



NOVA PARCERIA: DESCONTOS EXCLUSIVOS PARA ASSOCIADOS NA GIULIANA FLORES

Maior floricultura da Grande São Paulo e referência em qualidade sob todos os aspectos de relacionamento com os clientes, a Giuliana Flores é a mais nova parceira da ADEPOM, oferecendo aos nossos associados descontos exclusivos: 20% na compra de arranjos de flores, buquês, kits e cestas da Coleção Flores da Primavera, através do [link de parceria aplicando o cupom no carrinho](#) (ADEPOM20); e 15% de desconto nas compras de Flores e Presentes para todo o Brasil disponíveis

no site, acessando este [link e aplicando o cupom específico no carrinho](#) (ADEPOM15). Com entrega em até 3 horas para todo o território nacional.

Na trajetória do sucesso do e-commerce a partir dos anos 2000, a Giuliana Flores tornou-se rapidamente líder do segmento no nosso país, destacando-se como a maior loja de flores e presentes da internet, além de ser a maior floricultura online da América Latina. A empresa também possui duas lojas físicas e 27 quiosques.

O site da Giuliana Flores apresenta mais de 1.800 tipos de arranjos e opções de presentes, contando ainda com um blog para auxiliar os clientes com dicas para homenagear e informações sobre cuidados com as flores.

Aproveite a chegada da Primavera para usufruir dos serviços da Giuliana Flores com os descontos exclusivos de associados ADEPOM, tornando ainda mais alegres e perfumados ambientes do seu lar e trabalho, ou demonstre, com elegância, o amor que colore e perfuma a base de seus relacionamentos ao lembrar dos familiares e amigos com uma entrega que surpreende e transmite felicidade.

FLORES DE
PRIMAVERA

COM
20%
DE DESCONTO

UTILIZE O CUPOM
ADEPOM20

Giuliana
FLORES

adepom

SUCESSO: MARCELO BISPO DÁ SHOW EM PALESTRA SOBRE COMUNICAÇÃO EFICIENTE NA ADEPOM SÃO PAULO

No último 29 de agosto, a ADEPOM recebeu em seu auditório, em São Paulo, o consagrado palestrante Marcelo Bispo, que encantou a plateia revelando a todos os segredos da comunicação eficiente. Associados da ADEPOM puderam participar gratuitamente e também foram convidados para almoçar, após o evento, no restaurante da nossa associação, sob cortesia do nosso presidente, Cel PM Nogueira, além de participarem de sorteios de brindes.

Segundo avaliação do público, a palestra foi "inesquecível", não apenas pelo conteúdo transmitido, mas também pela empatia do palestrante com seus ouvintes, os quais foram estimulados a realizarem alguns exercícios e meditações com o intuito de fortalecerem seu poder de comunicação.

Na primeira parte da palestra, Bispo enfocou os princípios que devem nortear a comunicação interna das pessoas, visando ao equilíbrio e a inteligência emocional. A plateia recebeu valiosas dicas sobre gestão de significados, dos pensamentos, das palavras e do corpo. Também acolheram sua criança interior por meio de meditações conduzidas pelo especialista e aprenderam a potencializar suas capacidade de comunicação através de movimentos corporais. Na segunda parte, elementos usados para amplificar a comunicação externa, como ferramentas da diplomacia e armas de persuasão, por exemplo, foram apresentados à plateia com leveza e exemplos inspiradores.



O evento contou com o apoio da UniSant'Anna, parceira da ADEPOM, ofertando, em estande, descontos de 65% em seus cursos de Graduação, Pós-Graduação e Especialização aos associados presentes.

Para assistir a um trecho da palestra, no qual destacamos valiosa mensagem de Bispo, clique neste [link](#).

Carol Anjos, secretária do presidente da ADEPOM, Cel PM Nogueira, organizou o evento e, no palco, ao lado do palestrante Marcelo Bispo, conduziu o sorteio de brindes, em agradecimento à presença dos associados



Extrovertido e excelente comunicador, Marcelo Bispo fez questão de registrar o encontro com os associados da ADEPOM fazendo a própria self



A UniSant'Anna está oferecendo descontos de 65% em seus cursos aos associados da ADEPOM

ASSOCIADO DO JARDIM ÂNGELA LEVA O PRÊMIO DA SEMANA



O associado ganhador do Sorteio Semanal ADEPOM realizado na sexta-feira de 2 de setembro foi o **Major PM Alinaldo José Santos**, morador do Jardim Ângela, na capital paulista. O seu número de matrícula (**32.787**), recebido no ato da associação, é o mais próximo do número sorteado no Globo Giratório, o qual, infelizmente, não pôde levar o prêmio por inadimplência.

O sorteio foi realizado pelo assessor da Presidência da ADEPOM, **Cel PM Edson**, sob fiscalização da associada e diretora da nossa associação **Cb PM Enedina Alves Nascimento** (foto acima).

Além de todos os benefícios que nossos associados já conhecem, dentre eles, o Sorteio Mensal pela Loteria Federal, a ADEPOM fará os Sorteios Semanais até o fim de dezembro de 2021, como ação integrante da promoção “**Com a ADEPOM, você ganha sempre**”, alusiva às comemorações de 28 anos de fundação da nossa associação.

Os Sorteios Semanais são realizados sempre às sextas-feiras, na sede em São Paulo (Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, bairro da Luz), dos quais participam, automaticamente, todos os associados que não estão inadimplentes. Para concorrer, vale o número de matrícula cadastrado no ato da associação.

PRÊMIOS MÊS A MÊS

AGOSTO

4 smart TVs 40"
(quatro já sorteadas)

SETEMBRO

4 home theaters
(quatro já sorteados)

OUTUBRO

5 micro-ondas
(um já sorteado)

NOVEMBRO

4 celulares

DEZEMBRO

5 notebooks

Confira as normas do regulamento dos nossos Sorteios Semanais clicando no QR Code.



Pela internet, acesse o manual pelo link:

<https://www.adepom.org.br/wp-content/uploads/2021/08/REGULAMENTO-DE-SORTEIO-DE-BRINDES.pdf>

ADEPOM PARTICIPA DE AUDIÊNCIA NA ALESP FOCADA EM MELHORIAS PARA A SEGURANÇA PÚBLICA



O deputado estadual Major PM Mecca, à esquerda, ao lado dos seus assessores (Cel PM César Leão, Cel PM Fabri e Cel PM Dulcineia) recebeu os cumprimentos pela iniciativa do assessor da Presidência da ADEPOM, Cel PM Edson (à direita), representante da nossa associação no encontro realizado na Alesp

O Cel PM Edson, assistente da Presidência da ADEPOM, representou nossa associação, no último 30 de setembro, na audiência pública realizada, por iniciativa do deputado estadual Major Mecca, na Alesp, para discussão de ideias e propostas que propiciem melhorias para a segurança pública.

Um dos principais temas do encontro – que reuniu representantes das associações e sindicatos da Polícia Militar do Estado de São Paulo e das Polícias Civil, Técnico-Científica e Penal – foi o reajuste salarial dos profissionais de segurança pública, salientando-se que o objetivo é a reposição das perdas geradas pela inflação nos últimos sete anos, já que a classe militar de São Paulo, por exemplo, não recebe aumento real há mais de 20 anos.

Os debates para alinhamento de estratégias de defesa dos interesses dos profissionais de segurança pública serão retomados, com apoio do Major Mecca.

A luta em defesa dos interesses dos Policiais Militares do Estado de São Paulo é a razão da existência da ADEPOM, fundada há 28 anos pelo Cel PM Nogueira. É nosso compromisso com nossos associados trabalhar por esse ideal diariamente, agindo sempre com o mais alto grau de integridade. Por isso, se você ainda não é membro da Família ADEPOM, entre em contato pelos e-mails secretaria@adepom.com.br ou adepom@adepom.com.br. Se preferir, ligue para (11) 3322-0333, em São Paulo; (13) 3273-1100, em Santos; ou pelo WhatsApp (11) 940201643.

EM OUTUBRO, A ADEPOM TAMBÉM É ROSA



Movimento internacional de conscientização para o controle do câncer de mama, o **Outubro Rosa** foi criado logo no início da década de 1990 pela Fundação Susan G. Komen for the Cure.

A data é celebrada, anualmente, com o objetivo de compartilhar informações e promover a conscientização sobre a doença; proporcionar maior acesso aos serviços de diagnóstico e de tratamento e contribuir para a redução da mortalidade.

O [INCA – Instituto Nacional de Câncer](#) (Ministério da Saúde) promove eventos técnicos, debates e apresentações sobre o tema, assim como produz materiais e outros recursos educativos para disseminar informações sobre fatores protetores e detecção precoce do câncer de mama.

Tipo de câncer mais freqüente na mulher brasileira, a doença ocorre um desenvolvimento anormal das células da mama, que multiplicam-se repetidamente até formarem um tumor maligno. O sintoma do câncer de mama mais fácil de ser percebido pela mulher é um caroço no seio, acompanhado ou não de dor. A pele da mama pode ficar parecida com uma casca de laranja; e também podem aparecer pequenos caroços embaixo do braço. Deve-se lembrar que nem todo caroço é um câncer de mama, por isso é importante consultar um profissional de saúde.

Toda mulher com 40 anos ou mais de idade deve procurar um ambulatório, centro ou posto de saúde para realizar o exame clínico das mamas anualmente. E toda mulher entre 50 e 69 anos deve fazer pelo menos uma mamografia a cada dois anos.

O serviço de saúde deve ser procurado mesmo pelas mulheres que não apresentam sintomas.

O que pode aumentar o risco de ter câncer de mama?

Se uma pessoa da família – principalmente a mãe, irmã ou filha – teve essa doença antes dos 50 anos de idade, a mulher tem mais chances de ter um câncer de mama. Quem já teve câncer em uma das mamas ou câncer de ovário, em qualquer idade, também deve ficar atenta. As mulheres com maior risco de ter o câncer de mama devem tomar cuidados especiais, fazendo, a partir dos 35 anos de idade, o exame clínico das mamas e a mamografia, uma vez por ano.

O exame das mamas realizado pela própria mulher, apalpando os seios, ajuda no conhecimento do próprio corpo, entretanto, esse exame não substitui o exame clínico das mamas realizado por um profissional de saúde treinado. Caso a mulher observe alguma alteração deve procurar imediatamente o serviço de saúde mais próximo de sua residência. Mesmo que não se encontre nenhuma alteração ao fazer o auto-exame, as mamas devem ser examinadas uma vez por ano por um profissional de saúde!

Ter uma alimentação saudável e equilibrada (com frutas, legumes e verduras), praticar atividades físicas (qualquer atividade que movimentar seu corpo) e não fumar. Essas são algumas dicas que podem ajudar na prevenção de várias doenças, inclusive do câncer.

BENEFÍCIOS PARA ASSOCIADOS DA ADEPOM

	<p>Direitos defendidos pelo Depto. Jurídico para correção salarial em ações contra a Fazenda Pública</p>	<p>Clínica de Odontologia e Ortodontia</p> 	<p>Espaço de Convivência e Leitura com <i>lan house</i> para trabalhar ou relaxar</p>
<p>Espaço de Estética com podologia, massagem terapêutica, cabeleireiras e manicures</p>	<p>Clínica de Psicologia</p> 	<p>Auxílio-natalidade Auxílio-funeral Seguro de Acidentes Pessoais</p>	<p>Clínica de Fonoaudiologia</p> 
<p>Sorteio Mensal pela Loteria Federal</p> 	<p>Descontos em empresas parceiras de educação, lazer, cultura, saúde, finanças e serviços</p>	<p>Declaração de Imposto de Renda Pessoa Física</p> 	<p>Preços e pacotes especiais em hotéis, pousadas e parques</p>
<p>Assistência Social com orientações e doações de cadeiras de rodas e banho</p>	<p>Apartamentos na Praia Grande</p> 	<p>Restaurante <i>self service</i> com padrão de <i>a la carte</i> e preço popular</p>	<p>ADMINISTRAÇÃO: CORONEL NOGUEIRA</p>