

REVISTA DIGITAL

VillaUP

Arquivo pessoal

Edição 80 | 10/06/2026

UMA MORTE DUAS VIDAS

ESPECIAL
DIA DOS
NAMORADOS

Petabits - Velocidade de internet | **25**

Álbum de figurinhas | **30**

Dor crônica | **42**



toque no número da página e vá direto para a matéria escolhida

ÍNDICE

CONTEÚDO

03 **AGENDA SEMANAL**
Datas Comemorativas

05 **FILMES PARA ASSISTIR**
Dois filmes para entrar na sua lista

10 **XEQUE-MATE**
Você conseguiria prever os próximos movimentos?

14 **HORA DE COLOCAR AS MÃOS NA TERRA**
O inverno pode ser o melhor aliado

19 **EDITORIAL**

20 **CONSCIENTIZAÇÃO E SOLIDARIEDADE**
Saúde, solidariedade e proteção aos idosos

25 **PETABITS VELOCIDADE DA INTERNET**
Recorde japonês mostra que a velocidade da internet

30 **ÁLBUM DE FIGURINHAS**
Tradição de colecionar e trocar histórias.

36 **UMA MORTE, DUAS VIDAS**
Especial do Dia dos Namorados

43 **ENFRENTAMENTO DA DOR CRÔNICA**
lei reconhece a importância

Expediente : Direção, Diagramação e Curadoria: Davison J. Rossatto – MTB n.º 72116

A Villa UP é uma publicação digital semanal e gratuita, focada em promover a reflexão sobre a convivência humana e o autoconhecimento, incentivando o desenvolvimento pessoal. Comprometida com valores de ética e transparência, a revista busca oferecer conteúdo relevante e enriquecedor, estimulando o pensamento crítico e o engajamento da comunidade. As matérias assinadas são de responsabilidade exclusiva de seus autores e não refletem, necessariamente, a opinião da revista. Todos os direitos são reservados, sendo proibidas as alterações e a reprodução total ou parcial sem a devida autorização do responsável pela revista. As matérias podem ser produzidas por IA e ajustadas por humanos.

Agenda Semanal Comemorativa

10
QUA

Dia da Língua Portuguesa em português
Dia da Artilharia

11
QUI

Dia da Marinha Brasileira
Dia do Educador Sanitário

12
SEX

Dia dos Namorados
Dia do Correio Aéreo Nacional
Dia Mundial de Combate ao Trabalho Infantil
Dia Estadual de SP do Enxadrista

13
SÁB

Dia do Turista
Dia Internacional de Conscientização sobre o Albinismo

14
DOM

Dia do Solista
Dia da manicure
Dia Mundial do Doador de Sangue
Dia do Pastor Evangélico
Dia Universal de Deus

15
SEG

Dia Mundial da Conscientização da Violência contra a Pessoa Idosa

16
TER

Dia Internacional da Tartaruga Marinha

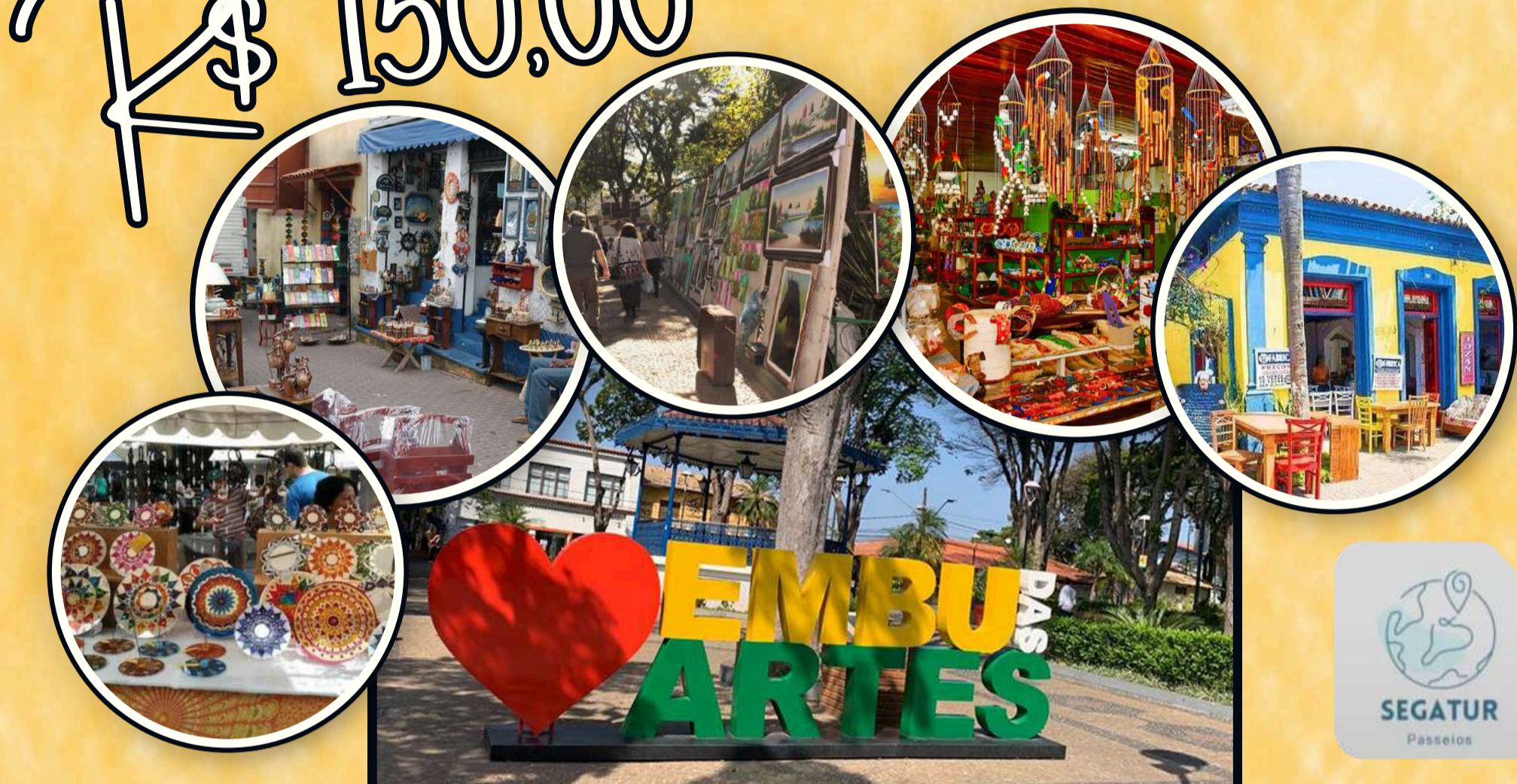
PASSEIO

EMBÚ DAS ARTES

20 DE JUNHO

R\$ 150,00

Vagas limitadas - Bate e volta



(19) 99371-0263



segaturpasseios

SEGUNDO

DRIVE THRU AMBIENTAL

- Traga Recicláveis
- Leve Mudas

Dias **11 e 12/06**

📍 Recinto da Feira Livre

🕒 Das 10h às 15h



Participe. A cidade agradece!

SECRETARIA DE
MEIO AMBIENTE

COOPERSONHOS
COOPERATIVA DE RECICLAGEM

PREFEITURA DE
NOVA ODESSA

FILMES PARA ASSISTIR

DOIS FILMES PARA
ENTRAR NA SUA LISTA

[Índice →](#)

Junho traz duas opções bem diferentes para quem gosta de cinema. De um lado, uma ficção científica repleta de suspense assinada por Steven Spielberg. Do outro, uma nova aventura no universo Star Wars.

DIA D (DISCLOSURE DAY)

Marca o retorno de Steven Spielberg ao gênero que ajudou a consagrá-lo. A trama acompanha um mundo mergulhado no caos após uma transmissão de TV ao vivo revelar fenômenos inexplicáveis. A confirmação da existência de inteligência alienígena provoca medo, dúvidas e mudanças profundas na sociedade.

O filme reúne um elenco de destaque, com Emily Blunt, Josh O'Connor, Colin Firth, Eve Hewson, Colman Domingo e Wyatt Russell. A produção também conta com nomes de peso nos bastidores, como o roteirista David Koepp, o compositor John Williams e o diretor de

de fotografia Janusz Kamiński. Para os fãs de clássicos como "Contatos Imediatos do Terceiro Grau", a estreia promete ser um dos grandes eventos cinematográficos do ano.

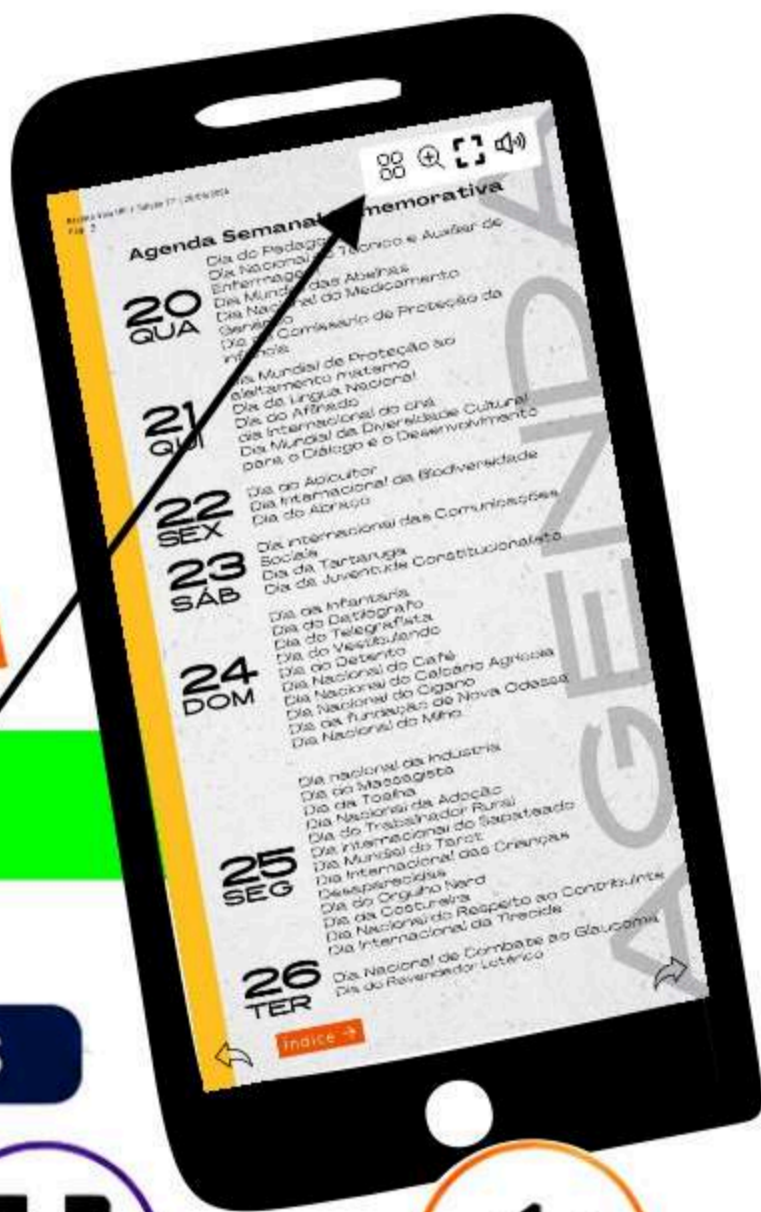


Mandaloriano e Grogu

Já esse filme leva os espectadores de volta à galáxia muito, muito distante de Star Wars. O longa acompanha Din Djarin e seu inseparável companheiro Grogu em uma missão para resgatar Rotta, filho de Jabba, o Hutt, em troca de informações valiosas. Situado entre os eventos da série e da nova trilogia cinematográfica, o filme aposta em perseguições, batalhas espaciais, criaturas

GUIA RÁPIDO DA SUA REVISTA

No modo onLine



ÍCONES SUPERIORES



CONTEÚDO DA PÁGINA VISUALIZADA

Exibe uma miniatura da página atual, mostrando o conteúdo que você está lendo.



AMPLIAR E REDUZIR O TEXTO

Use a lupa para aumentar ou diminuir o tamanho do texto e das imagens.



FIXAR IMAGEM NA TELA

Ajusta a visualização para exibir a página inteira na tela do seu dispositivo (celular ou PC).



SOM DA VIRADA DE PÁGINA

Ativa ou desativa o som que acompanha a virada das páginas.



NAVEGAÇÃO DE PÁGINAS



PÁGINA ANTERIOR

Toque na seta da esquerda para voltar à página anterior na revista.



PRÓXIMA PÁGINA

Toque na seta da direita para avançar para a próxima página da revista.



BOTÃO ÍNDICE

Índice →



Ao tocar no botão **ÍNDICE**, em qualquer página da revista, você será direcionado diretamente para a página 3, que corresponde ao **ÍNDICE GERAL** da revista.



Explore todos os recursos e tenha uma leitura prática, interativa e do seu jeito!



XEQUE-MATE

**VOCÊ CONSEGUIRIA
PREVER OS PRÓXIMOS
MOVIMENTOS?**

Índice →

Imagine uma atividade capaz de exercitar a mente, fortalecer a concentração e ensinar estratégias úteis para o dia a dia. Tudo isso acontece sobre um tabuleiro com apenas 64 casas. Esse é o xadrez, um jogo milenar que continua conquistando admiradores de todas as idades.

Muito mais do que um passatempo, o xadrez estimula o raciocínio lógico, a memória, a criatividade e a capacidade de resolver problemas. Cada movimento exige planejamento, análise e tomada de decisões, tornando o jogo uma importante ferramenta educacional.

O interesse pelo xadrez pode começar cedo. Crianças a partir dos 5 ou 6 anos já conseguem aprender os movimentos básicos das peças, mas não existe idade máxima para iniciar. Atualmente, é possível encontrar aulas em escolas, clubes, centros esportivos e também em plataformas digitais.

Para começar, vale aprender o movimento de cada peça, praticar partidas curtas e observar jogadores mais experientes. O jogo pode ser disputado contra outra pessoa ou contra o computador. O objetivo é alcançar o xeque-mate, situação em que o rei adversário fica sem possibilidade de escapar do ataque.

Para jogar, basta um tabuleiro com 64 casas e 32 peças divididas em dois exércitos: rei, dama, torres, bispos, cavalos e peões. Apesar das regras simples, as combinações possíveis tornam cada partida única.

A tecnologia também deixou sua marca na história do xadrez. Os confrontos entre grandes mestres e computadores mostraram a impressionante capacidade das máquinas de analisar posições e estratégias. Celebrado em 12 de junho no Estado de São Paulo, o Dia Estadual do Enxadrista destaca os benefícios de uma atividade que

desenvolve foco, disciplina e pensamento estratégico.

Que tal um desafio? Procure um grupo de enxadristas, participe de uma partida e faça novas amizades.

Além da diversão, você estará treinando o cérebro para pensar antes de agir. No tabuleiro e na vida, boas decisões costumam ser resultado de reflexão, estratégia e paciência.



canva

Hora de colocar as mãos na terra

O inverno pode ser o melhor aliado da sua horta e do seu jardim.

[Índice →](#)

Com a chegada dos dias mais frios, junho é um dos melhores meses para quem gosta de jardinagem e hortas caseiras. No Sudeste, o clima mais ameno e seco favorece o desenvolvimento das plantas, fortalece o enraizamento e reduz a incidência de muitas pragas comuns do verão.

É a época ideal para cultivar **hortaliças** como alface, rúcula, agrião, espinafre, couve, cenoura, beterraba, rabanete, brócolis, couve-flor, cebolinha e salsinha. Para quem aprecia **flores**, amor-perfeito, petúnia, boca-de-leão, begônia e azaleia são ótimas opções para manter o jardim colorido durante o inverno.



Mesmo quem mora em apartamento pode aproveitar os benefícios do cultivo. Uma pequena **horta** pode ser instalada em varandas, sacadas ou próximas a janelas que recebam pelo menos algumas horas de sol por dia. Vasos, jardineiras e até recipientes reaproveitados podem servir como espaço para o plantio de temperos e hortaliças de pequeno porte. Além de fornecer alimentos frescos, a atividade ajuda a relaxar, reduz o estresse e cria uma conexão maior com a natureza.

Alguns cuidados simples fazem toda a diferença. Como o solo costuma permanecer úmido por mais tempo nesta época, a rega deve ser moderada. Antes de adicionar água, verifique a umidade da terra com o dedo. Também é importante garantir boa exposição ao sol, já que os dias ficam mais curtos durante o inverno.

Junho também é um excelente período para plantar mudas de árvores frutíferas, como jabuticaba, pitanga e amora. Preparar o solo com matéria orgânica, como húmus ou compostagem, ajuda no crescimento saudável das plantas, mesmo que mais lento nesta estação. Em regiões mais altas do Sudeste ou no Sul, proteja espécies sensíveis como manjeriço ou avencas de eventuais geadas.

Se você ainda não cultiva plantas em casa, este pode ser o momento ideal para começar. Com poucos materiais e um pequeno espaço, é possível colher saúde, beleza e bem-estar ao longo do ano.



pexels-gio-spigo-276311867-28102054.jpg

Semana do Meio Ambiente

DE AMERICANA

OFICINA

CROCHET DE DEDO
E COLARES

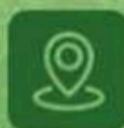


11 DE JUNHO

QUINTA-FEIRA



13H30



CASA DA AGRICULTURA

Rua dos Estudantes, 292 - Cordenosi



PREFEITURA DE
AMERICANA
INTELIGENTE E HUMANA

Secretaria de Meio Ambiente

DIVULGAÇÃO

2º ENCONTRO DOS AMIGOS ORQUIDÓFILOS DE RIO CLARO - SP

@ENCONTRODOSAMIGOSORQUIDOFILOS



26, 27 e 28/06

SEXTA E SÁBADO

08H ÀS 18H

DOMINGO

08H ÀS 16H

Endereço:

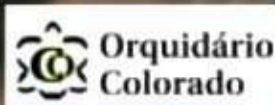
Buffet Scato

Av. Cinquenta, 2096

Parque Universitário,

Rio Claro - SP, 13504-390

Realização:



TRAGA 1 LITRO DE LEITE
E TROQUE POR UMA
MUDA DE ORQUÍDEA

ENTRADA GRATUITA

Foto e Cultivo:
Titanum Orchids

DIVULGAÇÃO

Você é o coração da Villa UP. Nossa missão é provocar reflexão e exercitar seu cérebro, longe da polarização.

Nesta 80ª edição, convidamos você a explorar temas que conectam conhecimento e vida: cultivar sua própria horta, refletir sobre solidariedade, acompanhar a tecnologia dos Petabits, divertir-se com as figurinhas da Copa, compreender as dores crônicas e se emocionar com uma história de vida que dialoga com o mês dos namorados.

Queremos incentivar você a participar de eventos presenciais, fazer novas amizades e desestressar sua rotina. E, para continuar essa caminhada, convidamos você a se inscrever em nosso canal do WhatsApp – é gratuito.

Aprender, refletir e se conectar nunca foi tão prazeroso!

Boa semana!

[Índice →](#)



MÊS DE CONSCIENTIZAÇÃO E SOLIDARIEDADE

**Cores de junho
alertam para saúde,
solidariedade e
proteção aos idosos**

Junho é marcado por campanhas que chamam atenção para a saúde e a solidariedade, destacando cores que representam causas importantes:

VERMELHO, LARANJA E VIOLETA.

JUNHO VERMELHO

Voltado à doação de sangue, ganha destaque em 14 de junho, **Dia Mundial do Doador**. Com o inverno e o aumento das infecções respiratórias, a doação costuma diminuir, tornando essencial o estímulo contínuo à solidariedade. Podem doar pessoas entre 16 e 69 anos, sendo necessária autorização dos responsáveis para menores de 18 anos. Basta procurar um hemocentro, apresentar documento oficial e passar pela triagem de saúde.

JUNHO LARANJA

Dedicado à conscientização sobre **anemia e leucemia**. A anemia não é uma doença, mas um sinal de que algo não vai

bem, podendo surgir por deficiência de ferro, vitaminas ou outras condições. Já a leucemia, câncer dos glóbulos brancos, é mais frequente na infância e exige diagnóstico e tratamento especializados. Sintomas incluem fadiga, falta de ar, palpitações, febre e aumento de gânglios. O tratamento varia entre transfusão, quimioterapia, imunoterapia ou transplante de medula, conforme o caso.

JUNHO VIOLETA

Concentra-se no **ceratocone**, doença que afeta a córnea e pode levar à perda de visão se não tratada. O diagnóstico precoce é fundamental para o controle da doença. Além das campanhas de saúde, o mês também reforça o combate à violência contra pessoas idosas. Em 15 de junho, o Dia Mundial de Conscientização alerta para ações ou omissões que prejudicam a integridade física e emocional de idosos.



pexels-rdne-5637573.jpg

Ao suspeitar de violência, é importante acionar órgãos de proteção, como o Conselho do Idoso, Ministério Público ou Delegacias especializadas, garantindo apoio e medidas protetivas.

Junho, portanto, é um convite à atenção, à prevenção e à solidariedade, lembrando que pequenas atitudes podem salvar vidas, proteger a saúde e fortalecer a dignidade de quem mais precisa.

[Índice →](#)

NOVIDADE



em seu whatsapp,
toque em **atualizações**
e pesquise por
Revista villa UP

siga-nos

CANAL

se preferir clique
aqui para ir
direto ao canal

WHATSAPP

REVISTA DIGITAL
VillaUP
@REVISTAVILLAUP



pexels-ron-lach-9785018.jpg



PETABITS

Recorde japonês mostra que a velocidade da internet ainda tem muito espaço para evoluir.

[Índice →](#)

Imagine baixar milhares de filmes, jogos, músicas e documentos em menos de um segundo. Parece ficção científica, mas pesquisadores do Japão deram um passo impressionante nessa direção ao alcançar a velocidade de transmissão de **1,02 petabits** por segundo (Pbps), um novo recorde mundial.

O feito foi alcançado pelo Instituto Nacional de Tecnologia da Informação e Comunicação do Japão (NICT). Para se ter uma ideia da dimensão desse número, a velocidade equivale a cerca de 127.500 gigabytes por segundo. Isso é mais de 4 milhões de vezes superior à velocidade média da internet residencial no Brasil.

Na prática, essa capacidade permitiria transferir enormes volumes de informação quase instantaneamente. Segundo os pesquisadores, seria possível baixar o catálogo completo de uma grande plataforma

de streaming em menos de um segundo. Outra comparação impressionante: a velocidade é suficiente para transmitir milhares de vezes todo o conteúdo da Wikipédia em inglês em um simples piscar de olhos.







O mais surpreendente é que o experimento não foi realizado em uma distância curta de laboratório. Os dados percorreram cerca de 1.808 quilômetros utilizando uma infraestrutura de fibra óptica semelhante à já empregada nas redes modernas de telecomunicações.

Apesar de a tecnologia ainda estar distante do uso doméstico, avanços como esse ajudam a preparar o caminho para um futuro com serviços mais rápidos, inteligência artificial mais eficiente, cidades conectadas e aplicações que hoje sequer imaginamos.

Vale lembrar que recordes de laboratório

não chegam imediatamente às residências. Entre a pesquisa e a adoção comercial existem desafios técnicos e financeiros. Ainda assim, o resultado demonstra que a capacidade das redes de fibra óptica está longe de atingir seus limites.

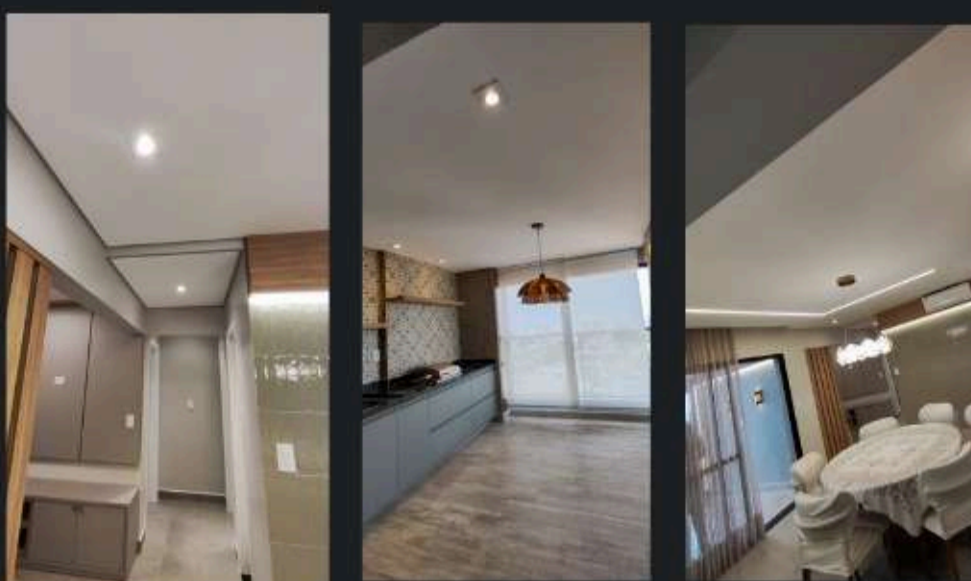
Se o século XX foi marcado pela corrida espacial, o século XXI parece cada vez mais definido pela corrida da informação.

Unidade	Sigla	Cabe mais ou menos quanto? (Exemplos do Dia a Dia)
 Byte	B	1 letra digitada ou um caractere (como um ponto final).
 Kilobyte	KB	1 parágrafo ou uma página de texto simples.
 Megabyte	MB	1 foto de celular ou uma música em MP3 de 3 minutos.
 Gigabyte	GB	1 filme em HD, 250 músicas ou 1 hora de vídeo gravado no celular.
 Terabyte	TB	250 mil fotos, 500 horas de vídeo ou a memória de um computador potente.
 Petabyte	PB	13 anos de vídeo em HD rodando direto ou todas as fotos de uma cidade no Facebook.

TRANSFORME SEU ESPAÇO

Forro Divisórias Molduras e muito mais...

Divulgação



Drywall, Gesso e Steel Frame

Gessato

Atendems Americana e Região

19 991442421

PREFEITURA DE
**NOVA
ODESSA**

DEPARTAMENTO DE
**CULTURA
E TURISMO**

AMERICANA JAZZ BAND



Feira da Marajoara

Praça Vera Luzia
Samartin Lorenzi,
no Jd Marajoara

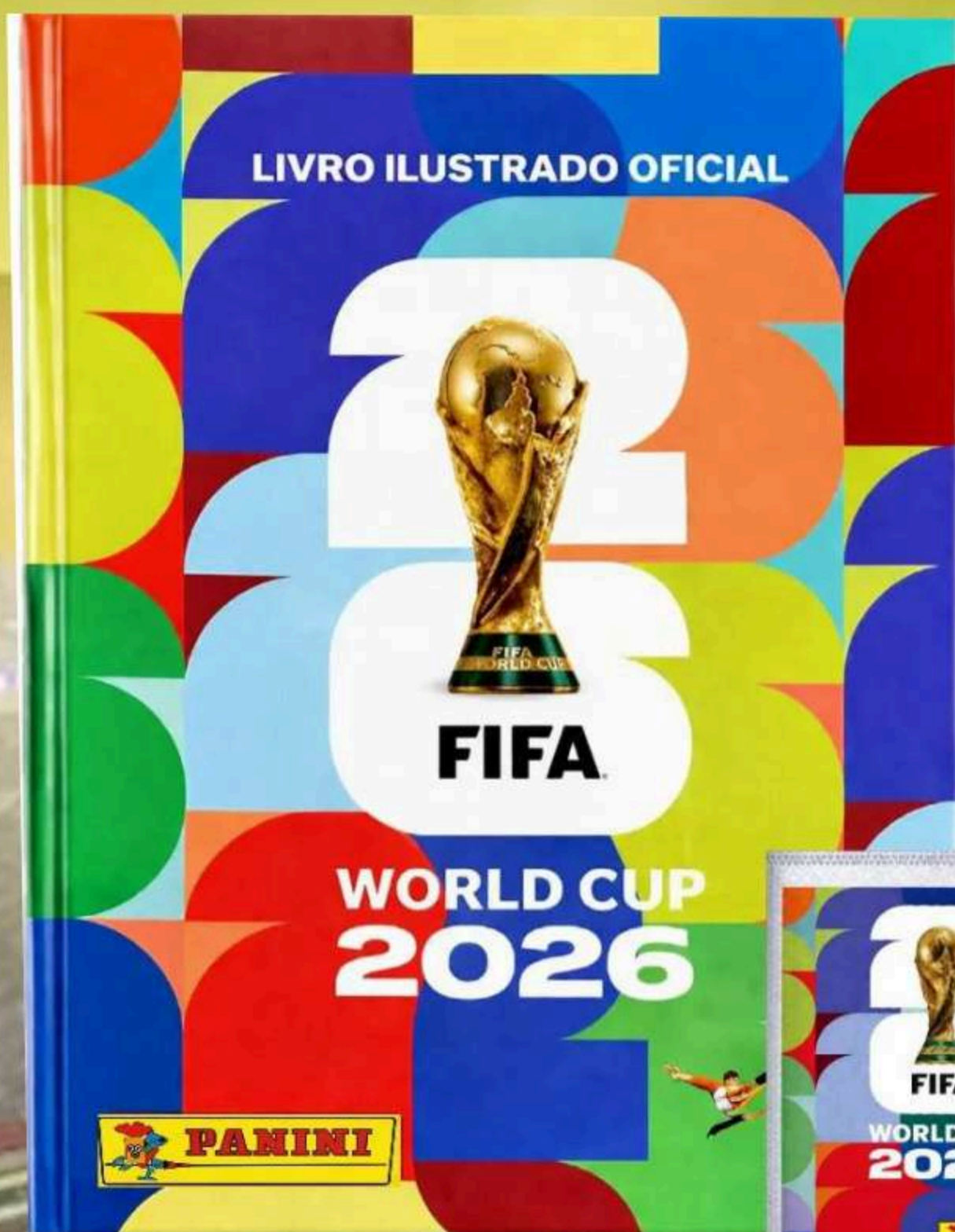
17/06/26
19H30

Entrada Franca

Diretoria de Cultura e Turismo
Prefeitura de Nova Odessa



Divulgação



ÁLBUM DE FIGURINHAS

tradição de colecionar e trocar histórias.

[Índice →](#)

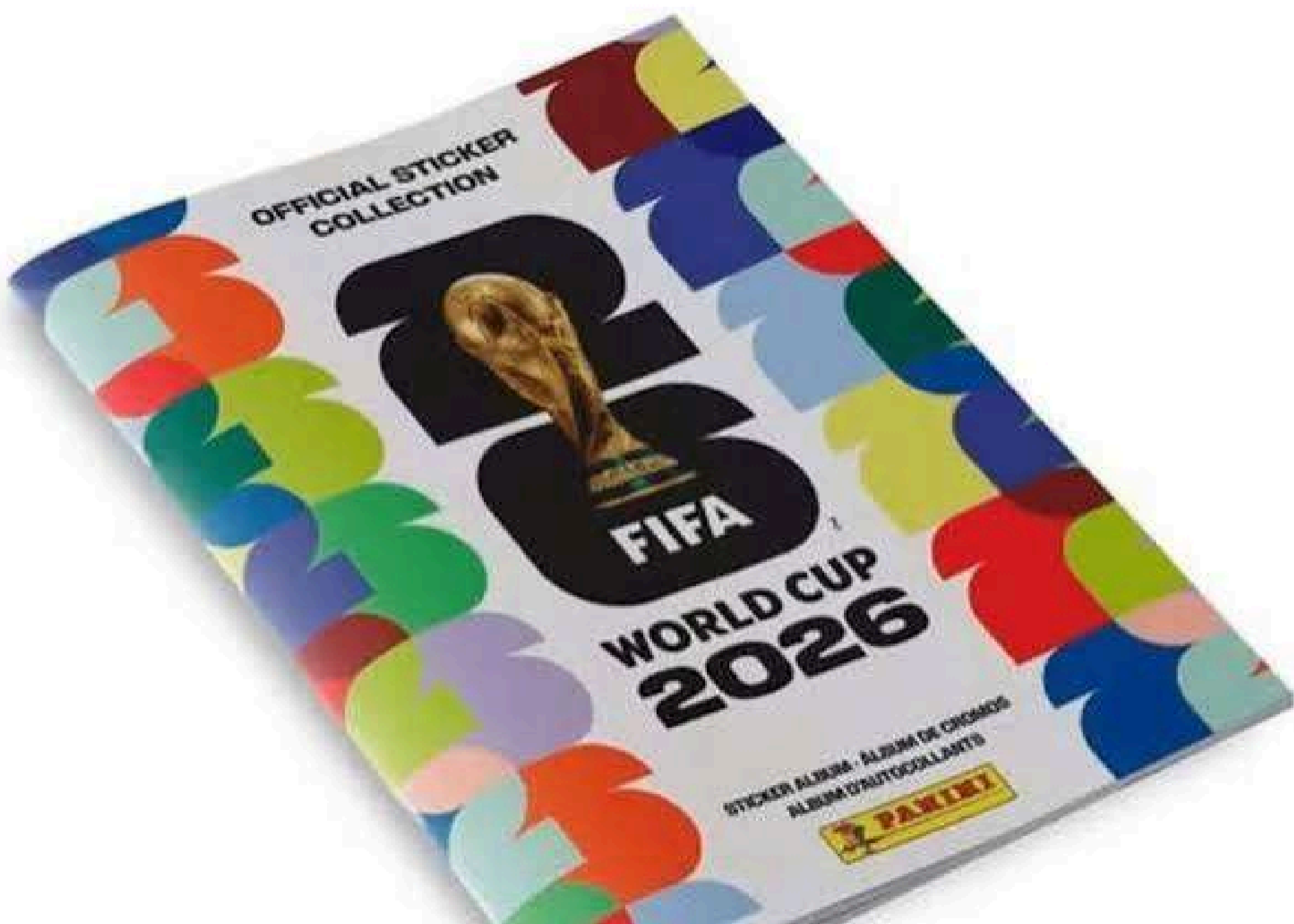
A Copa do Mundo de 2026 já movimentou torcedores e colecionadores. O álbum oficial chega em versões que variam de R\$ 14,99 a R\$ 24,90 (capa comum) e de R\$ 74,90 a R\$ 81,90 (capa dura). Os pacotinhos, com sete figurinhas cada, custam R\$ 7,00.

Esta será a maior edição da história, reunindo 980 cromos e 48 seleções. Completar o álbum apenas comprando pacotes pode custar milhares de reais devido às repetições. Por isso, a velha prática das trocas continua sendo a melhor alternativa.

Aliás, fica a dica: procure grupos de colecionadores em seu bairro, condomínio, escola, clube ou redes sociais. Além de economizar, as trocas transformam a coleção em uma experiência social, aproximando pessoas que compartilham a mesma paixão.

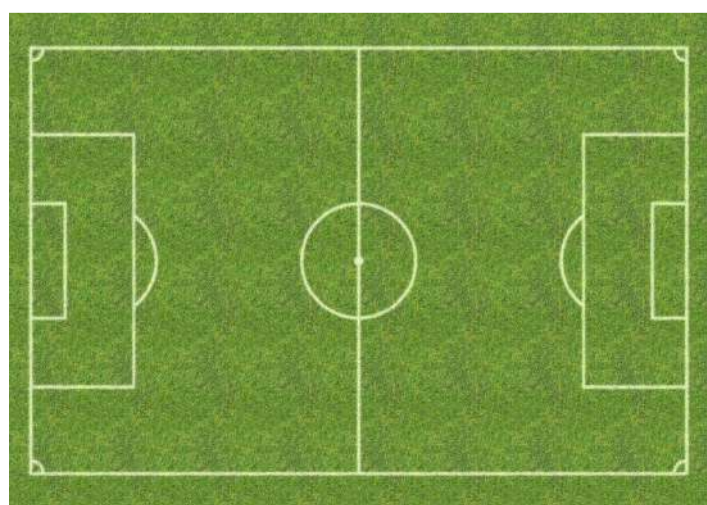
Entre as figurinhas mais disputadas estão as da categoria **Legend**, que homenageiam craques como Vinícius Júnior, Lionel Messi, Cristiano Ronaldo, Erling Haaland e Kylian Mbappé. As versões **douradas** são extremamente raras e algumas chegam a ser anunciadas por mais de R\$ 1.000.

Mas atenção: o valor dessas figurinhas também atrai golpistas. Antes de comprar cromos raros pela internet, verifique a reputação do vendedor, peça fotos detalhadas e desconfie de ofertas muito abaixo do preço praticado pelo mercado.



Colecionar, aliás, está longe de ser uma novidade. Muitos leitores 50+ se lembrarão das coleções de tampinhas de garrafa, marcas de maços de cigarros, álbuns educativos, cartões telefônicos, moedas e outros objetos curiosos. Naquela época, quase nunca havia dinheiro envolvido. O verdadeiro prazer estava em encontrar uma peça difícil, trocar itens com amigos e construir uma coleção por pura paixão.

Se você ainda mantém algum item colecionável antigo, seja ele um álbum, brinquedo ou lembrança de infância, este é o momento perfeito para resgatá-lo. Reviver essas memórias conecta gerações, desperta nostalgia e mostra que, independentemente do tempo, o prazer de colecionar permanece vivo.



**TABELA DOS JOGOS
DA COPA 2026
NAS PÁGINAS A
SEGUIR**

[Índice →](#)

ACOMPANHE PELO NOSSO CANAL DO WHATSAPP A PONTUAÇÃO

Divulgação

GRUPO A		PTS	
A1	México	<input type="text"/>	<input type="text"/>
A2	África do Sul	<input type="text"/>	<input type="text"/>
A3	Coreia do Sul	<input type="text"/>	<input type="text"/>
A4	Tchêquia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
11 jun 16:00	MEX	<input type="text"/>	RSA
11 jun 23:00	KOR	<input type="text"/>	CZE
18 jun 13:00	CZE	<input type="text"/>	RSA
18 jun 22:00	MEX	<input type="text"/>	KOR
24 jun 22:00	CZE	<input type="text"/>	MEX
24 jun 22:00	RSA	<input type="text"/>	KOR

GRUPO B		PTS	
B1	Canadá	<input type="text"/>	<input type="text"/>
B2	Bósnia e Herzegovina	<input type="text"/>	<input type="text"/>
B3	Catar	<input type="text"/>	<input type="text"/>
B4	Suíça	<input type="text"/>	<input type="text"/>
12 jun 16:00	CAN	<input type="text"/>	BIH
13 jun 16:00	QAT	<input type="text"/>	SUI
18 jun 16:00	SUI	<input type="text"/>	BIH
18 jun 19:00	CAN	<input type="text"/>	QAT
24 jun 16:00	SUI	<input type="text"/>	CAN
24 jun 16:00	BIH	<input type="text"/>	QAT

GRUPO C		PTS	
C1	Brasil	<input type="text"/>	<input type="text"/>
C2	Marrocos	<input type="text"/>	<input type="text"/>
C3	Haiti	<input type="text"/>	<input type="text"/>
C4	Escócia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
13 jun 19:00	BRA	<input type="text"/>	MAR
13 jun 22:00	HAI	<input type="text"/>	SCO
19 jun 19:00	SCO	<input type="text"/>	MAR
19 jun 21:30	BRA	<input type="text"/>	HAI
24 jun 19:00	SCO	<input type="text"/>	BRA
24 jun 19:00	MAR	<input type="text"/>	HAI

GRUPO D		PTS	
D1	Estados Unidos	<input type="text"/>	<input type="text"/>
D2	Paraguai	<input type="text"/>	<input type="text"/>
D3	Austrália	<input type="text"/>	<input type="text"/>
D4	Turquia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
12 jun 22:00	USA	<input type="text"/>	PAR
13 jun 01:00	AUS	<input type="text"/>	TUR
19 jun 01:00	TUR	<input type="text"/>	PAR
19 jun 16:00	USA	<input type="text"/>	AUS
25 jun 23:00	TUR	<input type="text"/>	USA
25 jun 23:00	PAR	<input type="text"/>	AUS

GRUPO E		PTS	
E1	Alemanha	<input type="text"/>	<input type="text"/>
E2	Curaçao	<input type="text"/>	<input type="text"/>
E3	Costa do Marfim	<input type="text"/>	<input type="text"/>
E4	Equador	<input type="text"/>	<input type="text"/>
14 jun 14:00	GER	<input type="text"/>	CUW
14 jun 20:00	CIV	<input type="text"/>	ECU
20 jun 17:00	GER	<input type="text"/>	CIV
20 jun 21:00	ECU	<input type="text"/>	CUW
25 jun 17:00	ECU	<input type="text"/>	GER
25 jun 17:00	CUW	<input type="text"/>	CIV

GRUPO F		PTS	
F1	Holanda	<input type="text"/>	<input type="text"/>
F2	Japão	<input type="text"/>	<input type="text"/>
F3	Suécia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
F4	Tunísia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
14 jun 17:00	NED	<input type="text"/>	JPN
14 jun 23:00	SWE	<input type="text"/>	TUN
20 jun 01:00	TUN	<input type="text"/>	JPN
20 jun 14:00	NED	<input type="text"/>	SWE
25 jun 20:00	TUN	<input type="text"/>	NED
25 jun 20:00	JPN	<input type="text"/>	SWE

GRUPO G		PTS	
G1	Bélgica	<input type="text"/>	<input type="text"/>
G2	Egito	<input type="text"/>	<input type="text"/>
G3	Irã	<input type="text"/>	<input type="text"/>
G4	Nova Zelândia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
15 jun 16:00	BEL	<input type="text"/>	EGY
15 jun 22:00	IRN	<input type="text"/>	NZL
21 jun 16:00	BEL	<input type="text"/>	IRN
21 jun 22:00	NZL	<input type="text"/>	EGY
27 jun 00:00	NZL	<input type="text"/>	BEL
27 jun 00:00	EGY	<input type="text"/>	IRN

GRUPO H		PTS	
H1	Espanha	<input type="text"/>	<input type="text"/>
H2	Cabo Verde	<input type="text"/>	<input type="text"/>
H3	Arábia Saudita	<input type="text"/>	<input type="text"/>
H4	Uruguai	<input type="text"/>	<input type="text"/>
15 jun 13:00	ESP	<input type="text"/>	CPV
15 jun 19:00	KSA	<input type="text"/>	URU
21 jun 13:00	ESP	<input type="text"/>	KSA
21 jun 19:00	URU	<input type="text"/>	CPV
26 jun 21:00	URU	<input type="text"/>	ESP
26 jun 21:00	CPV	<input type="text"/>	KSA

GRUPO I		PTS	
I1	França	<input type="text"/>	<input type="text"/>
I2	Senegal	<input type="text"/>	<input type="text"/>
I3	Iraque	<input type="text"/>	<input type="text"/>
I4	Noruega	<input type="text"/>	<input type="text"/>
16 jun 16:00	FRA	<input type="text"/>	SEN
16 jun 19:00	IRQ	<input type="text"/>	NOR
22 jun 18:00	FRA	<input type="text"/>	IRQ
22 jun 21:00	NOR	<input type="text"/>	SEN
26 jun 16:00	NOR	<input type="text"/>	FRA
26 jun 16:00	SEN	<input type="text"/>	IRQ

GRUPO J		PTS	
J1	Argentina	<input type="text"/>	<input type="text"/>
J2	Argélia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
J3	Áustria	<input type="text"/>	<input type="text"/>
J4	Jordânia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
16 jun 01:00	AUT	<input type="text"/>	JOR
16 jun 22:00	ARG	<input type="text"/>	ALG
22 jun 00:00	JOR	<input type="text"/>	ALG
22 jun 14:00	ARG	<input type="text"/>	AUT
27 jun 23:00	JOR	<input type="text"/>	ARG
27 jun 23:00	ALG	<input type="text"/>	AUT

GRUPO K		PTS	
K1	Portugal	<input type="text"/>	<input type="text"/>
K2	RD Congo	<input type="text"/>	<input type="text"/>
K3	Uzbequistão	<input type="text"/>	<input type="text"/>
K4	Colômbia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
17 jun 14:00	POR	<input type="text"/>	COD
17 jun 23:00	UZB	<input type="text"/>	COL
23 jun 14:00	POR	<input type="text"/>	UZB
23 jun 23:00	COL	<input type="text"/>	COD
27 jun 20:30	COL	<input type="text"/>	POR
27 jun 20:30	COD	<input type="text"/>	UZB

GRUPO L		PTS	
L1	Inglaterra	<input type="text"/>	<input type="text"/>
L2	Croácia	<input type="text"/>	<input type="text"/>
L3	Gana	<input type="text"/>	<input type="text"/>
L4	Panamá	<input type="text"/>	<input type="text"/>
17 jun 17:00	ENG	<input type="text"/>	CRO
17 jun 20:00	GHA	<input type="text"/>	PAN
23 jun 17:00	ENG	<input type="text"/>	GHA
23 jun 20:00	PAN	<input type="text"/>	CRO
27 jun 18:00	PAN	<input type="text"/>	ENG
27 jun 18:00	CRO	<input type="text"/>	GHA

Matéria de Capa

Arquivo pessoal



UMA MORTE, DUAS VIDAS

Especial Dia dos Namorados

[Índice →](#)

Algumas histórias de amor começam em festas, viagens ou encontros planejados. Outras surgem dos lugares mais improváveis. Nesta edição, compartilhamos uma história real que começou de uma forma que ninguém poderia imaginar.

UMA MORTE, DUAS VIDAS

Quantas vezes um único instante é capaz de mudar o rumo de uma vida? Às vezes, o destino não chega com alarde. Não marca hora. Não avisa que está entrando em cena. Ele apenas se esconde em um gesto simples, daqueles que parecem desaparecer na memória do mundo.

Era outubro de 1981. Familiares e amigos se reuniam no velório para se despedir de uma senhora querida. O ambiente era de silêncio, lágrimas e lembranças. Eu, jovem magríssimo, de cabeça raspada após passar no vestibular, aproximei-me do caixão da

minha avó para um último adeus. Inclinei-me e dei um beijo na face dela, ainda sobre o caixão. Para mim, aquele gesto era apenas uma despedida, de gratidão e respeito. Entre as pessoas, aguardando o momento do sepultamento, estava uma jovem discreta. Para ela, meu gesto ficou marcado. A emoção gravou minha fisionomia em sua memória — um detalhe que mais tarde mudaria tudo.

Meses depois, no meio de 1982, no final da aula noturna, um amigo me convidou para dar carona a algumas amigas que aguardavam ônibus no centro da cidade. Entre elas estava a jovem do velório. Ela aceitou a carona apenas porque me reconheceu como primo — resultado de me ver ao lado de minha minha mãe no velório. Quando se apresentou como minha prima, confesso que discordei imediatamente: nunca a havia visto antes. Ela, porém, conhecia minha família e me convenceu do parentesco, algo que mais

tarde confirmei com meus pais: ela era, de fato, minha prima segunda por parte daquela minha avó falecida — justamente a senhora a quem eu havia prestado a última homenagem com um beijo.

As caronas continuaram e, rapidamente, passaram a ser apenas nós dois. Começamos a nos ver mais, conversar com frequência e nossas vidas começaram a se entrelaçar. Boas conversas, risadas e minhas “cantadas” espontâneas nos aproximaram. Nem tudo foi simples. Houve resistência, desencontros e até concorrentes no caminho. Mas, em março de 1983, finalmente nos acertamos e iniciamos nosso namoro. Casamos em 1984.

Nossa festa de casamento e a lua de mel são um capítulo à parte, repleto de situações que ainda hoje arrancam boas gargalhadas. Essa é uma história para outro momento.

Desde então, vivemos muitas subidas e descidas. Algumas quedas deixaram marcas; outras apenas nos deram força. Enfrentamos desafios e vitórias diárias, algumas vezes puxando a corda para lados diferentes, outras empurrando juntos o obstáculo montanha acima. Em todo esse tempo, Deus nos ajudou. Depois de quatro anos de casados, fomos abençoados com nossa filha, que hoje nos alegra com três netos.

Hoje, mais de quatro décadas depois, continuo pensando na estranha beleza daquela sequência de acontecimentos: um gesto de despedida, um olhar silencioso, uma carona oferecida sem pretensão. Pequenos momentos que, isoladamente, pareciam insignificantes, mas que mudaram para sempre o rumo de nossas vidas. Dizem que a vida é feita de escolhas. Talvez seja verdade. Mas, olhando para trás, ela

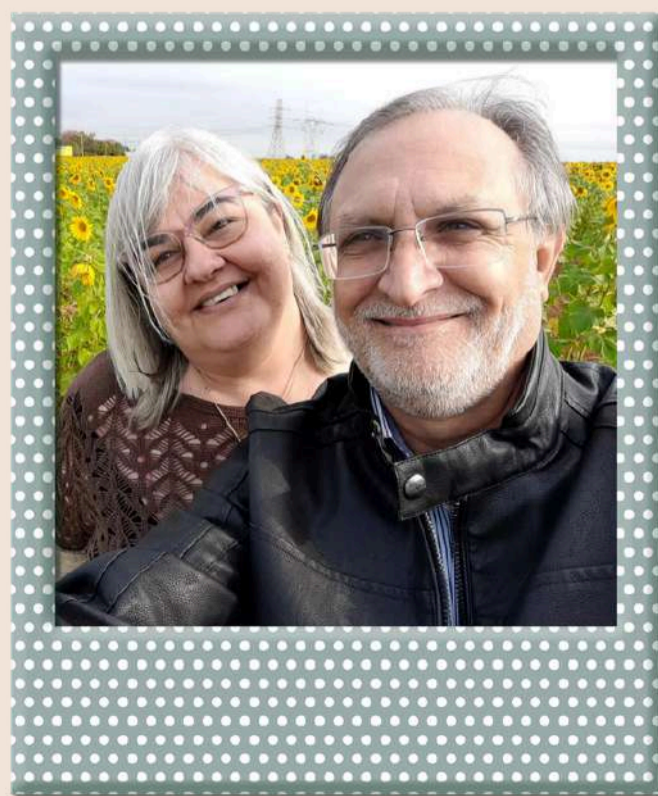
também parece ser feita de encontros. Na edição anterior contamos a história de Gustavo e Aline, unidos inicialmente por um hobby em comum e, depois, por uma vida inteira de amor.

O nosso começou em um velório. Uma despedida que deu início a uma história que atravessou décadas, construiu uma família, enfrentou desafios, celebrou conquistas e continua sendo escrita todos os dias.

**Neste Dia dos Namorados,
celebramos que o amor pode
surgir quando menos se espera.**

Arquivo pessoal Davison J Rossatto e Nilza Paschoalini Rossatto
Todas as imagens são de propriedade exclusiva do autor do texto. Proibido o uso sem autorização

Colaborador convidado:
Davison e Nilza



Em uma emergência, seu crachá pode falar por você.

Identificação essencial para pessoas com condições invisíveis como a Síndrome de Ehlers-Danlos e outras comorbidades.

MAIS INFORMAÇÕES
19 99416314



@ZBRARARA



Divulgação



Crachá de Identificação Médica

feito para trazer mais segurança
no seu dia a dia.

- ✓ Informações importantes visíveis
- ✓ Ajuda em atendimentos de emergência
- ✓ Evita erros e atrasos no cuidado
- ✓ Leve, resistente e confortável
- ✓ Acompanha cordão personalizado

CONHEÇA
OS MODELOS



EM PROL DAS ENTIDADES ASSISTÊNCIAIS DO MUNICÍPIO

SUMARÉ 2026

ARRAIÁ NA PRAÇA

SEXTA-FEIRA

26 JUNHO | A PARTIR
DAS 17H

SÁBADO

27 JUNHO | A PARTIR
DAS 14H

Praça do Macarenko

Dor crônica

Enfrentamento com
novas Leis

[Índice →](#)

A sanção da Lei nº 15.422, de 3 de junho de 2026, representa um avanço significativo para milhões de brasileiros que convivem diariamente com a **dor crônica**. A legislação institui diretrizes básicas para a melhoria da assistência às pessoas com essa condição e cria o Dia Nacional de Conscientização e Enfrentamento da Dor Crônica, celebrado anualmente em 5 de julho.

A dor crônica é caracterizada pela persistência da dor por mais de três meses, podendo estar associada a diversas doenças e condições de saúde.

Além do sofrimento físico, ela pode impactar profundamente a qualidade de vida, interferindo no trabalho, nos estudos, nas relações sociais, no sono e na saúde emocional dos pacientes.

A nova lei busca ampliar a conscientização da população sobre o tema e incentivar a formulação de políticas públicas voltadas à prevenção, diagnóstico, tratamento e acompanhamento das pessoas afetadas. Entre seus objetivos estão a promoção de campanhas educativas, a divulgação de informações confiáveis e o fortalecimento da assistência prestada pelos serviços de saúde.

A medida também contribui para dar visibilidade a grupos frequentemente negligenciados pelo sistema de saúde, como pessoas com doenças raras, síndromes genéticas, condições reumatológicas, neurológicas e musculoesqueléticas. Entre elas estão pacientes com Síndrome de Ehlers-Danlos (SED) e Transtorno do Espectro da Hiper mobilidade (TEH), que frequentemente enfrentam dores

persistentes e dificuldades para obter diagnóstico e tratamento adequados.

Embora a lei não crie tratamentos específicos, seu reconhecimento oficial da dor crônica como uma questão de saúde pública fortalece a luta por mais acesso a profissionais capacitados, atendimento multidisciplinar e acolhimento adequado.

Mais do que uma data no calendário, a nova legislação representa um passo importante para que a dor crônica deixe de ser invisível e passe a ser compreendida, respeitada e enfrentada com a atenção que merece.



pexels-kindelmedia-7298628.jpg

JUNHO

2026



Não importa quantas vezes for preciso **começar** de novo. Com **Deus**, sempre há esperança e propósito.



Boa semana

REVISTA DIGITAL

VillaUP

@ REVISTA VILLA A UP