

ADMINISTRAÇÃO:  
CORONEL  
NOGUEIRA



# adepom news

17 de maio de 2024 – [www.adepom.org.br](http://www.adepom.org.br)

## O 23º PASSEIO CICLÍSTICO DA ADEPOM É NESTE DOMINGO, 19 DE MAIO

**VENHA PEDALAR PELA SAÚDE E TRAGA DOAÇÕES PARA O RIO GRANDE DO SUL**

**23º PASSEIO CICLÍSTICO ADEPOM**  
"PEDALANDO PELA SAÚDE"  
adepom 19 de maio - Domingo  
PRAÇA HERÓIS DA FEB - SANTANA - SÃO PAULO - SP  
CONCENTRAÇÃO ÀS 8H - INFORMAÇÕES: (11) 3322-0333  
VENHA E TRAGA A FAMÍLIA!  
INSCREVA-SE PELO QR CODE

Traga também as suas doações para o Rio Grande do Sul. Elas serão levadas pela Família ADEPOM para o Fundo Social de São Paulo.

**S**e você ainda não fez a sua inscrição para o 23º Passeio Ciclístico da ADEPOM, que acontece neste domingo, 19 de maio, na capital paulista, ligue para a Secretaria, pelo fone 11 3322-0333 ou clique neste [link](#). Venha curtir esta manhã esportiva em companhia de familiares e amigos, com concentração na Praça Heróis da FEB, no bairro de Santana. O início do passeio será às 8 horas, porém, chegue antes, pois os primeiros 500 participantes inscritos que estiverem no local vão receber uma camiseta personalizada, em troca da doação de dois quilos de alimentos não perecíveis. Também vamos receber doações de outros gêneros para o Rio Grande do Sul, as quais serão encaminhadas pela ADEPOM ao Fundo Social de São Paulo. Participe! O evento será animado por sorteios de bicicletas e brindes, além de prêmios para a bicicleta mais enfeitada, para o participante mais jovem e para o mais idoso. Estamos planejando tudo para que a organização propicie segurança e muita alegria para todos. As inscrições também podem ser feitas apontando o seu celular para o QR Code ao lado. Lembre-se de levar uma garrafinha de água – apoiadora do evento, a Sabesp reabastecerá os recipientes dos participantes ao longo do dia.

# BORA LÁ RESERVAR OS CONVITES PARA O ARRAIAL DA ADEPOM?!!



**L**á vem festa!! Em dose dupla!! Vai ter Arraiá na ADEPOM nos dias 21 e 28 de junho, a partir das 17 horas, na sede em São Paulo (Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz). Barracas, comidas típicas, quentão e muitas brincadeiras, tudo preparado com muito carinho e alegria pela Família ADEPOM, com preços acessíveis para trazer a família inteira e convidar os amigos: os convites individuais custam somente R\$ 25,00, dando direito a consumo em seu valor integral. Mas tem também promoção para quem vier acompanhado: dois convites custam apenas R\$ 45,00 com direito a consumo de R\$ 50,00; três convites saem por R\$ 65,00 (R\$ 75,00 de consumo); e adquirindo quatro convites, os convidados pagam somente R\$ 80,00, podendo consumir R\$ 100,00! Anote as datas aí na sua agenda, sem esperar para reservar os seus convites com desconto: ligue para a Secretaria pelo fone (11) 3322-0333, ou fale com a gente pelo WhatsApp (11 94020-1643). Bora lá que o Arraiá da Adepom é sempre tudo de bão!





adepom

# Feriado prolongado de Corpus Christi

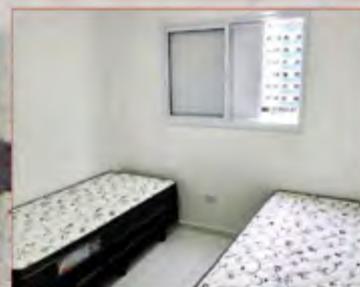
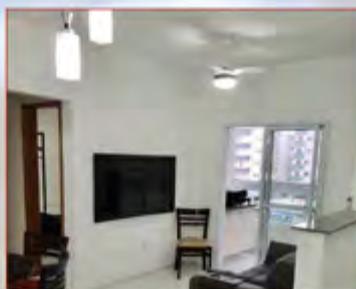
## Faça a sua reserva nos apês da Adepom na Praia Grande



11 3322-0333



11 94020-1643



ADMINISTRAÇÃO:  
**CORONEL  
NOGUEIRA**

# ADEPOM APOIA EVENTOS COMEMORATIVOS DO DIA DA POLICIAL MILITAR FEMININA

**E**m 12 de maio de 1955, instituiu-se, na Guarda Civil de São Paulo, o corpo de Policiamento Especial Feminino, tendo Hilda Macedo como sua Primeira Comandante. Pioneiro na América Latina, o efetivo feminino tinha na época como principal missão a proteção de mulheres jovens. Dentre as 50 primeiras candidatas para a função, 12 foram selecionadas, as quais, unidas à Comandante Hilda, receberam a designação de “as 13 mais corajosas de 1955”. Ao longo desses 69 anos, a participação das mulheres na PMESP cresceu em número e evoluiu em performance.

Atualmente, elas integram a corporação a serviço da população paulista em jornadas de trabalho que incluem as mesmas atribuições do efetivo masculino, cumprindo exemplarmente a missão de manterem a ordem social e combaterem o crime, ao protegerem e auxiliarem a todos os cidadãos.



*Gestora Mariana e Cb PM André P. Passos, do 33º BPM/M, na sede da ADEPOM*



*Gestora Mariana e Cb PM Alex Inocêncio, da 3ª Cia do 28º BPM/M, na sede da ADEPOM*



*Entrega de doações ao 2º Sgt PM Davi F. Brasil, do CP Choque, pela gestora Mariana*

No último 12 de maio, Dia da Policial Militar Feminina no estado de São Paulo, o presidente da ADEPOM, Cel PM Nogueira, e nosso time de colaboradores parabenizou às nossas Policiais, desejando-lhes força e coragem, na vida pessoal e profissional, em enfrentamento das dificuldades, além de apoiar uma série de eventos em homenagem a elas, realizados em Batalhões da PMESP.

Nas fotos desta página, registramos a entrega de doações realizada pela gestora Mariana, da ADEPOM, ao CP Choque da PMESP (Sgt PM Davi F. Brasil), ao 33º BPM/M (Cb PM André P. Passos) e à 3ª Cia do 28º BPM/M (Cb PM Alex Inocêncio). Os mimos foram recebidos por estas e outras unidades da PM para serem presenteados às Policiais Militares Femininas em confraternizações de comemoração à data.

# 23º PASSEIO CICLÍSTICO ADEPOM



## "PEDALANDO PELA SAÚDE"

### adepom 19 de maio • Domingo

**PRAÇA HERÓIS DA FEB - SANTANA - SÃO PAULO - SP**

**CONCENTRAÇÃO ÀS 8H - INFORMAÇÕES: (11) 3322-0333**

### VENHA E TRAGA A FAMÍLIA!

INSCREVA-SE PELO QR CODE



APOIO



*Traga também as suas doações para o Rio Grande do Sul. Elas serão levadas pela Família ADEPOM para o Fundo Social de São Paulo.*

PATROCÍNIO



ADMINISTRAÇÃO:  
**CORONEL NOGUEIRA**

# GRADUAÇÃO E PÓS EAD NA UNYLEYA COM VANTAGENS PARA TODOS OS ASSOCIADOS

Com mais de 400 mil alunos no Brasil, a Faculdade Unyleya, parceira da ADEPOM, está ofertando condições sensacionais para que nossos associados e seus dependentes façam uma Graduação ou uma Pós com descontos extremamente vantajosos na Educação a Distância, podendo estudar no conforto do lar de qualquer lugar do país.

As ofertas estão ainda mais atraentes neste mês de maio, valendo também para o nosso time de colaboradores, inclusive com a possibilidade de conquista de bolsas. A Unyleya disponibiliza aos alunos uma plataforma 100% digital 24 horas, com atenção individual dos professores em todos os cursos.

Confira as novidades no anúncio ao lado e faça sua inscrição inserindo o código promocional MELHOR-EAD pelo link <https://unyleya.edu.br/melhor-ead>.

**EAD que >>> IMPULSIONA**

**+400 mil Histórias de Sucesso**

<b>Graduação EAD</b> R\$69,90* (até R\$1.000,00) 50% + 10%	<b>Pós-Graduação EAD</b> Desconto de <b>70%*</b> no valor integral do curso
---	---

**MELHOR-EAD**

- Cursos bem avaliados pelo MEC
- EAD 100% Professores de Excelência
- Melhor Plataforma e Aplicação
- Clube de Vantagens + de 10 mil parcerias
- Centro de Câmeras para alunos

**Unyleya** EDUCAÇÃO HUMANA, INTELIGENTE E DIGITAL.

[unyleya.edu.br/melhor-ead](https://unyleya.edu.br/melhor-ead)

0800 602 8770 Graduação  
0800 604 2270 Pós-Graduação

#unyleya #adepom



## COMUNICADO



Prezados Associados:

Gostaríamos de informá-los que a ADEPOM e seu Corpo Jurídico não solicitam pagamentos antecipados para quaisquer despesas judiciais, através de depósito em conta bancária, para liberação do seu precatório.

Em caso de dúvidas, entre em contato pelo fone (11) 3322-0333, ramais 141 e 173, de segunda a quinta-feira, das 8h às 18h, e às sextas-feiras, das 8h às 17h, com Sérgio, ou busque orientação do seu advogado.

Agradecemos pela atenção.

ADMINISTRAÇÃO:  
**CORONEL NOGUEIRA**

# AGENDE SUA DECLARAÇÃO DE IMPOSTO DE RENDA NA ADEPOM

## Serviço gratuito para associados

ADMINISTRAÇÃO:  
**CORONEL  
NOGUEIRA**



**adepom**



**11 3322-0333**

**13 3273-1102**



**11 94020-1643**

**13 99779-4220**



# ADEPOM PROMOVE CAMPANHA DE AJUDA HUMANITÁRIA PARA O SUL DO PAÍS

## **PARTICIPE COM A SUA DOAÇÃO!**

**F**undada em 1993 pelo seu presidente, o Coronel PM Nogueira, a ADEPOM segue fiel aos seus compromissos, desde então, dedicando-se ao bem-estar e defesa dos interesses dos seus associados, sempre primando pela qualidade dos serviços a eles prestados. Mas nossa missão de espírito associativo vai além, incluindo no dia a dia da Família ADEPOM ações de responsabilidade social, em respeito e atitude de solidariedade à comunidade paulista e a todo o povo brasileiro.

Com esse foco, promovemos diversas campanhas solidárias todos os anos, que contam com a participação do Corpo Diretivo, dos colaboradores da ADEPOM e dos seus associados (veteranos da PMESP, profissionais da ativa e pensionistas).

Neste momento doído vivido pelos residentes do sul do Brasil, atingido por uma tragédia sem precedentes em razão da força incontrolável das águas da natureza, a Família ADEPOM novamente estende as suas mãos para prestar auxílio, promovendo uma campanha de arrecadação de doações para encaminhamento por meio do Fundo Social de São Paulo aos municípios atingidos pelas inundações.

O esforço humano em comunhão com a solidariedade faz mais do que a diferença. Faz a vida prevalecer e o amor superar todos os obstáculos. Por isso, nós pedimos aos associados, colaboradores e amigos da ADEPOM: ajude-nos a ajudarmos os nossos irmãos do Rio Grande do Sul.

Traga a sua doação para a ADEPOM. Em força-tarefa, nós faremos o transporte até o depósito do



Fundo Social de São Paulo, no Jaguaré, de onde os itens doados seguem, sob planejamento logístico, para os municípios afetados do Rio Grande do Sul.

As doações estão sendo recebidas na sede da ADEPOM em São Paulo (Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz) e na Regional Santos (Rua Delphin Moreira, 39, Embaré, Santos).

Confira abaixo a lista dos itens mais necessários no momento para serem encaminhados à região sul do nosso país:

Água sanitária	Fio dental
Aparelho de barbear	Limpador multiuso
Balde	Luva de látex
Creme dental	Pano de chão
Desinfetante	Rodo
Detergente	Sabão em barra
Detergente em pó	Sabonete
Escova de dente	Sacos de lixo
Escova para lavar	Saponáceo
Esponja para limpeza	Shampoo e condicionador
Esponja de aço	Vassoura



**As arrecadações para o Rio Grande do Sul também serão feitas pela Família ADEPOM durante o 23º Passeio Ciclístico, neste domingo, 19 de maio, na Praça Heróis da FEB, em Santana, na capital paulista, com concentração às 8 horas. Venha pedalar com a gente!**

***Pela saúde e pelo bem do sul do Brasil!***



O esforço humano em **comunhão**  
com a **solidariedade** faz mais do  
que a **diferença**.

Faz a vida prevalecer e o  
**AMOR** superar todos  
os obstáculos.

# AJUDE-NOS A AJUDARMOS OS NOSSOS IRMÃOS DO RIO GRANDE DO SUL

Traga a sua doação para a  
ADEPOM. Em força-tarefa,  
faremos o transporte até o  
depósito do Fundo Social  
de São Paulo, no bairro do  
Jaguari, de onde os itens  
doados seguem, sob  
planejamento logístico,  
para o sul do Brasil.

RUA DR. RODRIGO DE BARROS, 121, LUZ, SÃO PAULO, SP  
RUA DELPHIN MOREIRA, 39, EMBARÉ, SANTOS, SP

ADMINISTRAÇÃO:  
**CORONEL  
NOGUEIRA**

# CONFIRA OS DESCONTOS DA PARCERIA COM A GM PARA A AQUISIÇÃO DE UM OKM

O Programa Amigos Chevrolet é uma parceria entre a ADEPOM e General Motors do Brasil, por meio da qual nossos associados e colaboradores podem usufruir de um superbenefício, que oferece vantagens exclusivas na compra de um Chevrolet OKM. Pela tabela de deste mês, os descontos promocionais podem chegar até R\$ 12.000!

Para entrar nessa, adquirindo seu carro novo com enorme vantagem, entre em contato com a Secretaria da ADEPOM pelo (11) 3322-0333, solicitando para que sua carta bônus seja gerada, com login e senha. Em seguida, é só escolher o endereço da sua concessionária, o seu modelo, apresentar a carta e negociar seu superdesconto através do Programa Amigos Chevrolet.



Gostou desta dica? Então, se você ainda não é associado da ADEPOM vem com a gente, porque, mais que uma associação, nós somos uma família unida, repleta de amigos e parceiros para enriquecer nosso leque de benefícios!

## IMPOSTO DE RENDA 2024

**Já consultou seu  
Informe de  
Rendimento na  
PGE?**

**Não caia na malha  
fina por distração.**

**Ligue para a Secretaria da  
ADEPOM e obtenha orientações:  
(11) 3322-0333**





**adepom**

# Festas Juninas na Adepom

21 e 28 de junho

A partir das 17 horas

Comidas típicas, barracas,  
sorteios e muitas bricandeiras!

ADMINISTRAÇÃO:  
**CORONEL  
NOGUEIRA**

**Convites antecipados têm desconto e podem ser trocados por fichas de consumo no Caixa.**

***Mais informações na Secretaria:***

***Fone (11) 3322-0333 e WhastApp (11) 94020-1643***

**Rua Dr. Rodrigo de Barros, 112, Luz, São Paulo, SP**

# CAMPANHA MAIO AMARELO INCENTIVA A SEGURANÇA E A PAZ NO TRÂNSITO

***O mês de maio é conhecido em todo o Brasil pelas campanhas de conscientização sobre acidentes no trânsito. Em 2024, o Maio Amarelo traz como tema “Paz no Trânsito Começa por Você”, proposta para conscientizar motoristas, pedestres e ciclistas sobre a importância de um comportamento seguro no trânsito. A campanha, tradicionalmente marcada por uma série de atividades, busca chamar a atenção para o alto índice de acidentes de trânsito, promovendo ações para a sua redução***

**D**ados do Infosiga SP (Sistema de Informações Gerenciais de Acidentes de trânsito do Estado de São Paulo), sistema do Governo do Estado gerenciado pelo programa Respeito à Vida e pelo Detran-SP, indicam que a capital paulista manteve no primeiro trimestre deste ano o patamar de acidentes fatais em relação ao mesmo período do ano passado.



Nos últimos dez anos, a curva de acidentes fatais em São Paulo variou bastante. Após bater recorde em 2015, com 1.129 mortes no trânsito, os números marcaram queda até 2021. Em 2022 e 2023 os índices voltaram a ultrapassar a marca das 900 mortes por ano, em média 2,5 mortes por dia. No último ano, a alta dos óbitos foi mantida. Os acidentes de moto com vítimas fatais continuam liderando o ranking ao longo de uma década: computam 428 casos, seguidos por acidentes envolvendo pedestres (358) e automóveis (130).

Uma análise dos números do Infosiga SP revela, também, que a maior parte dos óbitos envolve jovens entre 18 e 24 anos (39 casos fatais este ano, representando 16%) e adultos entre 25 e 29 (27 mortes em 2024, o equivalente a 11%). As duas faixas etárias, relacionadas a motoristas mais novos totalizam 27% das mortes. A maioria dos acidentes vitimou motociclistas, que seguem liderando o ranking. São 112 na comparação com 77 atropelamentos.

A campanha de conscientização e segurança no trânsito nasceu em 11 de maio de 2011, quando a ONU decretou a Década de Ação para Segurança no Trânsito e o mês se tornou referência mundial para balanço das ações que são realizadas. O amarelo simboliza atenção, em todo o planeta, assim como sinalização e advertência no trânsito.

*Fonte e imagem: Portal do Governo de SP*

# ADEPOM VENDE

**Dois Fiat Doblo 1.8 MPI Essence 16V Flex 5P**

**Manual**

**6 lugares**

**2016**

**IPVA 2024 PAGO**

**Excelentes estados  
de conservação**

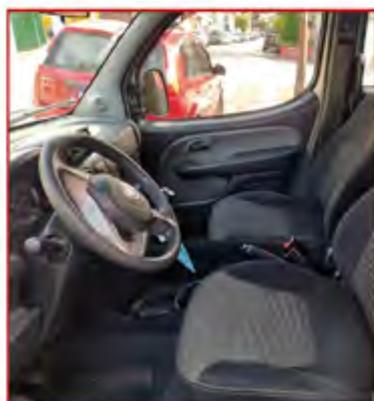
**Manutenções**

**em dia**

**Valor**

**R\$ 51.642,00**

**Tabela FIPE**



**Ligar para (11) 3322-0333 e falar com  
Francisco (ramal 117) ou Rose (ramal 144)**



adepom

# ATENÇÃO

SOLICITAMOS AOS ASSOCIADOS QUE REALIZEM A ATUALIZAÇÃO DE SEUS DADOS CADASTRAIS EM NOSSA ÁREA DOS ASSOCIADOS PARA QUE TODOS POSSAM USUFRUIR DOS NOVOS BENEFÍCIOS DIGITAIS.

**BASTA CLICAR NESTE LINK:**

<HTTPS://AREADOASSOCIADO.COM.BR/PARCEIRO/E623108FOAFD51E1>

*Vem com a gente!*

*Com a ADEPOM você é feliz e ganha sempre!*

ADMINISTRAÇÃO:

**CORONEL  
NOGUEIRA**

# *A nossa praia é fazer você feliz!*

## **Seja um associado**

### *Apoio jurídico, atendimento gratuito na Clínica Multidisciplinar ADEPOM, benefícios e serviços para você e os seus familiares*

**A** ADEPOM é muito mais que uma associação. A ADEPOM é uma família dedicada, desde 1993, à defesa dos interesses dos Policiais Militares do Estado de São Paulo, ofertando aos profissionais da ativa e seus dependentes, assim como aos veteranos e pensionistas, um leque de benefícios e serviços extremamente vantajoso em relação ao valor pequenino da contribuição mensal (R\$ 74,50).

#### Fones

(11) 3322-0333

(11) 94020-1643

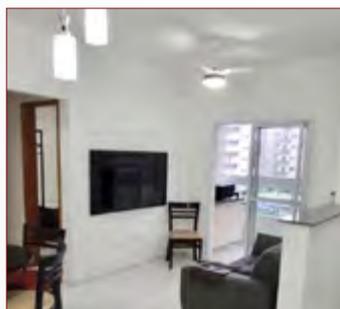
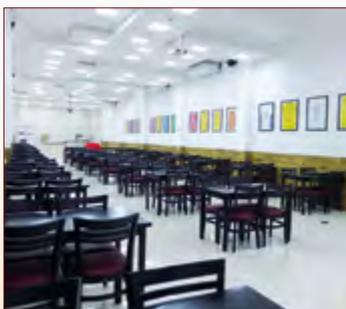
#### WhatsApp

(13) 99779-4220

(13) 3273-1100

Com sede no bairro da Luz, na capital paulista, onde diversos serviços são prestados gratuitamente, em um complexo de edifícios que inclui Departamento Jurídico, Clínica Multidisciplinar, Salão de Cabeleireiro e Estética, Podologia, Massoterapia, Restaurante e Cafeteria, a ADEPOM também possui uma Regional em Santos, com o mesmo padrão de qualidade no atendimento; a ADEPOM Volante para visitas aos batalhões; e 28 apartamentos na badalada Praia Grande para usufruto dos associados e seus convidados durante todo o ano, com o máximo de conforto e segurança.

*Se você ainda não é um associado, ligue para obter mais informações sobre a ADEPOM, fundada e presidida pelo Coronel PM Nogueira. Agende uma visita para almoçar ou tomar um café conosco. Venha ser feliz com a gente!*



## **EXPEDIENTE**

A newsletter **ADEPOM NEWS** é uma publicação da Associação de Defesa dos Policiais Militares do Estado de São Paulo, presidida pelo Coronel PM Luiz Carlos Nogueira e fundada em 25 de agosto de 1993, em referência ao Dia do Soldado, com o objetivo de defender os interesses da categoria Policial Militar.

**Jornalista Responsável:** Gisele Centenaro – MTb 15.208

**Edição e diagramação:** Gisele Centenaro

**Revisão:** Cel PM Luiz Carlos Nogueira – Jornalista Nº 43.000

**Redação e Comercial:** Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz, CEP 01106-020, São Paulo, SP

**Fone:** (11) 3322-0333 | **E-mail:** [comunicacao@adepom.com.br](mailto:comunicacao@adepom.com.br) | **Site:** [www.adepom.org.br](http://www.adepom.org.br)



## BENEFÍCIOS PARA ASSOCIADOS DA ADEPOM

	<p>Direitos defendidos pelo Depto. Jurídico para correção salarial em ações contra a Fazenda Pública</p>	<p><b>Cafeteria com WiFi</b></p> 	<p>Clínica de Odontologia e Ortodontia</p>
<p>Espaço de Estética com podologia, massagem terapêutica, cabeleireiras e manicures</p>	<p><b>Clínica de Psicologia</b></p> 	<p>Auxílio-natalidade Auxílio-funeral Seguro de Acidentes Pessoais</p>	<p><b>Clínica de Fonoaudiologia</b></p> 
<p><b>Sorteio Mensal pela Loteria Federal</b></p> 	<p>Descontos em empresas parceiras de educação, lazer, cultura, saúde, finanças e serviços</p>	<p><b>Restaurante self service com padrão de a la carte</b></p> 	<p>Preços e pacotes especiais em hotéis, pousadas e parques conveniados</p>
<p>Assistência Social com orientações e doações de cadeiras de rodas e banho</p>	<p><b>Apartamentos na Praia Grande</b></p> 	<p>Auditório para realização de palestras, seminários e cursos</p>	<p>ADMINISTRAÇÃO: <b>CORONEL NOGUEIRA</b></p>