

INSS estabelece regras para renovação da nova Carteira de Identidade Nacional (CIN)



Novos pedidos: Todo novo pedido de benefício exige cadastro biométrico vinculado a um documento válido.

Documentos aceitos: a biometria pode ser validada por meio da nova Carteira de Identidade Nacional (CIN), da CNH ou do Título de Eleitor.

Prazo para todos: a partir de 1º de janeiro de 2028, a CIN se tornará o único documento aceito pelo INSS.

Benefícios ativos: O INSS não está cortando benefícios de quem recebe e ainda não tem a nova CIN.

Prova de vida: a biometria da nova carteira de identidade já é usada pelo governo para fazer a prova de vida automática.

Não acredite em boatos. Em caso de dúvida, busque o teleatendimento do INSS pelo 135. As chamadas feitas a partir de aparelhos celulares passaram a ser gratuitas em todo território nacional.

Horário de atendimento: funciona de segunda a sábado, das 7h às 22h (horário de Brasília). Fora desse período, o atendimento continua disponível apenas de forma eletrônica.

Confira o passo a passo para tirar a sua nova carteira na pag. 8

Hoje é dia de ...

- 01/07 Dia Internacional do Cooperativismo
- 02/07 Dia do Administrador de Pessoal
- 12/07 Dia do Engenheiro Florestal
- 13/07 Dia do Engenheiro do Saneamento
- 17/07 Dia de Proteção das Florestas
- 20/07 Dia do Amigo e Internacional da Amizade
- 25/07 Dia do Motorista
- 26/07 Dia dos Avós

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.

Editorial	Mais um ciclo se inicia	Pág. 2
Seu Direito	Estatuto dos Direitos do Paciente entra em vigor	Pág.4
Utilidade Pública	Novidades e alertas	Págs. 5 e 8
Qualidade de vida	Confira as dicas de saúde	Pág.6
Lazer	Conveniados da AAPP do setor de lazer	Pág.7



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

Fale conosco!
aappcetesb@uol.com.br

NOVIDADE

Siga a AAPP no Instagram @aappcetesb



15 de julho
Dia de Proteção das Florestas



Nesta edição trazemos uma notícia de interesse geral, sem exceção, e que devemos divulgar entre os nossos familiares e amigos.

Depois de 4 anos de tramitação, o **Estatuto dos Direitos do Paciente** foi aprovado pelo Congresso e, após sanção do presidente da República, entrou em vigor em todo território nacional em abril.

O Estatuto dos Direitos do Paciente representa um marco importante para a assistência em saúde no Brasil. Mais do que uma novidade legislativa, a Lei n 15.378 reforça um modelo assistencial centrado na pessoa, com maior transparência, segurança e responsabilização de todos os envolvidos no tratamento.

Trazemos também outros assuntos relevantes como a novidade do Ministério da Educação que lançou uma biblioteca digital gratuita com mais de 25 mil títulos. Alertas sobre novos

tipos de golpes dos quais sempre é bom saber, pois nesses casos também prevenir é o melhor remédio. Qualidade de vida e lazer completam a edição.

Não podíamos deixar de agradecer pela confiança em nossa gestão, renovada através dos votos recebidos após mais um eleição. Nos sentimos honrados e cientes de que a cada novo ciclo devemos continuar trabalhando em busca de novos frutos. Sempre em frente.

Por último, lembramos aqueles que, por algum motivo, ainda não se vacinaram contra a gripe este ano, ainda podem tomar a vacina. Basta se dirigir à Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próxima de sua residência.

Cuidem-se bem e um forte abraço a todos.

Ivan Ronaldo Horcel
Presidente

Angela de Campos Machado**Lineu José Bassoi****Roseli Duarte Aranha****Fique ligado!****Imposto de Renda 2026**

Esse ano, devido as inconsistências do novo programa da Receita Federal ocorreram vários casos de pessoas que caíram na malha fina.

A Receita Federal informa que não envia notificações por e-mail, muito menos por links para verificação de regularidade de CPF. Se receber e-mail não clique no link. Em caso de dúvida a Receita Federal orienta o contribuinte a fazer a consulta pelo próprio site da Receita.

É com pesar que informamos o falecimento dos associados:

Maria Cinto
em 20/03, aos 83 anos



Rubens Vieira de Moraes
em 25/03, aos 82 anos



Ottone Fermino Motter
em 13/05, aos 82 anos

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

Diretoria Executiva

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

Diretor Tesoureiro: Bartholomeu Ferez Cruz

Diretora de Benefícios: Maria Lúcia J. A. Parmagnani

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

Diretoria Eleita Biênio 2026 - 2028

Diretoria Executiva

Presidente: Ivan Ronaldo Horcel
Vice-Presidente: Reynaldo Abrão Miguel
Diretor Secretário: Attilio Brunacci
Diretor Tesoureiro: Bartholomeu Ferez Cruz
Diretora de Benefícios: Maria Lúcia J. A. Parmagnani
Diretora Social/Cultural: Célia Gnojny
Diretora de Divulgação: Yara Maria Gomide Gouveia

Suplentes do Conselho Deliberativo

Hideki Otta
José Angelo Valentim
Luiz Carlos da Costa
Renato Pizzi Rossetti
Roberto Kazumi Kinoshita
Ramiro Perez Lopes
Ednaldo do Prado
Ruth Cristina Duarte Aberle
Luiz Ribeiro

Conselho Deliberativo

Presidente: Katia Florentina Cesar Momo
Maria do Rosário D. M. M. de Castro
José Carlos Derisio
Hélio José Marsiglia
Fernando Gonçalves de Castro
Ricardo Minçon Filho
Anali Espíndola Machado de Campos
Carlos Eduardo Negrão
Claudia Maria Zaratini Bairão

Conselho Fiscal

Milton Mônico
Denise Navas Pereira
Mário Yutaka Shimizu

Suplentes do Conselho Fiscal

João Ruocco Junior
Joaquim Carlos Dias dos Santos
Elcio Riroshi Hoyama

Diretor da AAPP visita a Escola Superior da Cetesb



“Recebemos hoje, dia 9 de abril, na Escola Superior da Cetesb, a visita do nosso ex-colega de empresa o licenciado em Filosofia e Teologia Attilio Brunacci, que nos brindou com seu livro recém-publicado **Elementos de Educação Ambiental Urbana**”. (publicado no Instagram do anfitrião)

A foto mostra nosso “anfitrião”, Prof. Jorge Luiz Nobre Gouveia, Assistente Executivo da Cetesb e Gerente da Divisão de Gestão de Conhecimento da Escola Superior. Jorge é graduado em Química Industrial, tem o mestrado em Saúde Pública e doutorado em Tecnologia Nuclear, ambos pela USP. Por oportuno, vale mencionar que ele foi funcionário do Ivan quando ele – o Ivan – era gerente do Laboratório de Química.

O que é a Escola Superior da Cetesb? “É uma unidade de capacitação, formação técnica e científica da Cetesb, focada no ensino aplicado às questões ambientais. Oferece cursos, pós-graduação e treinamento em áreas como licenciamento, monitoração e controle da poluição”.

Cumpra-se destacar que Prof. Jorge se referiu apenas à visita do Attilio. Mas, com ele, também participou do encontro, Ricardo Minçon. Juntos, os dois fizeram a visita em nome da AAPP e da Coopema para cumprirem um compromisso agendado pela colega Irene Rosa Sabiá. **Objetivo da visita?** “Trocar figurinhas” com o professor **sobre a divulgação da existência e a atuação da AAPP e da Coopema, a viabilidade de “amealhar” futuros associados da AAPP e de possíveis profissionais em condições de desenvolver projetos de trabalho através da Cooperativa, além de aprofundar a ideia de uma parceria de docência nos cursos da Cetesb e da Cooperativa.**

Por Attilio Brunacci
Membro da Diretoria da Coopema e da AAPP

Canais de venda do livro Elementos de Educação Ambiental Urbana
Livraria Martins Fontes na Avenida Paulista (SP) e nas plataformas digitais: Estante Virtual, Amazon, Um livro e Kobo.



Estatuto dos Direitos do Paciente **já está em vigor em todo o território nacional**



O **Estatuto dos Direitos do Paciente** foi instituído pela lei nº15.378/2026, em 06 de abril de 2026 e sancionada e publicada no Diário Oficial da União, em 07 de abril de 2026, data em que entrou em vigor.

A legislação garante

mais autonomia, segurança e transparência para quem utiliza os serviços de saúde públicos ou privados no Brasil.

Entre os direitos consolidados pela nova lei, destacam-se:

✓ **Consentimento e autonomia:** o paciente tem o direito de aceitar ou recusar tratamentos e definir diretrizes antecipadas de vontade.

✓ **Acompanhante:** garante-se o direito à presença de acompanhante em consultas e internações.

✓ **Acesso à informação:** direito a um prontuário claro e fácil acesso ao histórico médico.

Você pode conferir a íntegra das regras e deveres diretamente no texto da Lei nº 15.378/2026 no site da AAPP, em seu Direito ou diretamente pelo serviço de busca do Google.

Pacientes do SUS **têm atendimento na rede hospitalar privada**

O Ministério da Saúde firmou convênios com a rede particular para reduzir o tempo de espera por consultas, exames, cirurgias eletivas e tratamentos especializados no Sistema Único de Saúde (SUS).

O principal motivo que levou a essa solução foi a conversão de dívidas das operadoras de planos de saúde e dos hospitais

particulares que possuem dívidas com o governo e optaram por trocá-las pela prestação de serviços médicos ao SUS.

Assim o governo teve sua rede de atendimento ampliada através do uso da estrutura ociosa da rede particular para absorver a demanda reprimida do sistema público de saúde.



Para ser atendido, a porta de entrada continua sendo a Unidade Básica de Saúde (UBS).

✓ Nessa primeira etapa, foram contempladas as especialidades com maior tempo de espera, como oncologia, ortopedia, oftalmologia, ginecologia e cardiologia.

✓ Acompanhamento Digital: os pacientes podem acompanhar a situação do agendamento de consultas e exames diretamente pelo aplicativo **Meu SUS**.

✓ Após a avaliação do médico da família, o paciente é encaminhado para a fila do sistema (Central de Regulação). Quando a vaga é liberada, a Secretaria de Saúde ou o aplicativo avisa o cidadão sobre o agendamento no especialista.

Ministério da Educação lança **biblioteca digital pública gratuita**

A plataforma digital MEC LIVROS lançada pelo Ministério da Educação (MEC), tem como principal objetivo democratizar o acesso à leitura em todo território nacional.

O acervo virtual conta com títulos nacionais e internacionais. São mais de 25 mil obras entre

clássicos consagrado, lançamentos e best-sellers, incluindo também conteúdos pedagógicos e cursos de idiomas.



Regras de empréstimo digital

A plataforma opera de maneira muito parecida com uma biblioteca física tradicional, mas em formato totalmente online.

Prazo: O usuário pode pegar um livro emprestado por até 14 dias, com a opção de renovação por mais 14 dias caso não termine a leitura.

Fila de espera: Para títulos de alta demanda que não são de domínio público, há um limite de licenças simultâneas. Se todas estiverem ocupadas, você entra em uma fila digital até que outro leitor devolva a obra.

Polícia Civil alerta a população **sobre novos golpes residenciais**



Não seja a próxima vítima!

A polícia civil emitiu alertas sobre dois novos golpes que estão enganando os idosos e as pessoas menos atentas.

Os golpistas procuram as pessoas em suas casas com o pretexto de entregar um presente. Pode ser um eletrodoméstico ou até mesmo uma cesta básica. O que os golpistas estão pedindo no momento de deixar o que eles chamam de “um presente”, é que o morador assine um recibo. Preste atenção, pois aqui tem início a estratégia do golpe para roubar os seus dados pessoais.

Eles pedem que a pessoa apresente o RG para que eles anotem os dados. Em seguida, pedem para que a pessoa se deixe fotografar junto com o RG, próximo ao rosto. Este é o momento do golpe.

A pessoa só irá perceber que foi vítima de um golpe

quando a cobrança chegar e ela descobrir que já está no prejuízo.

Os golpistas usam a foto da pessoa que foi fotografada junto ao documento, para abertura de contas correntes em bancos virtuais e até mesmo empréstimos em seu nome.

Existe ainda um outro tipo de golpe dessa modalidade de roubo de dados. Esse é utilizado para enganar quem mora em apartamento.

O porteiro entrega uma encomenda ao morador e avisa que foi deixada na portaria.

Como a encomenda é deixada em nome do morador, a pessoa vai abrir o pacote para ver do que se trata. Geralmente, se trata da entrega de um carregador de celular que a pessoa não solicitou.

Na embalagem consta o aviso: em caso de devolução leia as instruções no QR (código QR). Quando a pessoa faz a leitura todos os dados são capturados. O aparelho entra em colapso e desliga.

Saúde masculina é o destaque do mês de julho



O Dia Internacional do Homem é um evento celebrado no dia 19 de novembro de cada ano em diversos países do mundo, desde 1999. **No Brasil, é comemorado em 15 de julho, desde 1992.**

A Organização das Nações Unidas (ONU)

apoia a iniciativa que tem como uma das metas conscientizar e incentivar a população masculina a adotar cuidados preventivos de saúde em geral, sempre com destaque para o

exame preventivo do câncer de próstata.

O objetivo da data é, além de reforçar a importância dos cuidados preventivos com a saúde masculina, promover a conscientização das discriminações sofridas em várias áreas como educação, família, direito, mídia, entre outras.

O programa do Ministério da Saúde está completando dezoito anos em 2026, mas o avanço, embora seja crescente, sofreu uma estagnação no período da pandemia. É preciso retomar o processo e continuar incentivando para que os homens busquem cada vez mais os exames preventivos. É preciso se conscientizar que quando se faz um exame e se detecta um câncer ou outro tipo de doença logo no início, ele está praticamente salvo.

Fonte: Núcleo de Comunicação Técnico-Científica do Ministério da Saúde

Um check-up completo masculino inclui exames de sangue de rotina, avaliações cardiovasculares e rastreamentos urológicos. Os principais testes englobam

- ✓ Avaliação do sangue: Hemograma, glicemia (diabetes), colesterol e triglicerídeos (cardiovascular).
- ✓ Órgãos vitais: Função renal (creatinina) e hepática (TGO/TGP).
- ✓ Cardiológico: Eletrocardiograma (ECG) para avaliar o ritmo cardíaco.
- ✓ Urologista: Dosagem de PSA e exame de toque retal (rastreamento do câncer de próstata). [

A lista ideal varia conforme a idade, histórico familiar e estilo de vida. Por exemplo, exames de próstata costumam ser recomendados a partir dos 50 anos (ou 45 para homens negros ou com histórico familiar).

Caminhada ajuda a manter a saúde do cérebro



exercício que ajuda a manter a mente saudável na terceira idade. O hábito de caminhar está relacionado a uma redução do risco

de pessoas idosas desenvolverem doenças como mal de Alzheimer, por exemplo.

Além de fazer bem ao coração, a caminhada também está se mostrando uma aliada do cérebro. Estudos recentes reforçaram dados de pesquisas anteriores que apontavam para a caminhada como um

de pessoas idosas desenvolverem doenças como mal de Alzheimer, por exemplo. Cientistas da Universidade de Virgínia analisaram dois mil homens com mais de 71 anos e concluíram que aqueles que andam menos, correm um risco duas vezes maior de desenvolver a enfermidade.

O outro estudo foi feito por pesquisadores da Universidade de Harvard com 18 mil mulheres com idade superiores a 70 anos e concluiu que aquelas que faziam exercícios regularmente obtinham melhores resultados e, testes de agilidade mental.

É importante sempre consultar um médico antes de iniciar qualquer atividade física, mas no caso da caminhada, essa necessidade só ocorre em casos raros ou nos quais a pessoa apresente problemas nos pés e pernas.

Caminhar faz parte da natureza humana. Praticamente não oferece riscos. Basta manter um ritmo calmo no início, ao sair do sedentarismo. E não se deixar levar pela vontade de sair correndo. Ritmos mais fortes necessitam de avaliação médica e também de um tempo para o organismo fazer a transição do sedentarismo para um exercício de mais vigor.

É necessário, também, procurar um calçado adequado e tomar cuidado para não sofrer quedas. Já que muitos trechos de calçadas da cidade têm má conservação.



A.D.A.E.E Rede de Colônia de Férias da Associação dos Servidores do Departamento de Água e Energia Elétrica

* Pousada Guaiúba



A pousada Guaiúba localizada no Guarujá possui 12 quartos, atende 30 pessoas com infraestrutura completa, quartos com ar condicionado, TV a cabo, frigobar, piscina, apartamentos standard e luxo, com café da manhã.

Localização: Praça Getúlio Vargas, 134 - Guarujá Tel.: (13) 3359-2178 - www.pousada.adaee.praia.guaiuba

A pousada prioriza o atendimento a grupos nos finais de semana, acomodando confortavelmente 50 pessoas, com 13 quartos que hospedam de 3 a 9 pessoas. Oferece sala de TV, sala de jogos, piscina, refeitório, churrasqueira, uma boa opção para aniversários, casamentos, confraternizações e etc.

Sede ADAEE - Praça da Sé, 21 - cj.903 (11) 3241-2550 / (11) 3241-4287 - (24) 99919-5037 - www.adaee.com.br

Ponte Nova



O grupo de Hotéis Nacional Inn oferece desconto 20 % (tabela interna) para os associados, dependentes e colaboradores (familiares) da AAPP-CETESB.

Fundado em 1970 em Poços de Caldas, (MG), hoje conta com mais de 85 unidades, presentes em 9 estados e 34 cidades, incluindo importantes capitais do Brasil, como São Paulo, Rio de Janeiro, Belo Horizonte, Curitiba, Cuiabá, Salvador, Porto Alegre e Recife.

O Nacional Inn é um grupo de hotéis 100% brasileiro.

Para obter o desconto, os associados deverão entrar em contato na Central de Reservas 1 SP, através do E-mail: vendas@hoteisnacionalinn.com e WHATSAPP (11) 96060-2592- Falar com a gerente Stella

Há 18 anos em Guarujá, o Hotel Casa Branca com administração familiar e estilo próprio, destaca seus principais valores:

“Tratamento familiar, transparência, confiança, profissionalismo e responsabilidade para fazer de sua estadia uma vivência única.”

Principal objetivo é a satisfação de nossos hóspedes que fazem de nosso “cantinho de lazer”, uma extensão de sua própria casa.

Localização: Rua Uruguai, 213 – Guarujá - (13) 3351-1931 - (13) 99670-1931 - www.hotelcasabranca.com.br



O Grinberg's Village Hotel está muito bem localizado, já na área urbana de Socorro. Você poderá caminhar até a Feira de Malhas Permanente da cidade e o Shopping Moda de Fábrica, tudo a apenas 500 m do nosso hotel.

Modalidades: Diárias, pensão completa, meia pensão, café da manhã e day use.

Aqui você tem o melhor serviço de hospedagem, gastronomia e lazer, com conforto, segurança e qualidade. Um lugar para você curtir bons momentos com a sua família, relaxar e desestressar, apreciar atrações preparadas para entreter e emocionar a todos. Queremos que você se sinta em casa, ao lado de pessoas especiais. Não importa o seu estilo. Aqui no Grinberg's você encontra todas as possibilidades para a sua viagem ser inesquecível:

Descontos para associados da AAPP

Baixa temporada: Fevereiro a Junho e Agosto a Dezembro, exceto feriado prolongados.

Durante a semana: Para os associados acima de 60 anos será aplicado tarifário de Melhor Idade em vigência.

Demais associados: 15% de desconto nas diárias,

Finais de semana: 10% de desconto nas diárias para os associados.

Alta temporada: de Janeiro a Julho – 10% de desconto para os associados.

Feriados: 10% de desconto no pacote ou diária de acordo com o tarifário em vigência para os associados.

Localização: Estrada da Pompéia, 210 - Socorro - SP - (19) 3895-9500 - (19) 97142-9110 - www.grinbergshotel.com.br

Polinésia Turismo Agência de Viagens

Coloca à disposição do associado toda infraestrutura de prestação de serviços de turismo e viagens aéreas e marítimas em território nacional e estrangeiro.

Possibilidade de montar o seu roteiro personalizado com destinos e datas em que você deseja viajar.

Descontos para associados AAPP:

6% de desconto para pacotes de excursões nacionais e internacionais,

5% de desconto para diárias nacionais e internacionais

4% de desconto para cruzeiros marítimos.

(11) 3104-1818 - (11) 97446-2694 - www.polinesiaturismo.com.br

Agosto

Hoje é dia de ...

- 08/08 Dia Internacional dos Povos Indígenas
- 11/08 Dia do Advogado
- 09/08 Dia dos Pais
- 13/08 Dia do Economista
Dia do Jequitibau
- 19/08 Dia Mundial do Fotógrafo
- 27/08 Dia do Psicólogo
- 29/08 Dia do Mundial do Combate ao Fumo

Setembro

Hoje é dia de ...

- 02/09 Dia do Repórter Fotográfico
- 09/09 Dia da Amazônia
- 07/09 Dia da Independência do Brasil
- 08/09 Dia Mundial da Fisioterapia
- 13/09 Dia do Agrônomo
- 15/09 Dia Internacional da Democracia
- 16/09 Dia da Preservação da Camada de Ozônio
- 20/09 Dia da Árvore
- 22/09 Início da Primavera
Dia do Contador
- 30/09 Dia da Secretária

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.



Como emitir a nova Carteira de Identidade Nacional (CIN)



A primeira via da versão impressa e a versão digital são totalmente gratuitas.

O tutorial a seguir, com o passo a passo para tirar a nova Carteira de Identidade Nacional (CIN) foi montado com base nas diretrizes do governo federal:

1. Separe os documentos obrigatórios

Reúna os originais (e verifique se não estão rasgados, rasurados ou plastificados):

- ✓ **CPF regularizado** (se você não souber o número, leve um documento que contenha).
- ✓ **Certidão de Nascimento** (se for solteiro) ou **Certidão de Casamento** (original ou cópia autenticada).
- ✓ **Averbação de divórcio ou separação** (se aplicável, para quem for separado, divorciado ou viúvo).

Dica: Leve também uma cópia simples da certidão e o seu comprovante de residência.

2. Escolha documentos opcionais (se desejar)

Você também pode incluir outros números e informações de saúde no seu documento novo.

✓ **Opcionais (se desejar incluí-los)**

Título de Eleitor, CNH, Carteira de Trabalho, Cartão do SUS e certificado militar.

Para inclusão de tipo sanguíneo ou condição de saúde, leve exames laboratoriais ou laudo médico recente com o respectivo CID, caso seja portador de doença grave e deseje informá-la em seu novo documento..

3. Faça o agendamento

Como a emissão é descentralizada e gerida pelos estados, você deve agendar o seu atendimento presencial no site oficial de identificação do seu estado. Em São Paulo o agendamento deve ser feito site do Poupatempo ou no portal da Secretaria de Segurança Pública.

Em outros estados, consulte o portal nacional Gov.br/identidade e clique no estado em que você reside para ser redirecionado.

4. Compareça ao posto de atendimento escolhido no dia e

horário marcados para a coleta de biometria (digitais e foto).

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