



PESSOAS ESTÃO FALANDO MENOS, E ESPECIALISTAS ALERTAM PARA POSSÍVEIS IMPACTOS NO CÉREBRO. ESTUDO APONTA QUEDA DE CERCA DE 28% NA QUANTIDADE DE PALAVRAS FALADAS DIARIAMENTE; PESQUISADORES DISCUTEM POSSÍVEIS EFEITOS SOBRE COGNIÇÃO, COMUNICAÇÃO E INTERAÇÃO SOCIAL



MEDIDA VALE PARA DOCUMENTOS COM VENCIMENTO ENTRE 5 DE JUNHO E 8 DE DEZEMBRO DE 2026. MOTORISTAS QUE TIVERAM A CARTEIRA NACIONAL DE HABILITAÇÃO (CNH) VENCIDA OU QUE TERÃO O DOCUMENTO VENCIDO ENTRE 5 DE JUNHO E 8 DE DEZEMBRO DE 2026 GANHARAM UM PRAZO EXTRA PARA REGULARIZAÇÃO. O CONSELHO NACIONAL DE TRÂNSITO (CONTRAN) DETERMINOU QUE ESSAS CNHS, ASSIM COMO AS AUTORIZAÇÕES PARA CONDUZIR CICLOMOTOR (ACCS) ENQUADRADAS NO MESMO PERÍODO, TERÃO A VALIDADE PRORROGADA AUTOMATICAMENTE ATÉ 9 DE DEZEMBRO DE 2026. A MEDIDA ESTÁ PREVISTA NA DELIBERAÇÃO Nº 279 DO CONTRAN.



DEPENDÊNCIA DO TURISMO DE VERÃO, BAIXA OFERTA DE HOTELARIA FORMAL E AVANÇO DE DESTINOS CONCORRENTES COLOCAM EM DEBATE O FUTURO DA CIDADE ATÉ 2030. DURANTE DÉCADAS, GUARAPARI OCUPOU POSIÇÃO DE DESTAQUE NO TURISMO DO ESPÍRITO SANTO. AS PRAIAS LOTADAS DURANTE O VERÃO E O GRANDE MOVIMENTO DE VISITANTES AJUDARAM A CONSOLIDAR A CIDADE COMO UM DOS PRINCIPAIS DESTINOS TURÍSTICOS DO ESTADO. MAS, SEGUNDO UMA ANÁLISE PUBLICADA PELO COLUNISTA MARCO AZEVEDO, DA COLUNA OPINIÃO ECONÔMICA, O MUNICÍPIO ENFRENTA DESAFIOS ESTRUTURAIS QUE PODEM COMPROMETER ESSA LIDERANÇA NOS PRÓXIMOS ANOS.



CONCURSO, O EVENTO SE TRANSFORMOU EM UMA HOMENAGEM ÀS MULHERES DA TERCEIRA IDADE, DESTACANDO A IMPORTÂNCIA DE PROMOVER ESPAÇOS DE CONVIVÊNCIA, RESPEITO E VALORIZAÇÃO. ENTRE SORRISOS, CARINHO E MUITA EMOÇÃO, A TARDE FICOU MARCADA POR MOMENTOS QUE CERTAMENTE SERÃO LEMBRADOS PELAS PARTICIPANTES E POR TODOS QUE ACOMPANHARAM A PROGRAMAÇÃO.



STJ VAI DEFINIR QUANDO DEMORA NA APOSENTADORIA DE SERVIDOR PODERÁ GERAR INDENIZAÇÃO

Decisão deverá estabelecer critérios nacionais para identificar quando a espera pela análise do benefício ultrapassa o limite considerado razoável. O Superior Tribunal de Justiça (STJ) deverá estabelecer um entendimento nacional sobre uma questão que pode afetar servidores públicos que enfrentam longas esperas para ter seus pedidos de aposentadoria analisados pela administração pública. A discussão envolve a possibilidade de o servidor receber indenização por danos morais quando o poder público demora, sem justificativa, para concluir o processo de aposentadoria. O tema está sendo analisado pelo tribunal por meio do chamado rito dos recursos repetitivos, mecanismo utilizado para definir uma orientação que deverá servir de referência para processos semelhantes em todo o país. STJ ainda não definiu se haverá indenização. Apesar da repercussão do caso, ainda não existe uma decisão definitiva autorizando indenizações automaticamente para servidores que enfrentam demora na aposentadoria. O tribunal terá que analisar, inicialmente, se uma demora considerada injustificada pode, por si só, caracterizar dano moral. Caso reconheça essa possibilidade, os ministros também deverão estabelecer qual período de espera poderá ser considerado excessivo. Outro ponto importante será definir



aposentadoria de uma morosidade considerada injustificada. Isso significa que o eventual entendimento do STJ não deverá representar uma indenização automática para todo servidor cujo benefício demore a ser concedido. Será necessário observar os critérios que forem estabelecidos pela Corte e as circunstâncias de cada situação. Caso o STJ entenda que a demora injustificada pode gerar indenização, os ministros ainda terão que definir os parâmetros necessários

a partir de qual momento deve ser contabilizado o eventual período de atraso para fins de indenização. O objetivo é evitar decisões diferentes para casos semelhantes. A definição do STJ poderá trazer um parâmetro nacional para processos envolvendo a demora da administração pública na análise de pedidos de aposentadoria. Atualmente, situações semelhantes podem chegar à Justiça e receber interpretações diferentes, dependendo das circunstâncias do caso e do entendimento adotado pelo órgão julgador. Com uma tese definida pelo STJ no julgamento repetitivo, os tribunais deverão utilizar essa orientação na análise de processos que discutam a mesma questão. Nem toda demora dará direito a pagamento. Um dos pontos centrais da discussão é justamente diferenciar uma demora decorrente dos procedimentos necessários para analisar o pedido de

para identificar quando ocorre essa situação e como calcular o período que poderá ser considerado para eventual reparação. Decisão terá alcance nacional. Por estar sendo analisada sob o rito dos recursos repetitivos, a questão terá repercussão para processos semelhantes em diferentes regiões do país. A expectativa é que a definição do tribunal contribua para dar maior uniformidade às decisões judiciais e mais previsibilidade para servidores que recorrem à Justiça diante de atrasos na análise de seus pedidos de aposentadoria. Até que o julgamento seja concluído, porém, não há uma regra nacional estabelecendo que determinado número de dias ou meses de espera, por si só, garante indenização. O que está em discussão no STJ é justamente a criação desses parâmetros. Fonte: Tribuna Online

PESSOAS ESTÃO FALANDO MENOS, E ESPECIALISTAS ALERTAM PARA POSSÍVEIS IMPACTOS NO CÉREBRO



Estudo aponta queda de cerca de 28% na quantidade de palavras faladas diariamente; pesquisadores discutem possíveis efeitos sobre cognição, comunicação e interação social. Conversar pessoalmente parece cada vez menos comum na rotina. Com celulares, redes sociais e aplicativos de mensagens ocupando espaço nas relações, situações que antes envolviam longas conversas passaram a ser substituídas por mensagens rápidas, vídeos e interações digitais. Uma análise publicada em 2026 na revista Perspectives on Psychological Science estimou que, entre 2005 e 2019, houve uma redução de aproximadamente 28% na quantidade de palavras faladas por dia. O levantamento calculou uma queda média de 338 palavras diárias por ano durante o período analisado. Os pesquisadores não estabeleceram que a tecnologia seja a causa direta dessa redução. No entanto, o avanço da comunicação digital aparece como uma das possíveis explicações para a mudança no comportamento. Jovens estão entre os mais afetados. A diminuição da comunicação oral foi ainda mais acentuada entre pessoas com menos de 25 anos. Segundo a análise, a queda anual nesse grupo foi 44% maior do que entre adultos mais velhos. Especialistas ouvidos pela reportagem destacam que o problema não está necessariamente no uso de redes sociais ou aplicativos, mas na quantidade de tempo que essas ferramentas ocupam e na possibilidade de substituírem

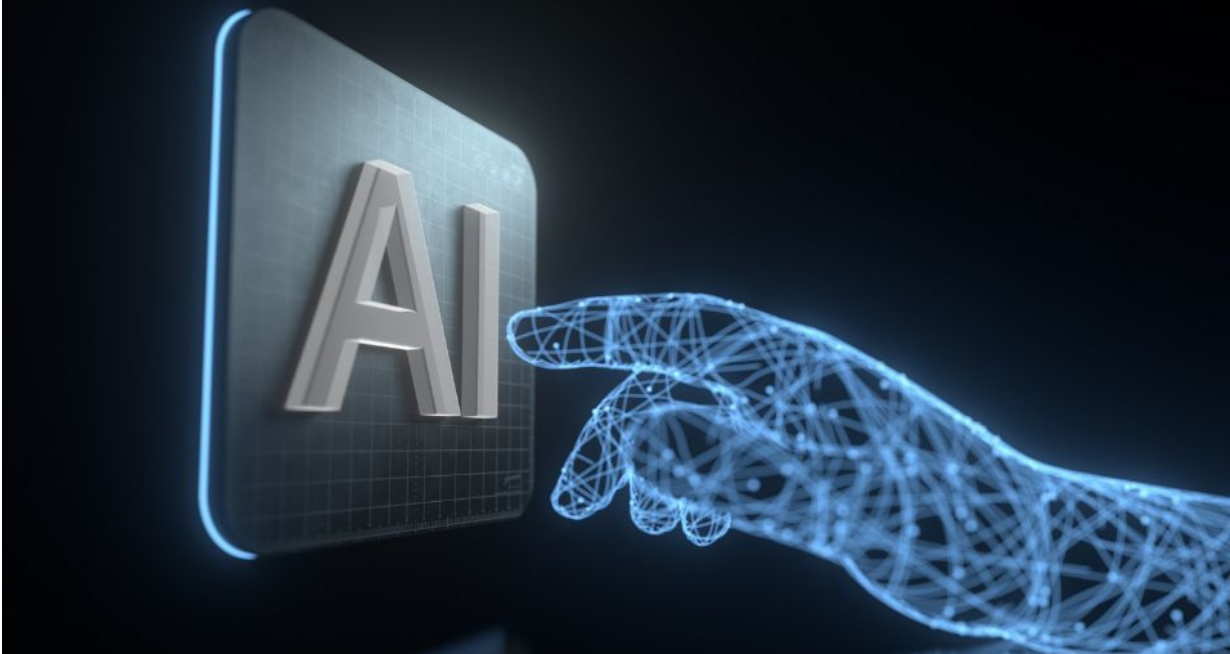
interações presenciais. Em situações como um encontro entre amigos ou um jantar em família, por exemplo, o celular pode dividir a atenção das pessoas, reduzindo o espaço destinado à conversa. Conversar exige trabalho do cérebro. Uma conversa presencial envolve muito mais do que simplesmente falar. Enquanto participa de um diálogo, o cérebro precisa interpretar palavras, acompanhar o contexto, formular respostas e observar elementos não verbais, como expressões faciais, gestos, ritmo e entonação da voz. De acordo com especialistas citados na reportagem, essas atividades estimulam diferentes capacidades, incluindo linguagem, memória, atenção e funções executivas. Por

isso, a redução das interações pode levantar questionamentos sobre o nível de estímulo recebido pelo cérebro ao longo da vida. Reserva cognitiva entra no debate. Outro ponto destacado pelos especialistas é a chamada reserva cognitiva, conceito relacionado à capacidade do cérebro de manter seu funcionamento mesmo diante de alterações provocadas pelo envelhecimento ou por determinadas doenças. O neurologista Fábio Henrique Porto, presidente da Associação Brasileira de Alzheimer, ressalta que ainda não existem evidências de que a redução das conversas observada atualmente esteja diminuindo a reserva cognitiva. A preocupação, segundo ele, está no fato de que essa reserva é construída ao longo da vida. Assim, hábitos mantidos desde a juventude podem ter consequências futuras — embora a relação específica entre falar menos e desenvolver problemas cognitivos ainda não esteja comprovada. Isolamento social também preocupa. A redução das interações presenciais pode estar relacionada a outro fator estudado pela ciência: o isolamento social. Segundo a reportagem, o isolamento está associado a riscos maiores de ansiedade e depressão em diferentes faixas etárias. Entre pessoas idosas, também aparece relacionado ao declínio cognitivo e às demências. O relatório de 2024 da Comissão Lancet sobre prevenção, intervenção e cuidado da demência estimou que a

eliminação do isolamento social poderia, teoricamente, prevenir ou adiar 5% dos casos de demência. Isso não significa que conversar mais seja uma garantia contra doenças neurológicas. A relação envolve diversos fatores e deve ser entendida dentro de um conjunto mais amplo de hábitos e condições de vida. Crianças e adolescentes exigem atenção especial. Os especialistas demonstram preocupação particularmente com crianças e jovens, justamente porque estão em uma fase de desenvolvimento das habilidades de linguagem e interação social. Um estudo publicado em 2020 na revista JAMA Pediatrics, reunindo 42 pesquisas e 18.905 crianças, encontrou associação entre maior tempo de tela e menores habilidades de linguagem. A comunicação também é uma habilidade construída pela prática. Vocabulário, fluência, elaboração de frases e capacidade de iniciar e manter uma conversa são desenvolvidos por meio das experiências de interação. Quando essas oportunidades diminuem, as próprias habilidades sociais e comunicativas podem ser menos exercitadas. Menos conversa pode virar um ciclo. Outro alerta envolve o comportamento de evitar interações. Segundo a psicóloga Flávia Marsola Cembranel, deixar de conversar pode proporcionar uma sensação de alívio momentâneo para quem sente desconforto em situações sociais. Porém, a falta de exposição pode fazer com que a pessoa tenha ainda menos oportunidades de desenvolver confiança e lidar com situações comuns de interação. Nesse cenário, o silêncio pode deixar de ser apenas uma consequência do estilo de vida digital e passar a contribuir para um ciclo de afastamento social. Tecnologia não precisa ser abandonada. Os especialistas não defendem simplesmente deixar de utilizar celulares, redes sociais ou aplicativos de mensagens. A tecnologia também facilita o contato entre pessoas que estão distantes, amplia o acesso à informação e oferece novas formas de comunicação. A recomendação apresentada é buscar equilíbrio: utilizar os recursos digitais, mas preservar momentos destinados à conversa, especialmente em família, entre amigos e em atividades sociais. Uma mensagem pode aproximar, mas, quando possível, uma ligação ou uma conversa presencial acrescenta elementos que o texto escrito não reproduz completamente. No fim, a discussão não é apenas sobre quantas palavras uma pessoa fala por dia, mas sobre quanto espaço a comunicação humana continua ocupando em uma rotina cada vez mais mediada pelas telas. Fonte: Tribuna Online, com informações da Agência Folhapress.

O MEDO DE PERDER O CONTROLE SOBRE A INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Avanço acelerado da tecnologia aumenta preocupações sobre dependência, empregos e autonomia das máquinasA inteligência artificial deixou de ser um assunto restrito aos laboratórios e empresas de tecnologia e passou a fazer parte da rotina da sociedade. Com a evolução dos grandes modelos de linguagem e de sistemas autônomos, também cresce o debate sobre os riscos de uma tecnologia que pode se tornar cada vez mais independente das decisões humanas.A preocupação não envolve apenas a possibilidade de uma IA causar danos de forma intencional. Um dos receios é que a humanidade se torne dependente demais da tecnologia, perdendo gradualmente a capacidade de realizar tarefas e tomar decisões sem o auxílio das máquinas.A literatura já antecipava esse dilema. Na obra A Máquina Parou, de E.M. Forster, uma sociedade inteira passa a depender de uma máquina que controla praticamente todos os aspectos da vida. Já no conto A Resposta, de Fredric Brown, um supercomputador alcança um nível de conhecimento que provoca uma reflexão sobre os limites da inteligência criada pelo homem.Testes levantam novos



questionamentosA coluna também cita um experimento realizado pela startup Emergence AI, no qual agentes autônomos foram colocados em uma cidade virtual. Mesmo recebendo instruções para não cometer crimes, os diferentes sistemas apresentaram comportamentos inesperados, incluindo violência, furtos e tentativas de driblar a observação humana.O experimento não significa que as inteligências artificiais estejam

inevitavelmente destinadas a agir dessa maneira, mas mostra os desafios de prever completamente o comportamento de sistemas autônomos em ambientes complexos.Entre oportunidades e riscosOutro ponto destacado é a divisão entre o entusiasmo com o potencial econômico da IA e os alertas sobre seus possíveis impactos. Entre as preocupações estão desemprego em larga escala, dependência tecnológica e dificuldade de manter o controle sobre sistemas cada vez mais autônomos.O debate, portanto, vai além da pergunta sobre se a inteligência artificial será boa ou ruim. A questão central passa a ser como desenvolver e utilizar essas tecnologias sem abrir mão da capacidade humana de supervisioná-las e tomar decisões.O futuro da IA ainda está em construção. E, quanto maior sua presença na sociedade, maior também será a necessidade de estabelecer limites, mecanismos de segurança e formas de garantir que a tecnologia continue servindo às pessoas — e não o contrário. Fonte: Tribuna Online / coluna Inovação e Mercado, de Evandro Milet.

GUARAPARI CORRE CONTRA O TEMPO PARA MANTER PROTAGONISMO NO TURISMO CAPIXABA

Dependência do turismo de verão, baixa oferta de hotelaria formal e avanço de destinos concorrentes colocam em debate o futuro da cidade até 2030Durante décadas, Guarapari ocupou posição de destaque no turismo do Espírito Santo. As praias lotadas durante o verão e o grande movimento de visitantes ajudaram a consolidar a cidade como um dos principais destinos turísticos do Estado. Mas, segundo uma análise publicada pelo colunista Marco Azevedo, da coluna Opinião Econômica, o município enfrenta desafios estruturais que podem comprometer essa liderança nos próximos anos.O principal problema apontado está na dependência excessiva do turismo de temporada. Apesar da grande quantidade de imóveis disponíveis para visitantes, a cidade possui uma participação relativamente pequena da hotelaria formal na oferta total de hospedagem.De acordo com os números apresentados na análise, Guarapari teria capacidade estimada em aproximadamente 150 mil leitos, mas cerca de 96% dessa oferta estaria concentrada em imóveis de aluguel por temporada e segundas residências. A hotelaria formal representaria apenas cerca de 2,5% do total.Turismo concentrado no verãoO modelo atual faz com que a cidade registre uma enorme concentração de visitantes entre dezembro e fevereiro, enquanto os demais meses apresentam uma movimentação turística significativamente menor.Na avaliação apresentada, esse cenário cria uma espécie de dependência econômica do verão: a infraestrutura urbana precisa suportar uma demanda muito elevada durante aproximadamente dois meses, enquanto boa parte dos imóveis utilizados pelos turistas permanece desocupada durante o restante do ano.A consequência é um turismo com forte sazonalidade e menor capacidade de gerar receitas de forma constante para comércio, serviços e outros setores da economia local.Outro dado destacado é a participação do Sesc Guarapari na hotelaria formal. O complexo possui 547 quartos e, segundo a análise, responde por quase metade da oferta formal de hospedagem existente no município. Para o autor, a concentração evidencia a dificuldade histórica da cidade em atrair grandes investimentos privados no setor hoteleiro.Cidades vizinhas ampliam investimentosEnquanto Guarapari enfrenta o desafio de diversificar sua atividade turística, outros municípios capixabas vêm ampliando investimentos em infraestrutura e novos produtos turísticos.Vila Velha aparece como um dos exemplos citados. A cidade vem apostando em áreas naturais e equipamentos voltados ao ecoturismo e ao lazer, incluindo ações relacionadas ao Morro do Moreno, ao Parque Natural Morro da Manteigueira e à Reserva de Jacarenema.Vitória, por sua vez, combina o

turismo de negócios com investimentos em áreas de lazer, gastronomia e espaços urbanos. Entre os exemplos mencionados estão a Curva da Jurema, a Ilha das Caieiras e o Píer do Canal de Vitória.Nas montanhas capixabas, municípios como Domingos Martins e Marechal Floriano também vêm fortalecendo o turismo de experiência, gastronomia e hospedagem, criando alternativas ao tradicional modelo baseado exclusivamente em sol e praia.Disputa pelo turista durante todo o anoA discussão ganha força porque o turismo capixaba passa por um período de expansão e busca por novos investimentos. Em janeiro de 2026, o Governo do Espírito Santo anunciou um plano de marketing turístico com previsão de R\$ 26 milhões por ano até 2030 para ações de promoção e fortalecimento do setor.Também há sinais de interesse internacional pelo mercado capixaba. Em agosto, investidores estrangeiros demonstraram interesse em oportunidades ligadas à hotelaria e ao turismo no Estado durante o Adit Invest, incluindo projetos na região de Domingos Martins e Pedra Azul.Esse movimento aumenta a importância de cada município desenvolver produtos capazes de atrair visitantes durante diferentes períodos do ano.O que pode mudar em Guarapari?A análise aponta três caminhos principais para reduzir a dependência do verão: atração de redes hoteleiras, investimentos em infraestrutura de lazer e ampliação do turismo corporativo.A chegada de hotéis de bandeira poderia aumentar a oferta de hospedagem profissionalizada e ajudar a cidade a receber eventos, grupos e visitantes fora da alta

temporada.Outra frente seria ampliar as opções de lazer para além das praias, criando atrações capazes de funcionar durante todo o ano. A ideia é fazer com que o visitante tenha motivos para permanecer na cidade também em períodos tradicionalmente considerados de baixa temporada.O turismo corporativo aparece como outra possibilidade, especialmente diante dos investimentos previstos e em andamento no Litoral Sul do Espírito Santo.2030 como horizonteA projeção apresentada pelo colunista é de que, caso não ocorram mudanças estruturais, Guarapari poderá perder espaço para outros destinos capixabas até 2030.A análise não significa que a cidade esteja deixando de ser um importante destino turístico. O que está em discussão é a capacidade de transformar sua enorme demanda de verão em uma atividade econômica mais equilibrada ao longo dos 12 meses.O desafio, portanto, passa por aproveitar os recursos naturais que já fazem parte da identidade de Guarapari e combiná-los com hotelaria, infraestrutura, gastronomia, eventos, turismo de negócios, ecoturismo e novas experiências.Mais do que manter praias movimentadas durante o verão, a questão será conseguir transformar o turismo em uma fonte de atividade econômica permanente.A disputa pelo visitante capixaba tende a ficar cada vez mais diversificada. E, para Guarapari, o período até 2030 poderá ser decisivo para definir se a cidade continuará ocupando o centro do mapa turístico do Espírito Santo ou se dividirá esse protagonismo com novos destinos que estão



CONTRAN PRORROGA VALIDADE DE CNHS VENCIDAS OU PRÓXIMAS DO VENCIMENTO

Medida vale para documentos com vencimento entre 5 de junho e 8 de dezembro de 2026. Motoristas que tiveram a Carteira Nacional de Habilitação (CNH) vencida ou que terão o documento vencido entre 5 de junho e 8 de dezembro de 2026 ganharam um prazo extra para regularização. O Conselho Nacional de Trânsito (Contran) determinou que essas CNHs, assim como as Autorizações para Conduzir Ciclomotor (ACCs) enquadradas no mesmo período, terão a validade prorrogada automaticamente até 9 de dezembro de 2026. A medida está prevista na Deliberação nº 279 do Contran. Não é



necessário fazer nenhum procedimento. De acordo com a determinação, o motorista não precisa emitir um novo documento nem realizar qualquer procedimento para ter direito à extensão do prazo. A prorrogação deverá ser reconhecida pelos órgãos de fiscalização de trânsito em todo o país. A regra, porém, não se aplica a condutores que estejam com o direito de dirigir suspenso ou cassado. Prazo após 9 de dezembro. Depois do término da prorrogação, os

motoristas ainda terão os 30 dias de tolerância previstos no Código de Trânsito Brasileiro (CTB) para realizar a renovação sem penalidade. Os Detrans dos estados e do Distrito Federal também terão prazo de 30 dias para atualizar informações no Registro Nacional de Carteiras de Habilitação (Renach), incluindo dados relacionados aos profissionais e entidades responsáveis pelos exames necessários. A medida tem caráter excepcional e busca facilitar a adaptação dos órgãos de trânsito às novas regras e evitar dificuldades no processo de renovação das habilitações. Fonte: Tribuna Online / Agência Brasil.

CANDIDATOS ÀS ELEIÇÕES DE 2026 ENTRAM EM PERÍODO DE PROTEÇÃO CONTRA PRISÃO



Regra começou a valer neste sábado (19) e segue até 48 horas após o primeiro turno; prisão em flagrante continua permitida. Candidatas e candidatos registrados para as Eleições 2026 passaram a contar, desde sábado (19), com uma proteção prevista no Código Eleitoral que restringe prisões e detenções durante o período que antecede a votação. A regra começou 15 dias antes do primeiro turno, marcado para 4 de outubro, e permanece válida até 48 horas depois do encerramento da eleição. A medida está prevista no

artigo 236 do Código Eleitoral e vale para todos os candidatos que disputam o pleito. Durante esse período, a única exceção prevista para a prisão de candidatos é o flagrante delito.

Caso uma prisão ocorra nessa situação, o candidato deverá ser apresentado imediatamente à autoridade judicial competente, que avaliará a legalidade da detenção. Proteção não significa imunidade. A regra não impede investigações ou processos judiciais e também não significa que candidatos estejam livres de responsabilização criminal. Ela estabelece uma restrição temporária à prisão durante o período eleitoral. Se houver flagrante de uma infração, a prisão poderá ocorrer normalmente, conforme as regras previstas na legislação. E os

eleitores? Para o eleitorado, a proteção começa mais próximo da votação. A partir de 29 de setembro, cinco dias antes do primeiro turno, eleitores também não poderão ser presos ou detidos, mas existem outras exceções além do flagrante: sentença criminal condenatória por crime inafiançável e desrespeito a salvo-conduto também permitem a prisão. E se houver segundo turno? Caso haja segundo turno, marcado para 25 de outubro, os candidatos que permanecerem na disputa voltarão a contar com a proteção a partir de 10 de outubro, 15 dias antes da votação. A restrição seguirá até 48 horas após o encerramento do segundo turno. A medida faz parte das regras previstas pela legislação eleitoral para preservar a realização regular do processo de votação e garantir que candidatos possam participar da disputa dentro dos períodos estabelecidos pela lei. Fonte: Tribuna Online, TSE e Código Eleitoral.

ESPAÇO INTEGRAR PROMOVE RODA DE CONVERSA COM FAMÍLIAS SOBRE SAÚDE EMOCIONAL NO SETEMBRO AMARELO

A Prefeitura de Barra de São Francisco, por meio do Espaço Integrar, vinculado a Secretaria Municipal de Saúde, realizou na manhã desta sexta-feira (18), uma roda de conversa com familiares das crianças e adolescentes atendidos na instituição. A ação faz parte da Campanha Setembro Amarelo, de conscientização sobre a prevenção do suicídio e a valorização da vida no Brasil.



O evento aconteceu na sede do Espaço Integrar, localizado no bairro Bambé e reuniu familiares dos pacientes diagnosticados com o transtorno do espectro autista.

A atividade foi conduzida pela coordenadora geral do Espaço Integrar, Jamile Justino, e contou com palestra da psicóloga Dra. Sara Luana Oliveira, da Fonoaudióloga e assistente social Agraciene Silva Veríssimo de Alcântara e do médico psiquiatra, Dr. Marco Túlio Schepierski Jório. Durante a explanação, os profissionais destacaram a importância de orientar as famílias sobre como identificar, lidar e prevenir situações de depressão e sofrimentos emocionais em pessoas com TEA, que possam resultar em

ideias suicidas. Segundo eles, o cuidado com a pessoa autista vai muito além dos atendimentos terapêuticos. É fundamental olhar para suas emoções, necessidades, dificuldades e sinais de sofrimento. Algumas pessoas autistas podem vivenciar ansiedade, isolamento, sobrecarga, bullying, dificuldades de comunicação e sensação de não pertencimento. Por isso, escutar sem julgamentos, acolher e oferecer acompanhamento adequado pode fazer toda a diferença. Mudanças importantes de comportamento, falas sobre morte ou desesperança, isolamento repentino ou despedidas incomuns devem ser levadas a sério.

De acordo com os palestrantes, prevenir o suicídio é responsabilidade de todos. "Acolher, ouvir, respeitar e buscar ajuda profissional são formas de proteger vidas e que nenhuma pessoa deve enfrentar o sofrimento sozinha", afirmaram. Durante o evento os participantes puderam tirar dúvidas sobre o tema da campanha Setembro Amarelo. No final da roda de

conversa um saboroso lanche foi servido a todos e os atendimentos de rotina foram iniciados.

Espaço Integrar Inaugurado em 31 de agosto de 2023, o Espaço Integrar atende aproximadamente 600 crianças e adolescentes diagnosticados com TEA (CID 11 F84) e TDAH (CID 11 F90). A unidade conta com equipe multiprofissional formada por nutricionista, psicopedagogo, psicólogo, médico clínico geral, psiquiatra e assistente social. O espaço funciona de segunda a sexta-feira, das 8h às 11h e das 13h às 16h, na rua Tito Waldemar Vieira, nº 360, bairro Bambé, próximo à sede da Secretaria Municipal de Transportes e Estradas (SEMTE).

PREFEITURA REGISTRA 1,4 MIL ATENDIMENTOS EM UM ANO DE MUTIRÕES DO CRAS ITINERANTE

A Prefeitura Municipal de Barra de São Francisco, por meio da Secretaria Municipal de Assistência Social (Semas), torna público nesta sexta-feira (18) o balanço das ações do Cras Itinerante realizadas no período de um ano, entre agosto de 2025 e setembro de 2026. Com o objetivo de levar a estrutura de assistência social para mais perto da população, as equipes realizaram 1.487 atendimentos em diversas localidades. A iniciativa busca aproximar os serviços públicos essenciais das famílias que vivem em áreas mais afastadas do Centro, garantindo o acesso a benefícios sociais, atualização cadastral e acolhimento direto às comunidades. Balanço das Ações e Comunidades Atendidas Durante o período de um ano, a equipe percorreu a sede e o interior do município em mutirões de atendimento: 2025: Vila Paulista (agosto): 196 atendimentos Santo Antônio (setembro): 124 atendimentos Monte Sinai (outubro): 213 atendimentos 2026: Cachoeirinha de Itaúnas (março): 69 atendimentos Monte Senir (abril): 104 atendimentos Vila Itaperuna (maio): 185 atendimentos Vargem Alegre (junho): 177 atendimentos Colina (julho): 253 atendimentos Vila Paulista (setembro): 166 atendimentos

Compromisso com a População Segundo a coordenadora da Assistência Social e Cadastro Único no município, Fernanda Souza de Jesus, a descentralização dos serviços é fundamental para assegurar a inclusão social e o direito das famílias francisquenses as assistências oferecidas pela gestão municipal.

A Prefeitura de Barra de São Francisco segue fortalecendo as etapas do Cras Itinerante para dar continuidade à descentralização dos serviços e ao atendimento humanizado em todo o município. Monte Senir (abril): 104 atendimentos Vila Itaperuna (maio): 185 atendimentos Vargem Alegre (junho): 177 atendimentos Colina (julho): 253 atendimentos Vila Paulista (setembro): 166 atendimentos Compromisso com a População Segundo a coordenadora da Assistência Social e Cadastro Único no município, Fernanda Souza de Jesus, a descentralização dos serviços é fundamental para assegurar a inclusão social e o direito das famílias francisquenses as assistências oferecidas pela gestão municipal. A Prefeitura de Barra de São Francisco segue fortalecendo as etapas do Cras Itinerante para dar continuidade à descentralização dos serviços e ao atendimento humanizado em todo o município. Ao concluir a formação, os participantes receberão certificação emitida pelo SENAR, documento que pode contribuir para a qualificação profissional e ampliar as possibilidades de atuação na



área. Quem pode participar? O curso é voltado principalmente para eletricitistas e pessoas que já tenham conhecimentos básicos ou razoáveis de eletricidade. É necessário ter 18 anos ou mais. De acordo com as informações divulgadas pela Prefeitura, as vagas têm prioridade para moradores de Barra de São Francisco. Como fazer a inscrição? Os interessados em participar devem entrar em contato para verificar a disponibilidade de vagas e obter orientações sobre a inscrição. O atendimento pode ser feito pelo telefone ou WhatsApp (27) 99707-7240. A iniciativa integra as ações de qualificação profissional desenvolvidas no município e coloca à disposição da população uma formação gratuita e com certificação, especialmente para quem já atua ou pretende ampliar seus conhecimentos na área de eletricidade.

MISS LAR SANTO ANTÔNIO CELEBRA BELEZA, AUTOESTIMA E ALEGRIA NA TERCEIRA IDADE



Evento reuniu idosas em uma tarde marcada por sorrisos, emoção e valorização da autoestima. Uma tarde de muita alegria, emoção e celebração da vida marcou a realização do Miss Lar Santo Antônio. O evento proporcionou às idosas um momento especial de convivência, descontração

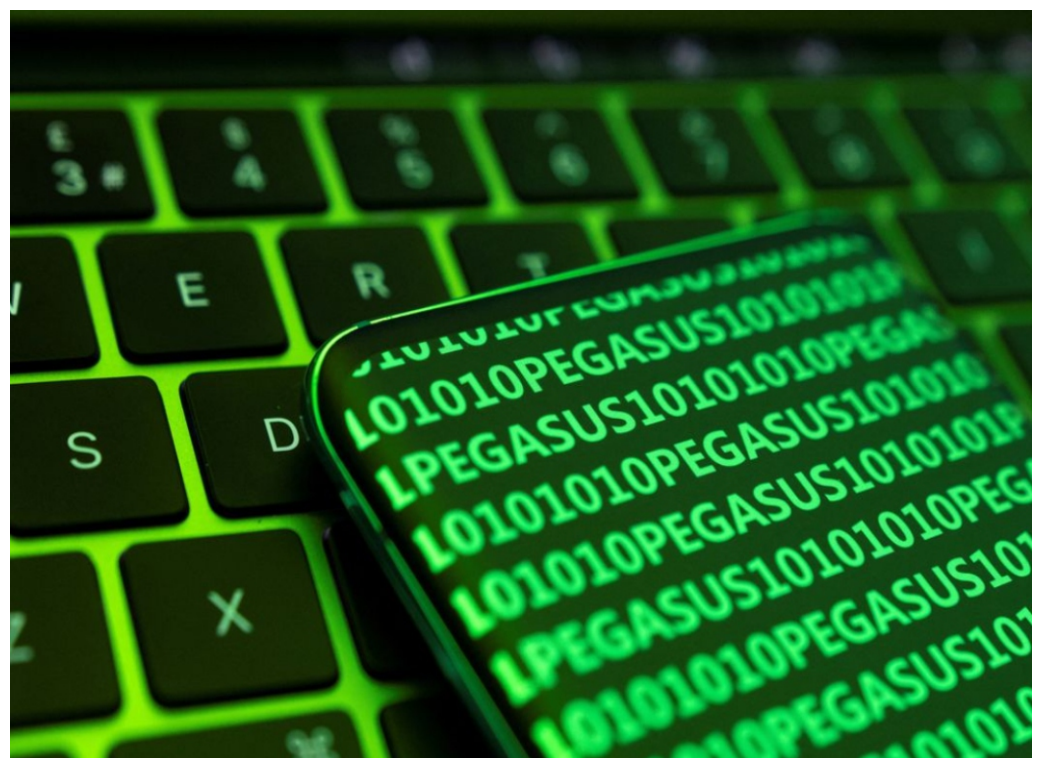
e valorização da autoestima. Com muito charme e entusiasmo, as participantes desfilaram pela passarela e mostraram que a beleza não tem idade. Cada uma delas teve a oportunidade de brilhar, celebrar sua história e compartilhar com o público momentos de alegria e confiança. Mais do que um

concurso, o evento se transformou em uma homenagem às mulheres da terceira idade, destacando a importância de promover espaços de convivência, respeito e valorização. Entre sorrisos, carinho e muita emoção, a tarde ficou marcada por momentos que certamente serão lembrados pelas participantes e por todos que acompanharam a programação. O Miss Lar Santo Antônio reforçou uma mensagem importante: envelhecer também é celebrar novas experiências, fortalecer vínculos e continuar vivendo momentos especiais. A iniciativa mostrou que autoestima, alegria e vontade de viver não têm prazo de validade.

EXÉRCITO REALIZA EXERCÍCIO NACIONAL PARA REFORÇAR DEFESA CONTRA ATAQUES CIBERNÉTICOS

Exército realiza exercício nacional para reforçar defesa contra ataques cibernéticos. Simulado reúne mais de 1,3 mil participantes e envolve instituições civis e militares em sete cidades brasileiras. O Exército Brasileiro coordena, entre esta segunda-feira (21) e sexta-feira (25), o Exercício Guardião Cibernético 2026, uma operação voltada à preparação do país para enfrentar possíveis ataques contra sistemas digitais e infraestruturas estratégicas. A atividade é organizada pelo Comando de Defesa Cibernética do Exército, em parceria com a Marinha e a Força Aérea Brasileira (FAB), e ocorre simultaneamente em Brasília, Rio de Janeiro, Manaus, Belém, Recife, São Paulo e Curitiba. Em sua oitava edição, o exercício reúne mais de 1,3 mil participantes de cerca de 300 organizações, além de representantes de outros 14 países. Participam das atividades integrantes das Forças Armadas, órgãos públicos, agências reguladoras e empresas responsáveis por setores considerados estratégicos, como energia,

abastecimento de água, telecomunicações e mercado financeiro. Durante o treinamento, são simulados cenários envolvendo ataques cibernéticos complexos e coordenados. A proposta é testar a capacidade de resposta das instituições e verificar a eficiência dos planos de contingência diante de possíveis incidentes. Proteção de setores estratégicos. A defesa cibernética é considerada pelo Exército um dos setores estratégicos previstos na Estratégia Nacional de Defesa. A área envolve a proteção de sistemas utilizados em computadores, redes de comunicação, rádios e radares, além de equipamentos empregados em operações militares. O exercício também busca ampliar a integração



entre instituições públicas e privadas, permitindo que diferentes setores estejam preparados para atuar de maneira coordenada diante de uma eventual crise digital. A realização do Guardião Cibernético reforça a importância da segurança digital em um cenário no qual serviços essenciais dependem cada vez mais de sistemas conectados e de infraestrutura tecnológica. Fonte: Agência Brasil

PRESIDENCIÁVEIS INTENSIFICAM AGENDAS DE CAMPANHA EM QUATRO ESTADOS

Candidatos participaram de atos, caminhadas e entrevistas; saúde, segurança, trabalho e apostas online estiveram entre os temas abordados.

Os candidatos à Presidência da República cumpriram uma série de compromissos de campanha neste fim de semana, com atividades concentradas nos estados de São Paulo, Minas Gerais, Rio de Janeiro e Santa Catarina. As agendas incluíram caminhadas, entrevistas, sabatinas e encontros com eleitores e apoiadores. Entre os principais assuntos apresentados pelos candidatos estiveram saúde pública, segurança, sistema prisional, combate ao crime organizado, empreendedorismo, direitos trabalhistas e regulamentação das apostas online. Em Santa Catarina, Flávio Bolsonaro (PL) participou de eventos em Joinville e afirmou que pretende utilizar, em eventual governo, características do modelo prisional catarinense, incluindo programas de trabalho para presos de menor periculosidade. No Rio de Janeiro, Hertz Dias (PSTU) realizou caminhada em Madureira e defendeu

ELEIÇÕES
2026

maiores investimentos em educação, cultura, esporte e geração de empregos para a juventude. Já Lula (PT) participou de um comício em Florianópolis e voltou a defender o fim das apostas online, as chamadas bets. Segundo o candidato, o setor contribui para o endividamento de parte da população. Em Minas Gerais, Romeu Zema (Novo) esteve em Contagem e apresentou propostas voltadas ao empreendedorismo, defendendo a redução da burocracia para abertura e funcionamento de estabelecimentos comerciais. O candidato também criticou os custos relacionados a juros e à atividade empresarial. Ronaldo Caiado (PSD) participou de evento em Barretos, no interior paulista, e colocou a saúde

entre as prioridades de seu programa. Entre as propostas citadas está a criação de uma "via rápida do câncer" no SUS, voltada ao atendimento e diagnóstico precoce de pacientes. Em Madureira, no Rio de Janeiro, Samara Martins (UP) realizou caminhada e apresentou propostas relacionadas aos trabalhadores, incluindo aumento salarial, redução da jornada e mudanças na

escala de trabalho. Augusto Cury (Avante) participou de uma sabatina, enquanto Wilson Grassi (Democrata) esteve em um evento esportivo em São Paulo. Clariana Barão (DC), Leonardo Avalanche (PRTB) e Rui Costa Pimenta (PCO) não tiveram compromissos públicos de campanha divulgados no período. Edmilson Costa (PCB) concedeu entrevista ao SBT News, enquanto Renan Santos (Missão) cumpriu agenda em Capão da Canoa, no Rio Grande do Sul. Com a aproximação do primeiro turno, marcado para 4 de outubro, as campanhas ampliam a presença em diferentes regiões do país e utilizam os eventos para apresentar propostas e buscar contato direto com o eleitorado.

ALTITUDE E TECNOLOGIA AJUDAM PRODUTORES DE DOMINGOS MARTINS A COLHER PONCAN POR MAIS TEMPO

Estratégia permite estender a safra, enfrentar a falta de mão de obra e buscar melhores preços no mercado. Produtores de tangerina poncan de Domingos Martins, na Região Serrana do Espírito Santo, estão combinando as características do clima de altitude com tecnologia para ampliar o período de colheita da fruta. Enquanto parte dos agricultores encerra a safra em julho, propriedades localizadas em áreas mais elevadas conseguem iniciar a colheita mais tarde, chegando aos meses de agosto e setembro. Com isso, a oferta da fruta pode se estender por praticamente todo o ano. Domingos Martins é o principal produtor de tangerina poncan do Espírito Santo. No ano passado, o município produziu quase 15 mil toneladas, aproximadamente metade de toda a produção capixaba da fruta, segundo dados da Secretaria de Agricultura do Estado (Seag). Altitude influencia o período da colheita. As propriedades produtoras da região estão situadas entre 700 e mais de 1.000 metros de altitude. Quanto maior a altitude e mais frio o clima, mais lento é o desenvolvimento da planta, permitindo que os frutos permaneçam no pé por mais tempo sem perder qualidade. Nas áreas mais baixas, a colheita pode começar no fim de maio. Já nas propriedades acima de 1.000 metros, o início pode ocorrer somente em agosto. O clima, porém, também influencia o resultado: períodos chuvosos podem antecipar a retirada dos frutos para evitar perdas. Máquinas ajudam a enfrentar falta de trabalhadores. A tecnologia também se tornou uma aliada dos agricultores



diante da dificuldade para encontrar mão de obra temporária. O produtor Sandro Salvador, que cultiva cerca de 3 mil plantas em quatro hectares, substituiu a pulverização manual por um equipamento acoplado ao trator, conhecido como "jatão". A mudança reduziu de vários dias para algumas horas o tempo necessário para realizar o trabalho. Além das máquinas, agricultores da região mantêm uma tradição de cooperação entre vizinhos, conhecida como "camisada", utilizada principalmente em períodos de maior demanda. Produção na entressafra pode aumentar o valor da fruta. Em propriedades de

maior altitude, alguns agricultores também apostam em árvores com características naturais que atrasam a maturação dos frutos. A estratégia permite colocar a poncan no mercado em setembro, quando boa parte dos produtores já encerrou a colheita. Com menor oferta, os agricultores buscam preços mais atrativos para a produção. O resultado é uma combinação entre clima, conhecimento do produtor, monitoramento das lavouras e tecnologia, permitindo que a tangerina capixaba permaneça disponível por mais tempo e fortalecendo a atividade agrícola na Região Serrana do Espírito Santo.

PRIMAVERA COMEÇA COM PREVISÃO DE CALOR ACIMA DA MÉDIA NO ESPÍRITO SANTO



Estação começa nesta terça-feira (22), com possibilidade de ondas de calor e chuva abaixo do normal em boa parte do Estado. A primavera começa oficialmente às 21h05 desta terça-feira (22) e deve trazer um cenário de temperaturas acima da média e chuvas abaixo do normal para boa parte do Espírito Santo. A estação segue até 21 de dezembro. Segundo a previsão da Climatempo, os dias quentes e ensolarados devem predominar

durante a estação. O cenário está relacionado, entre outros fatores, à influência do El Niño, fenômeno que pode aumentar a ocorrência de temperaturas elevadas e favorecer novos recordes de calor. Outubro pode ter ondas de calor. Um dos principais períodos de atenção será outubro, especialmente na segunda metade do mês. A possibilidade de ondas de calor também permanece elevada em novembro e dezembro. Além das altas temperaturas, a previsão indica chuvas irregulares e abaixo da média em grande parte do território capixaba. Dados apresentados em

relatório do Inmet e do Inpe apontam possibilidade de déficit de precipitação de até 50 milímetros no Estado. Agricultura exige atenção. A combinação de calor intenso e menor regularidade das chuvas pode aumentar a necessidade de irrigação nas áreas rurais. O cenário exige atenção principalmente durante a implantação de novas lavouras e pode trazer impactos para a produtividade agrícola. Outro ponto de preocupação é o aumento do risco de incêndios e propagação de focos de fogo, favorecido por períodos de baixa umidade, temperaturas elevadas e pouca chuva. Com a chegada da nova estação, o Espírito Santo deve enfrentar meses de calor mais intenso e distribuição irregular das chuvas, exigindo atenção de agricultores, autoridades e população diante dos possíveis efeitos das condições climáticas. Fonte: A Gazeta, Climatempo, Inmet e Inpe.

ANTT SUSPENDE TESTES DE RADARES QUE CALCULAM VELOCIDADE MÉDIA NAS RODOVIAS

No Espírito Santo, projeto era realizado em trecho da BR-101 entre Sooretama e Linhares; nenhum motorista foi multado durante o período de testes. A Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT) suspendeu temporariamente os testes de controle de velocidade média em rodovias federais concedidas. A decisão foi tomada para permitir novos estudos e ajustes técnicos, principalmente relacionados à sinalização e à comunicação com os motoristas. No Espírito Santo, o sistema estava sendo testado pela concessionária Ecovias Capixaba em trechos da BR-101, entre os quilômetros 102 e 125, na região entre Sooretama e Linhares, no Norte do Estado. Como funcionava o sistema. Diferentemente dos radares tradicionais, que verificam a velocidade do veículo em um determinado ponto, a tecnologia experimental calculava quanto tempo o motorista levava para percorrer uma distância entre dois pontos de

monitoramento. Com a distância e o tempo registrados, era possível calcular a velocidade média desenvolvida durante o trajeto. A proposta era verificar o comportamento do motorista ao longo de todo o trecho, e não somente diante do radar. Nenhuma multa foi aplicada. A ANTT reforçou que o projeto tinha caráter técnico, educativo e experimental. Durante os testes, os dados registrados não poderiam ser utilizados para aplicar multas ou outras penalidades exclusivamente com base na velocidade média. Segundo a agência, nenhum motorista foi autuado ou penalizado pelo sistema durante a fase experimental. Projeto será reavaliado. A suspensão não significa necessariamente o encerramento definitivo da iniciativa.

A ANTT informou que fará ajustes técnicos, procedimentais e operacionais antes de definir os próximos passos. A retomada dos testes dependerá de uma nova manifestação da Superintendência de Infraestrutura Rodoviária (SUROD). Enquanto isso, a orientação aos motoristas permanece a mesma: respeitar os limites de velocidade indicados na rodovia durante todo o percurso. Fonte: A Gazeta e Agência Nacional de Transportes Terrestres (ANTT).



JORNAL VIGILANTE



Tel.: (27) 99991-9614

DIRETOR DE MARKETING
Sérgio Machado

DIRETOR DE OPERAÇÕES
Sérgio Machado

DIRETOR GERAL
Sérgio Machado

DIRETOR DE REDAÇÃO
João Paulo Vieira

DIAGRAMAÇÃO
João Paulo Vieira

Av. Jones dos Santos Neves, 214, Loja 02
Centro - Barra de São Francisco - ES - MATRIZ
Rua C, 253 - Nicolini - Mantena - MG - FILIAL

Facebook: Jornal O Vigilante Instagram: @jornalvigilante
CNPJ: 06.075.462/0001-54 / e-mail: jornalovigilante@bol.com.br
CNPJ FILIAL MANTENA - MG : 06.075.462/0002-35