renal crônica que pode se agravar, gerando falência renal e necessidade de hemodiálise.
- Retinopatia diabética: lesão da retina causada pelo aumento de glicose, podendo agravar-se e levar a cegueira.
- Neuropatia diabética: danos aos nervos que causam diminuição da sensibilidade, principalmente de extremidades, como mãos e pés. Essa alteração, associada a problemas vasculares também causados pela glicemia elevada explicam uma alteração bem comum nesse grupo de pacientes: o Pé diabético (feridas que demoram a cicatrizar, muitas vezes o paciente nem sabe que tem a ferida e em alguns casos necessitam de amputação).

Os principais sinais e sintomas estão listados abaixo e devem ser motivo de atenção, pois a diabetes pode ser silenciosa: aumento da sede e da fome; urina frequente; fadiga e cansaço extremo; perda de peso inexplicável; visão embaçada; cicatrização lenta; formigamento ou dormência – principalmente nas mãos e pés.

É fundamental manter hábitos de vida saudáveis para prevenir e controlar a diabetes, como o controle do peso, atividade física regular, evitar uso de álcool e tabaco, e, principalmente manter uma alimentação saudável – reduzindo o consumo de açúcar, sal e gorduras, e incluindo mais verduras, frutas e legumes.

O tratamento vai depender de cada caso, alguns vão precisar de medicação outros não, mas todos, sem exceção, precisarão ter a consciência da mudança de hábitos e o acompanhamento constante. A adoção de hábitos de vida saudáveis são primordiais para o sucesso do tratamento e longevidade sem complicações, bem como para a prevenção e manutenção da qualidade de vida. Cuide-se!

Os melhores presentes são os
momentos vividos
 com quem faz a diferença.



Que os próximos
 dias sejam leves e
 cheios de presença
 verdadeira.

**Boas
 festas!**

Gaia Tecidos: onde linhas e afetos tecem o futuro das crianças

Além do comércio, loja em Vargem Grande Paulista se transforma em polo de oficinas manuais que substituem telas por criatividade, concentração e novas amizades

Em um cenário onde o digital domina a atenção das novas gerações, um empreendimento em Vargem Grande Paulista tem conseguido um feito notável: fazer com que crianças troquem voluntariamente tablets e celulares por linhas, agulhas e muita criatividade. A Gaia Tecidos, muito mais do que uma loja de materiais para costura e artesanato, transformou-se em um polo de aprendizado manual e convivência, onde pequenos dedos aprendem a tecer não apenas amigurumis (bonecos de crochê), mas também amizades, paciência e resiliência.

A história da Gaia começou em 2024, idealizada pela nutricionista e empresária Fernanda Teixeira de Lauro, de 47 anos. A ideia nasceu de uma necessidade local percebida durante suas próprias aulas de costura. “A ideia nasceu após encontros com um amigo, Tiago, que possui uma indústria têxtil. Na época, eu estava fazendo aulas de costura aqui em Vargem Grande Paulista com a Dona Mana e percebi a grande lacuna na região: a falta de uma loja de tecidos e aviamentos completa”, conta Fernanda. “O Gaia nasceu para suprir essa necessidade local, oferecendo comodidade e um mix de produtos diferenciado.”

O diferencial da loja, localizada região central da cidade, está na flexibilidade e na experiência oferecida. Segundo Fernanda, a loja é uma das poucas que oferece venda fracionada de tecidos a partir de 10 cm, permitindo que o cliente compre exatamente o que precisa, sendo ideal para pequenos projetos e testes. Os fios amigurumi a granel também é outro diferencial, garantindo economia e sustentabilidade para os artesãos.

Mas a Gaia vai além da variedade de tecidos, feltros e fios. O grande motor de transformação são as oficinas e aulas. Inicialmente voltadas para adultos, elas ganharam um capítulo especial em julho de 2025, com a primeira colônia de férias para crianças a partir de 6 anos, focada na técnica do amigurumi.

O objetivo, segundo Fernanda, vai muito além de apenas ‘fazer arte’; trata-se de um desenvolvimento integral. “A meta inicial é realmente manter as crianças ocupadas e longe das telas, oferecendo uma alternativa tangível e enriquecedora”. Ela destaca os benefícios observados: “Consequentemente, o trabalho manual estimula de forma poderosa a coordenação motora fina, o raciocínio lógico e matemático ao contar pontos, a criatividade e interpretação de texto e a



Fernanda Teixeira, idealizadora da Gaia Tecidos

resiliência”, destacou a empreendedora ao Jornal da ACE.

Os resultados são palpáveis dentro da sala de aula. “Temos notado um interesse crescente e muito positivo desde o início das oficinas. O contraste com o ambiente digital é notável: as crianças ficam visivelmente mais calmas, focadas e comunicativas na ausência das telas”, relata a idealizadora. A socialização floresce. “Elas trocam ideias, compartilham técnicas e se ajudam mutuamente com a maior naturalidade. Temos crianças de escolas e bairros diferentes que trocam contatos e, mais notavelmente, fazem questão de se inscrever no mesmo horário para poderem se encontrar e trabalhar juntas”.

O sucesso é tanto que as vagas são limitadas e demandam inscrição antecipada, uma forma de garantir a qualidade do atendimento. O projeto da Colônia de Férias, inaugurado em julho de 2025, segue firme. A edição de verão ocorre às quintas-feiras, das 14h às 18h, até o final de janeiro de 2026, mesclando projetos manuais, lanches e brincadeiras.

Para o futuro, Fernanda planeja expandir o leque de atividades infantis, incluindo pintura em tecido e introdução lúdica à costura. Ela também deixa uma mensagem para outros empreendedores: “Qualquer loja que trabalhe com produtos voltados para crianças ou famílias tem um potencial inexplorado para ir além do comércio. Oferecer um evento, uma oficina ou um treinamento é uma forma poderosa de criar comunidade, agregar valor e, principalmente, cumprir um papel social ativo: o de tirar as crianças de frente das telas”.

A Gaia Tecidos prova, ponto a ponto, que é possível fazer negócios com propósito, unindo comércio, educação e desenvolvimento social. Em suas prateleiras, carretéis de linha se entrelaçam com histórias de superação, concentração e novas amizades, tecendo um futuro mais manual e humano para Vargem Grande Paulista.

Serviço:

Colônia de Férias - dias 18 de Dezembro e 8, 15, 22 e 29 de Janeiro

Horário - 14h às 18h | Valor R\$ 80,00 por dia

Oficinas de Amigurumi, atividades criativas e muitas brincadeiras!

Inscrições: 11 991711610 | @gaiatecidos



Thais Fidelis, professora de amigurumi



Por: Viviane Madeira S. Girolardo

Corretora de Seguros, formada em Administração de Empresas. Atua há 18 anos no mercado financeiro e está há 9 anos à frente da VITTORISA Seguros & Planos de Saúde, empresa dedicada a proteger famílias e auxiliar na realização de sonhos por meio de seguros, consórcios e planos de saúde.

Fim de ano é tempo de olhar para trás com gratidão e para frente com propósito

Dezembro sempre nos convida a uma pausa: avaliar o que vivemos, reconhecer nossos desafios e celebrar cada vitória, por menor que seja. Mas também é um período ideal para pensar no que desejamos construir no próximo ano — e isso inclui cuidar daquilo que é mais precioso: a vida, a família e o patrimônio.

Aprendemos, especialmente nos últimos tempos, que imprevistos acontecem e que se preparar é uma forma de viver com mais tranquilidade. Por isso, refletir sobre proteção é essencial: seja a proteção de bens do dia a dia, seja o planejamento de conquistas futuras por meio de soluções como consórcios, ou ainda o cuidado com a saúde, que permanece como base para qualquer projeto. Quando organizamos esses pilares, criamos um caminho mais seguro para seguir adiante.

Quando unimos fé, propósito e planejamento, iniciamos o novo ano com mais equilíbrio, segurança e esperança. Que 2026 seja um tempo de recomeço para todos nós — e que cada família caminhe com serenidade, sabendo que está protegida para avançar na realização dos seus projetos e sonhos.

Confeitaria Sapore Moretti inaugura segunda loja

O crescimento da Confeitaria Sapore Moretti veio mais rápido do que as próprias fundadoras imaginavam. Menos de três meses após abrir a primeira loja física, as irmãs e sócias Isabela e Vyctoria Moretti inauguraram, no dia 20 de novembro, a segunda unidade da marca.

Segundo elas, a expansão sempre foi um sonho, mas não estava prevista para acontecer tão cedo. “A segunda loja não estava nos planos, mas surgiu como uma oportunidade. O espaço já era parcialmente estruturado, funcionava como uma loja e os antigos responsáveis estavam vendendo equipamentos. Para nós, fez muito sentido”, explicam.

A estrutura pronta foi um dos fatores decisivos. “O ponto tinha cozinha, salão e tudo que precisávamos para começar a operar. Decidimos arriscar porque é um local que aumenta muito nossa visibilidade. Muita gente ainda não conhece a Sapore, e ali vai passar a conhecer”, completam.



Para as irmãs, ver o negócio crescer tão rapidamente reforça o sentimento de conquista. “Hoje, olhar para tudo o que construímos e ver duas lojas inauguradas no mesmo ano é motivo de imensa gratidão.” A nova unidade da Sapore Moretti está localizada na Rodovia Raposo Tavares km 37, – Posto RT37 (ao lado do Burger King).



Villa's Chopp Artesanal:

O Sabor da Celebração no Seu

EVENTO OU NEGÓCIO.

CONSUTE DISPONIBILIDADE

RESERVA DE BARRIL PARA SUA FESTA (COM CHOPEIRA A GELO INCLUSA).

PARA SUA EMPRESA OU AONDE ACHAR MELHOR!

(11) 99512-6269

R. Ayl Bandeira, 2000, Parque belbancy, VGP







MDC Consultancy
 marketing digital e comunicação




Santa Clara
Laboratório Médico

Exames com excelência, atendimento com coração.


Esse é o jeito Santa Clara Laboratório de cuidar!



Exames laboratoriais, coleta externa e atendimento a diversos convênios

11 4158-3910  **11 97473-1729**

Vargem Grande Paulista / Caucaia do Alto - Cotia

 /santa.claralaboratorio  /santaclaralaboratoriomed

www.santaclaralab.com.br

Novas regras para tirar a CNH podem mudar formação de motoristas em todo o país

Autoescola Valmile avalia impactos e alerta para riscos na preparação dos condutores

O governo federal anunciou na última terça-feira (9/12), o programa CNH do Brasil, que oficializa as maiores mudanças no processo de habilitação em décadas. Entre as alterações, estão o fim das clínicas credenciadas, a renovação automática para grande parte dos condutores e a flexibilização na obrigatoriedade das aulas práticas dentro das autoescolas, permitindo que parte da formação seja feita com instrutores autônomos.

Com as novas regras, o candidato continua obrigado a realizar exames médicos e psicológicos — agora em qualquer profissional habilitado, sem necessidade de clínicas credenciadas — além das provas teórica e prática no Detran. No entanto, o treinamento prático poderá ser feito fora das autoescolas, desde que acompanhado por um instrutor independente previamente cadastrado. Esses profissionais deverão atender a requisitos como possuir veículo dentro das normas exigidas e comprovar experiência mínima na direção.

Outra mudança relevante é a renovação automática da CNH, que dispensará o condutor de exames periódicos em várias faixas etárias, exceto em casos específicos ou mediante recomendação médica. O governo afirma que as medidas visam reduzir burocracia, ampliar o acesso e modernizar o processo de habilitação.

As mudanças, porém, dividem opiniões entre especialistas e profissionais do setor. Em Vargem Grande Paulista, o proprietário de uma das instituições mais tradicionais da cidade, a Autoescola Valmile, Marinho — como é conhecido - afirma que a simples expectativa das alterações já vinha impactando o movimento.

“As pessoas estavam esperando ver se as mudanças seriam oficializadas, e isso já reduziu um pouco a procura”, comenta. Mesmo após o anúncio, ele acredita que o impacto imediato ainda será moderado. “Para a gente, num primeiro momento, não deve afetar muito porque os exames continuam normais. Aqui tudo segue igual por enquanto, vamos ver depois que começar a valer na prática”, afirma.

Marinho também destaca que o setor deve continuar se mobilizando politicamente. “As autoescolas vão tentar derrubar alguns pontos da medida. Já existe uma comissão no Congresso



discutindo isso”, reforça. Sobre os instrutores autônomos, o empresário demonstra preocupação. “Ninguém quer ser instrutor autônomo. É muita burocracia: ter carro dentro do padrão exigido pelo Detran, fazer todas as adaptações e ainda comprovar cinco ou seis anos de experiência. Não é só fazer um curso e sair dando aula”, observa.

Ele acredita que, mesmo com a flexibilização, muitos candidatos continuarão optando pela formação tradicional. Um dos motivos é a carga horária mínima prevista. “Eles querem só duas horas de aula, mas quem vai aprender a dirigir em duas horas? Pelo menos umas 12 horas são necessárias para preparar bem um motorista”, defende.

Quanto ao discurso de que as mudanças tornam a CNH mais acessível, Marinho pondera: “Sim, pode popularizar. Mas também pode colocar mais gente despreparada no trânsito.” Com o anúncio oficial do CNH do Brasil, autoescolas, instrutores e futuros condutores agora aguardam os próximos passos dos Detrans e do Contran para regulamentar e detalhar a aplicação das novas regras. Enquanto isso, o setor segue dividido entre a promessa de maior acessibilidade e o receio de que a qualidade da formação seja prejudicada.

Retrospectiva 2025 – Cinco Anos de Conquistas, Propósito e Transformação

O ano de 2025 foi de celebração e grandes conquistas para o Colégio Innovare VGP, que completou cinco anos de história com o mesmo propósito que o inspirou desde o início: oferecer uma educação acolhedora, inovadora e capaz de formar alunos protagonistas de suas próprias jornadas.



Ao longo do ano, nossos alunos participaram de projetos pedagógicos que valorizam o protagonismo e o aprendizado ativo. O Innovare também se destacou nas olimpíadas educacionais, conquistando medalhas e reconhecimentos nacionais, como o ouro na Olimpíada Nacional de Eficiência Energética (ONEE), reflexo do compromisso com a excelência e o incentivo à participação, experiências e à curiosidade.



Encerramos o ano com uma conquista que nos enche de orgulho: o Colégio Innovare VGP foi eleito novamente a Melhor Escola de Vargem Grande Paulista pelo LocalBest 2025. Esse reconhecimento é resultado de um trabalho feito com amor, dedicação e parceria entre escola, famílias e alunos. Cada conquista reforça nossa missão de educar com propósito, inspirar o aprendizado e preparar nossos alunos para o futuro.



Matrículas Abertas
2026

CEFOR ACE

Centro de Formação e Eventos



O espaço ideal para sua
Confraternização

salão para eventos sociais, corporativos,
palestras e treinamentos

- Mais de 1.000m²
- Mezanino, Salas p/ cursos
- Estacionamento
- Cozinha

Estrada da Bonanza, 781 - Vargem Grande Paulista
11 4159-1053 | www.acevgp.com