

IMPOSTO DE RENDA 2026



O prazo de entrega para a declaração do Imposto de Renda de 2026 **terminará no dia 29 de maio**.

É obrigado a declarar o contribuinte que teve renda acima de R\$ 35.584,00 em 2025.

As medidas aprovadas em 2025, como a ampliação da faixa de isenção para trabalhadores que recebem até R\$ 5

mil e os descontos para quem ganha R\$ 7.350,00 só passarão a valer na declaração de 2027, porque a entrega de 2026 é referente aos rendimentos de 2025.

A confusão entre a isenção do imposto e a obrigatoriedade de entregar a declaração é comum entre os contribuintes.

Quem utiliza **Chave Pix CPF** e a declaração pré-preenchida receberá a restituição mais rápido. Este ano a devolução será em 4 lotes de maio a agosto, sempre no último dia útil do mês.

Hoje é dia de ...

- 07/04 Dia do Jornalista
- 08/04 Dia Mundial da Saúde**
- 08/04 Dia Mundial do combate ao Câncer
- 15/04 Dia da Conservação do Solo**
- 24/04 Dia Mundial do Livro
- 25/04 Dia do Contabilista
- 30/04 Dia Nacional da Mulher

A AAPP homenageia e parabeniza seus associados pela data dedicada à sua profissão, ao seu dia ou atividade. E ainda registramos as datas significativas para a comunidade.



 **Vale a pena conferir!**
Pag. 4

Editorial	O poder da superação humana	Pág. 2
Recado da AAPP	INSS define regras para emissão da Carteira de Identidade Nacional (CIN)	Pág.3
Qualidade de Vida	Entenda o que é disfasia e previna-se	Pág. 3
Cultura	Confira o livro do nosso associado sobre o meio ambiente urbano	Pág.4



Acesse a página da AAPP no Facebook: AAPP-CETESB!

Fale conosco!
aappcetesb@uol.com.br

NOVIDADE

Siga a AAPP no
 **instagram** @aappcetesb

DIA 05 DE JUNHO
Dia Mundial do Meio Ambiente

Há exatos cinco anos atrás mergulhávamos num mundo de incertezas. Todos em quarentena até segunda ordem. Todos isolados por causa de um vírus à solta.

E no aqui e agora, nós, os sobreviventes seguindo em frente. Cada um com a sua história, e afinal, como quando diz a letra da melodia, *cada um sabe a dor e a delícia de ser o que é.*

Todas essas lembranças vieram à mente com o livro recém-lançado por um de nossos diretores, Attilio Brunacci, sobre propostas para a preservação do meio ambiente urbano. Atuando pela COOPEMA, na qual também é diretor, ele conta que o livro nasceu pelo desejo de tornar este material público, fruto de um trabalho que estava desenvolvendo para o estado do Piauí, quando a pandemia interrompeu tudo.

Isso me fez refletir na capacidade de superação do ser humano. A nossa capacidade de, com fé, nos reinventar e seguir adiante. Desejo que este breve relato de divulgação possa inspirar a todos os associados.

As águas de março estão fechando o verão e temos de estar

atentos para combater o mosquito da dengue. E o fato dele não ser transmissor somente da dengue, mas também de mais três tipos de doenças (Chikungunya, Zica e Febre Amarela) torna a necessidade de ajudar vital para todos. A cada 7 dias checar o seu entorno para detectar possíveis criadouros à nossa volta. Se cada um fizer a sua parte estaremos todos protegidos.

Uma das ultimas *fake news*, circulou com notícias falsas e alarmantes sobre suspensão de benefícios por causa da obrigatoriedade da Carteira de Identidade Nacional (CIN). O Governo esclarece sobre a nova regra e lançou um cronograma. Vamos ficar atentos e passar a checar as notícias para não ficarmos preocupados à toa.

Também recomendamos a matéria de saúde dessa edição. É muito importante para se prevenir e saber como agir se for necessário.

Fiquem atentos.

Um forte abraço a todos.

Ivan Ronaldo Horcel
Presidente

Não seja enganado e não compartilhe notícias falsas



As *fake news* estão por toda a rede e sobre os mais variados assuntos. Os aposentados e pensionistas têm sido alvo frequente de notícias falsas, principalmente depois que o governo emitiu o decreto tornando obrigatória a Nova Carteira de Identidade Nacional (CIN) para todos os beneficiários do INSS. Antes de acreditar ou compartilhar

noticias que podem ser falsas, saiba que você tem como checar. **Como fazer isso?** Copie o texto do título da notícia e jogue no Google acompanhado da palavra "fato ou *fake*", ou "boatos". Os sites como **Agência Lupa e Aos Fatos** fazem este trabalho por você. As notícias falsas se espalham rápido, mas a gente pode enfrentar com agilidade. **O combate a desinformação é dever de todos nós. Descobriu uma notícia falsa? Compartilhe a verdade.**



Genevar Nascimento Silva
em 11/10/2025 aos 89 anos.



Ghandi Pires Fraga
em 06/02/2026 aos 85 anos.

É com pesar que informamos o falecimento dos associados:

A Diretoria da AAPP se solidariza e envia condolências aos familiares e amigos.

EXPEDIENTE

JORNAL DA AAPP

Publicação da Associação dos Aposentados, Pré-Aposentados e Pensionistas da CETESB
Endereço: Rua Marcos Azevedo, 41 - Pinheiros - São Paulo - SP - CEP 05429-110
Telefax: (11) 3034-0412 | 95809-4493 (TIM)
E-mail: aappcetesb@uol.com.br

Presidente: Ivan Ronaldo Horcel
Vice-Presidente: Reynaldo Abrão Miguel
Diretor-Secretário: Attilio Brunacci

Diretor Tesoureiro: Eduardo Roberto Cardoso Gusmão
Diretora de Benefícios: Maria do Rosário D.M.M. Castro

Diretora Social/Cultural: Célia Gnojny

Diretora de Divulgação: Yara Maria Gomide Gouvea

É permitida a reprodução parcial ou total do conteúdo desde que citada a fonte.

Jornalista Responsável e Edição de Textos
Raquel Braganholi - Mtb 22.219/SP
E-mail: rbraganholi@uol.com.br

Diagramação/Editoração Eletrônica
Ideias e Soluções

E-mail: queiroz.ideiasolucoes@gmail.com

Tiragem: 700 exemplares

INSS define as regras e cronograma para a **emissão da nova CIN obrigatória**



Em 25 de novembro de 2025, a comprovação da biométrica passou a ser obrigatória para os novos pedidos de benefícios do INSS. A obrigação está prevista no Decreto 12.561/2025, que regulamenta a Lei 15.077. A exigência tem como objetivo aumentar a segurança e a precisão no pagamento de aposentadorias, pensões e benefícios sociais.

Desde então, as redes sociais foram inundadas por notícias falsas de que o Instituto Nacional do Seguro Social (INSS) bloquearia benefícios de quem já recebe aposentadoria por falta da nova Carteira de Identidade Nacional (CIN). **É fake news.** Na verdade nada muda para quem recebe benefício já concedido.

Na fase atual, a biometria é exigida apenas para os novos

pedidos de benefícios, com o **INSS podendo usar tanto os dados biométricos da CIN, como da carteira de habilitação ou do título de eleitor.**

A partir de 1º de maio de 2026, a biometria digital passa a ser obrigatória **para os novos pedidos de salário-maternidade, benefício por incapacidade temporária (antigo auxílio-doença) e pensão por morte.** Também a partir dessa data, quem pedir qualquer benefício do INSS e não tiver biometria em nenhum desses documentos, precisará emitir a CIN para dar andamento no processo. No entanto, as biometrias do título de eleitor e da carteira de motorista continuarão aceitas.

Somente a partir de 1º de janeiro de 2028, a CIN se tornará o único documento exigido para novos pedidos e manutenção de benefícios do INSS.

O INSS informará tudo aos segurados por meio do aplicativo e do site Meu INSS e também nos postos de atendimento.

Disfagia pode ser muito perigosa **e até fatal**



A disfagia (dificuldade de engolir) é muito comum em idosos e é uma condição que torna o ato de engolir alimentos ou líquidos difícil e perigoso. Isso ocorre devido ao envelhecimento que propicia a flacidez na musculatura da laringe e faringe, além da diminuição da

sensibilidade na boca e garganta.

O engasgo é uma das principais causas de internação e mortalidade em idosos no Brasil, com registro de mais de 1500 mortes anuais.

Engasgar na terceira idade é uma condição séria e pode, de fato, levar à morte por asfixia imediata (obstrução das vias aéreas) ou complicações como ir para os pulmões (broncoaspiração), causando pneumonia aspirativa, desnutrição e desidratação, que também podem ser fatais.

Sinais de alerta: tossir, engasgar-se durante as refeições ou pigarrer constantemente são sinais de alerta que indicam a necessidade de avaliação por um fonoaudiólogo.

É importante considerar que engasgos frequentes não são “normais” e devem ser investigados por um médico ou fonoaudiólogo.

Principais medidas preventivas

✓ Mastigar bem

Coma devagar e mastigue bem os alimentos antes de engolir

✓ Evite distrações

Não coma rindo, falando alto ou andando. É preciso escolher um lugar tranquilo para fazer as refeições

✓ Postura

Alimente-se sentado com a coluna ereta

✓ Atenção a alimentos perigosos

Tenha cuidado redobrado com alimentos pequenos e duros, como (pipoca, amendoim, balas)



Manobra de Heimlich

O que NÃO fazer: Não tente retirar o alimento com o dedo, às cegas, pois pode empurrá-lo mais fundo, e, também não dê água a alguém que esteja engasgado.

Em caso de engasgo total, a **Manobra de Heimlich** deve ser aplicada imediatamente para desobstruir as vias aéreas. Ela consiste em ficar atrás da pessoa e envolvê-la com os braços. Faça um punho cerrado com uma das mãos e coloque acima do umbigo. Com a outra mão, abrace o punho e faça compressões rápidas e fortes para dentro e para cima (movimento em “J”).

Maio

Hoje é dia de ...

- 05//05 Dia Mundial da Higiene das Mãos
- 11/05 **Dia das Mães**
- 15/05 **Dia da Assistente Social**
- 16/05 Dia do Faxineiro
- 22/05 Dia do Economista
- 29/05 Dia do Geólogo
- Dia do Estatístico
- 31/05 **Dia Mundial do Combate ao Fumo**

Junho

Hoje é dia de ...

- 01/06 Dia da Imprensa
- 03/06 Dia do Administrador de pessoal
- 05/06 **Dia Mundial do Meio Ambiente**
- Dia da Ecologia**
- 09/06 **Dia do Porteiro**
- 11/06 **Dia do Educador Sanitário**
- 17/06 **Dia do Funcionário Público Aposentado**
- 18/06 Dia do Químico
- 25/06 Dia Internacional Contra as Drogas
- 29/06 Dia da Telefonista

AAPP homenageia e parabeniza seus associados pela data dedicada à sua profissão, ao seu dia ou atividade.

E ainda registramos as datas significativas para a comunidade.



Associado lança livro sobre o meio ambiente



O livro “Elementos de **Educação Ambiental Urbana**” nasceu, após a pandemia fruto de um trabalho que estava sendo desenvolvido pela COOPEMA (Cooperativa de Trabalho dos Profissionais em Meio Ambiente) para o estado do Piauí e que foi interrompido pelas circunstâncias da necessidade do isolamento social daquele momento.

Attilio traz a proposta de uma reflexão sobre os problemas do meio ambiente urbano, partindo do princípio de que as cidades deveriam ser preservadas tanto quanto os ecossistemas naturais, e mais especificamente, considerações sobre o lixo doméstico, esse indesejável 'companheiro' de todos nós na trajetória da nossa existência; companheiro que nos acompanha desde o nosso nascimento, quando ganhamos um pacote de fraldas descartáveis até a hora que nos carregam para a sepultura junto com muitas flores, também elas descartáveis.

O autor propõe que a educação ambiental voltada para os problemas do meio ambiente urbano, ao apresentar possíveis soluções que estão ao alcance de qualquer cidadão, nos mostra que é possível nutrir, manter e preservar a qualidade de vida dos seus habitantes, não apenas da atualidade como das futuras gerações.

Por Attilio Brunacci

Membro da Diretoria da Coopema e da AAPP

(BIOGRAFIA – ATTILIO BRUNACCI)

Licenciado em Filosofia e Teologia pela PUC-SP, Attilio Brunacci é aposentado da Cetesb (Cia. Ambiental do Estado de São Paulo), onde desenvolveu trabalhos no setor de transferência de tecnologia e de educação ambiental. Na gestão do secretário Walter Barelli na Secretaria do Emprego e Relações do Trabalho do Estado de São Paulo, colaborou na implantação das Frentes de Trabalho da Região Metropolitana. Atuou na periferia da Capital desenvolvendo ações de caráter religiosos e sociocultural e trabalhou como assessor de professores e alunos em trabalhos acadêmicos em nível de mestrado e doutorado em diferentes áreas do conhecimento. Tornou-se diretor-secretário da AAPP (Associação dos Aposentados, Pré-Aposentados e Pensionistas da Cetesb) e membro do Conselho Fiscal da Coopema (Cooperativa de Trabalho dos Profissionais em Meio Ambiente).

Canais de venda do livro

Livraria Martins Fontes na Avenida Paulista e nas plataformas: Estante Virtual, Amazon, Um livro e Kobo.



São Paulo - SP - CEP 05429-110
Rua Marcos Azevedo, 41 - Pinheiros
Pré-Aposentados e Pensionistas da CETESB
Associação dos Aposentados,

AAPP

FECHAMENTO AUTORIZADO. Pode ser aberto pela ECT.