ADMINISTRAÇÃO: CORONEL NOGUEIRA
adepom news
8 de agosto de 2025 – www.adepom.org.br

NA SEMANA DE ANIVERSÁRIO DE 32 ANOS DA ADEPOM, QUEM GANHA PRESENTES SÃO OS ASSOCIADOS

PARTICIPE DA NOSSA PROGRAMAÇÃO

Em agosto de 2025, a ADEPOM completa 32 anos, esbanjando solidez e muita força empreendedora. Em comemoração, mais uma vez quem vai ganhar presentes na nossa Semana de Aniversário são os associados.

A Família ADEPOM está preparando, com muito carinho, atividades que serão realizadas entre 25 e 29 de agosto, na sede em São Paulo, das quais você não vai querer ficar de fora! Dentre elas, destacamos a disponibilização de serviços na Clínica Multidisciplinar, englobando corte e escova de cabelo, manicure e massoterapia.

A semana começa com a presença das especialistas da Mary Kay na sede, em São Paulo, na segunda-feira, 25, das 10h00 às 16h00, ofertando consultoria de beleza e maquiagem gratuitamente, além das atividades abertas na Clínica Multidisciplinar, por ordem de chegada.

Uma palestra sobre "Benefícios da Podologia para todos e alterações vasculares nos pés de diabéticos", proferida pela podologista da ADEPOM, Andrea Marusco dos Santos, especialista em diabéticos, hipertensão, laserterapeuta em diabéticos, geriatria e biomedicina, será realizada na terça dia 26, seguida de um bingo com prêmios sensacionais para que os associados possam se divertir entre amigos, além de adquirirem conhecimento útil.

Para quem gosta de compras de oportunidade com precinhos imperdíveis, vamos ter um Bazar repleto de delícias e mimos, no dia 27, quarta-feira, repetindo o mesmo sucesso das apresentações dos expositores do ano passado, em clima de confraternização que incluirá sorteios de brindes. Na mesma data, vamos ter uma apresentação musical do Corpo Musical da PMESP no Restaurante ADEPOM, seguida dos festejos com bolo de aniversário e a presença dos membros da Diretoria da ADEPOM, recebidos pelo nosso presidente, Coronel PM Nogueira.

Na quinta, 28, um time da Drogasil prestará gratuitamente serviços de aferição de pressão arterial, teste de glicemia e limpeza de pele. Um plantão jurídico também será organizado, nesse dia, para esclarecimento de dúvidas dos associados.

Bolos, sucos, chá e café para os visitantes serão servidos, na sede em São Paulo e na Regional Santos, ao longo de toda a semana, que terminará com o sorteio de uma estadia em apartamento da ADEPOM na Praia Grande para quem nos visitar e depositar na urna o cupom de associado preenchido.

Confira a agenda completa na próxima página e participe!

Semana de Aniversário da Adepom

adepom

32 anos

Administração: Coronel Nogueira

Dia	Atividades
Segunda 25 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • Consultoria de Beleza com a equipe da Mary Kay (9 às 16 horas) • Urna para depósito do cupom de particiação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Terça 26 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • Palestra: *"Benefícios da Podologia para todos e alterações vasculares nos pés de diabéticos"*, proferida pela podologista da ADEPOM, Andrea Marusco dos Santos, especialista em diabéticos, hipertensão, laserterapeuta em diabéticos, geriatria e biomedicina (13h30 às 14h30) • Bingo (após as palestras da tarde) • Urna para depósito do cupom de particiação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Quarta 27 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • Bazar de Aniversário da ADEPOM (9 às 16 horas) • Apresentação do Coral da PMESP (12 às 15 horas) • Parabéns com Bolo de Aniversário • Urna para depósito do cupom de particiação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Quinta 28 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • Plantão Jurídico: tire as suas dúvidas sobre questões jurídicas • Aferição de pressão arterial, teste de glicemia, limpeza de pele e balança de bioimpedância com equipe da Drogasil (9 às 16 horas) • Urna para depósito do cupom de particiação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Sexta 29 agosto	• Sorteio de vários brindes e de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande entre os associados que visitarem a sede, em São Paulo, ao longo da Semana do seu 32º Aniversário

ADEPOM - Associação de Defesa dos Policiais Militares do Estado de São Paulo
Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz, São Paulo, SP, CEP 01106-020
Fone (11) 3322-0333 | WhatsApp (11) 94020-1643

Bazar de Aniversário da Adepom

adepom

32 anos

Quarta-feira
27/08
09h00 às 16h00

ADMINISTRAÇÃO CORONEL NOGUEIRA

Bolos, doces, artesanatos, aromatizantes, bijuterias, bolsas, bonecas de pano, cosméticos, delícias de Minas, pijamas, velas artesanais, perfumes, artigos esotéricos... e muito mais!

Local: Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz, São Paulo, SP
Informações: (11) 3322-0333 e (11) 94020-1643

Imagem de Moeez Ahmad por Pixabay

CONVITE ESPECIAL

PALESTRA GRATUITA SOBRE SAÚDE E A IMPORTÂNCIA DOS CUIDADOS COM OS PÉS

Dentre as atividade da Semana de Aniversário de 32 anos da ADEPOM, será realizada uma palestra com profissional de grande bagagem teórica e prática, colaboradora do nosso time. O foco da apresentação será os benefícios da podologia para todas as pessoas e as alterações vasculares nos pés de diabéticos.

Aberta ao público, uma palestra proferida por uma das colaboradoras do nosso time, a podologista Andrea Marusco dos Santos, especialista em diabéticos, hipertensão, lasertera em diabéticos, geriatria e biomedicina, abrilhantará a Semana de Aniversário de 32 anos da ADEPOM, no dia 26 de agosto, uma terça-feira. O evento será organizado no Auditório da associação, em São Paulo, no bairro da Luz, das 13:30 às 14:30.

Com informações relevantes para todos, mas ênfase na terceira idade, além de promover reflexões muito apropriadas para os tempos atuais sobre cuidados pessoais e transmitir orientações relevantes para o dia a dia, a palestra da podologista Andrea compartilhará momentos fraternos e de descontração.

Cuidar dos pés é essencial para a saúde em geral, prevenindo ocorrências como infecções, dores e lesões. Problemas nos pés podem afetar outras partes do corpo, como joelhos e coluna, portanto, serão de grande valia as dicas disponibilizadas durante a palestra, com esclarecimentos de dúvidas pela palestrante em interação com a plateia.

Podologista Andrea Marusco dos Santos

Para participar, basta fazer a inscrição na Secretaria da ADEPOM, telefonando para (11) 3322-0333. Se preferir, encaminhe seus dados pessoas e de associado pelo WhatsApp (11) 94020-1643, informando que confirma sua presença no evento, cuja entrada é franca.

Toda a programação de eventos da Semana de Aniversário de 32 anos é gratuita. Aproveite e participe. Porque com a ADEPOM, os associados são felizes e ganham sempre!

adepom

32 anos

Semana de Aniversário

Em agosto de 2025, a Adepom completa 32 anos, esbanjando solidez e força empreendedora. E mais uma vez quem vai ganhar presentes são os associados.

A Família Adepom está preparando, com muito carinho, uma série de atividades que serão realizadas entre 25 e 28 de agosto, das quais você não vai querer ficar de fora!

- Disponibilização de serviços na Clínica Multidisciplinar
- Plantão Jurídico
- Palestras
- Bazar na sede em São Paulo
- Consultoria de beleza
- Bingo
- Mesa de Coffe Break
- Apresentação do Corpo Musical da PMSP ... e muito mais!

25 a 28 de agosto

Acompanhe a divulgação da programação pelas nossas redes sociais!

ADMINISTRAÇÃO: CORONEL NOGUEIRA

Crédito imagem: Freepik

Exemplo e amor eternos
Feliz Dia dos Pais!

A ADEPOM deseja a todos os Pais e Filhos laços eternos de fraternidade, com muito amor neste domingo especial, dia 10 de agosto de 2025.
Que as famílias unidas continuem fortalecidas em busca de seus ideais!
Que os projetos em realização sejam abençoados por Deus!
E que o espírito de solidariedade esteja presente para que todos participem, diariamente, da construção de um mundo melhor.
Aos Pais e Filhos da Polícia Militar do Estado de São Paulo, nossa sincera e carinhosa homenagem!
Sabemos que a trajetória não é fácil, que os obstáculos surgem no caminho, mas também acreditamos que jamais faltarão exemplos heroicos deixados pelos nossos antepassados e frutos da atualidade, todos a iluminarem, como guias, a jornada daqueles que entregam suas vidas à proteção e à defesa da sociedade.
Suporte, exemplo e amor! Eis a missão de um pai diante dos filhos.
Eis a missão dos PMs diante dos cidadãos, de todas as idades.
Obrigado, Pais da PMESP, amigos, heróis, luzes no caminho!
Obrigado por atuarem, em nosso cotidiano, como um espelho que reflete a imagem da dignidade.

Estacionamento Adepom

Pode entrar, a vaga é sua!

A ADEPOM disponibiliza, gratuitamente, estacionamento rotativo para os associados durante a sua permanência e a dos seus dependentes na sede em São Paulo.

O horário de funcionamento é das 8h às 17h30, de segunda a quinta-feira; e das 8h às 16:30, às sextas-feiras. Não há manobrista no local.

Feche o carro e leve as chaves, pois a associação não se responsabiliza por objetos deixados nos veículos.

O estacionamento é vizinho do edifício no qual estão instalados a Clínica Multidisciplinar, a Secretaria, o Auditório de Eventos, o Restaurante e a Cafeteria ADEPOM.

ENDEREÇO: RUA DR. RODRIGO DE BARROS, 149

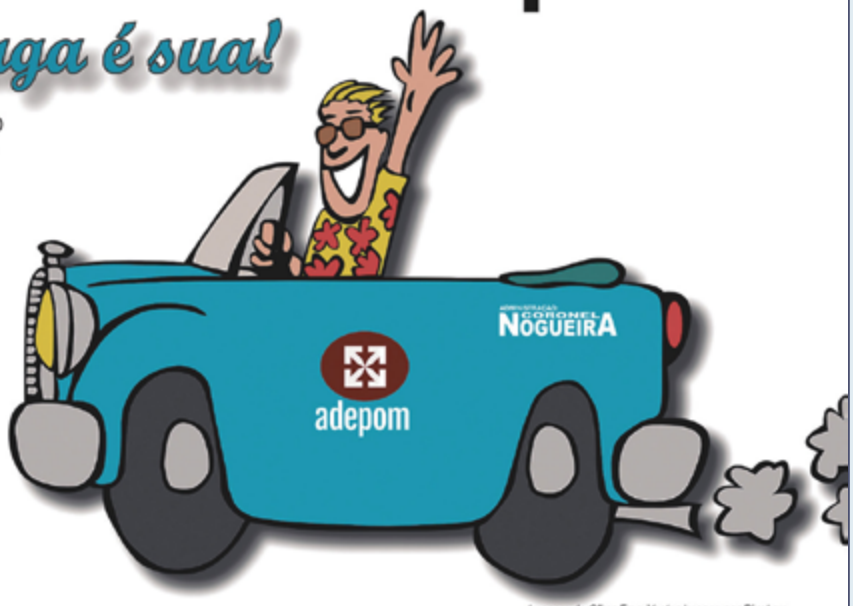

Imagem de Cifas-Free-Vector-Images por Pixabay

CUIDADO!

SÃO PAULO REGISTRA QUASE 23 MIL OCORRÊNCIAS COM ESCORPIÕES

A Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo (SES SP) alerta a população para o aumento de acidentes com escorpiões e outros animais peçonhentos no território paulista. Até 5 de agosto, foram registradas 22.850 ocorrências envolvendo apenas escorpiões, resultando em um óbito.

A SES conta com o painel de monitoramento de acidentes por animais peçonhentos, o qual permite que a população acompanhe, semanalmente, o número destas ocorrências por tipo de acidente, como serpentes, abelhas, escorpiões, entre outras. O painel está disponível neste link.

Em caso de picada, a recomendação é procurar imediatamente a unidade de saúde mais próxima. Levar o animal ou uma foto pode ajudar na identificação, mas não é necessário capturá lo. Para evitar acidentes com escorpiões mantenha quintais, jardins e áreas de serviço limpos, sem entulho ou restos de construção, que servem de abrigo para escorpiões e outros animais; evite acumular lixo, folhas secas e madeira; guarde objetos em locais elevados; vede frestas em paredes e pisos, use telas em ralos e batentes de portas; ao andar em áreas verdes, use calçados fechados e luvas, principalmente, ao manusear materiais empilhados; guarde calçados em sacos plásticos ou caixas; sacuda roupas, toalhas e calçados antes de usá los.

Imagem de Josch13 por Pixabay

Fonte: Agência de Notícias do Governo de SP

COMUNICADO

ADMINISTRAÇÃO: CORONEL NOGUEIRA

Prezados Associados:

O Depto. Jurídico da ADEPOM informa que, a partir do último 08/07/2025, vem ingressando com a ação do ALE 2013/14 para pleitear o pagamento de doze meses de atrasados. O ingresso desta ação está sendo realizado em parceria com a Ciello Sociedade de Advogados. Os documentos necessários, para Ativos e Veteranos, são: funcional, holerite, CNH e holerites do período.

Obtenha mais informações com a Secretaria ou agende o seu atendimento presencial, na sede em São Paulo, pelo fone (11) 3322-0333; e na Regional Santos, pelo (13) 3273-1100.

Mais que uma associação, a Adepom é uma família, agora também composta por civis de bem com a vida

adepom

Se você é um só coração com amigos e familiares, aos quais deseja toda a felicidade do mundo e cuja companhia lhe traz alegria, principalmente em momentos de confraternização e lazer, que tal convidá-los para também se associarem à ADEPOM, onde todos, mesmo não sendo da Família Policial Militar, agora podem desfrutar do nosso leque completo de benefícios e serviços?

Para saber mais, ligue pelo fone (11) 3322-0333 ou escreva pelo WhatsApp (11) 94020-1643

COMISSÃO DA CÂMARA APROVA AUXÍLIO PARA POLICIAL AMEAÇADO QUE PRECISAR MUDAR DE RESIDÊNCIA

A Comissão de Segurança Pública da Câmara dos Deputados aprovou um projeto de lei que prevê a concessão de auxílio-aluguel a policial civil ou militar ameaçado em razão do serviço, que precise mudar-se emergencialmente de residência caso não possua outra moradia segura e disponível para onde possa se dirigir com a família. O valor será fixado de acordo com a condição funcional do policial, por até seis meses. O texto aprovado foi uma nova versão elaborada pelo seu relator, deputado Capitão Alden (PL-BA), para o Projeto de Lei 2737/24 do deputado Alberto Fraga (PL-DF). O relator fez ajustes de redação, sem alterar o conteúdo do projeto.

O projeto acrescenta a previsão do auxílio às leis orgânicas das Polícias Civis (Lei 14.735/23), das Polícias Militares e dos Corpos de Bombeiros Militares (Lei 14.751/23). Agora o texto será analisado, em caráter conclusivo, pelas comissões de Finanças e Tributação; e de Constituição e Justiça e de Cidadania. Em seguida, será enviado ao Senado, pois precisa ser provado também pelos nossos senadores para virar lei.

Crédito: Comunicação SSP

O Depto. Jurídico da ADEPOM está atento à defesa dos interesses dos Policiais Militares do Estado de São Paulo e dos seus dependentes. Se você precisa de orientação, agende uma conversa presencial pelo fone (11) 3322-0333, em São Paulo, e (13) 3273-1100, na Regional Santos.

Fonte: Agência Câmara de Notícias

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

ATENÇÃO

Depto. Jurídico da Adepom ingressa com novas ações

O compromisso número um da ADEPOM é com seus associados, trabalhando incessantemente pelo seu bem-estar e na defesa de seus interesses. Temos padrão de excelência na qualidade dos serviços e uma equipe que sempre atua com total integridade.

A mesma postura se aplica nas relações mantidas com nossos parceiros. Na área jurídica, além do departamento próprio, também firmarmos parcerias com escritórios de advocacia em todo o estado de São Paulo. O objetivo dessas parcerias é facilitar o acesso dos nossos associados a serviços da área jurídica com agilidade e maior proximidade, mantendo a qualidade do atendimento oferecido por meio do Departamento Jurídico.

Exemplos desta atuação proativa são os ingressos de duas novas ações, anunciados esta semana pelo Departamento Jurídico da ADEPOM Confira, na coluna ao lado, as especificações de cada uma delas.

Bonificação por Resultado

Esta ação visa assegurar que a Bonificação por Resultado – BR, devido à sua natureza remuneratória e à incidência de Imposto de Renda, seja devidamente considerada no cálculo de 13º salário, férias e adicional de um terço constitucional, garantindo aos servidores os valores corretos nesses benefícios. Os públicos-alvo são os servidores ativos da Secretaria de Segurança Pública do Estado de São Paulo que recebem BR.

Gratificação de Representação (GR)

A GR é concedida ao policial que exerce cargo/função superior ao que for titular em função de gabinete ou de confiança. É recebida integralmente, porém, a sua incorporação se dá na proporção de 1/10 por ano. A extensão da GR aos inativos é prevista pela LCE 813/96, art. 3º.

O ingresso de ambas as ações está sendo realizado em parceria com a Ciello Sociedade de Advogados.

Para agendamentos, contate-nos pelos e-mails

secretaria@adepom.com.br e adepom@adepom.com.br

ou ligue para a Secretaria, pelos telefones:

em São Paulo, (11) 3322-0333;

em Santos, pelo (13) 3273-1100.

Para falar pelo WhatsApp, os números são:

(11) 94020-1643 e (13) 99779-4220.

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, pensionistas e civis, um leque de benefícios e serviços extremamente vantajoso em relação ao valor pequenino da contribuição mensal (R$ 78,23).

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 Depto. Jurídico, Clínica Multidisciplinar, Serviço Social, Odontologia, Salão de Cabeleireiro e Estética, Podologia, Massoterapia, Restaurante e Cafeteria, a ADEPOM também possui uma Regional em Santos, com o mesmo padrão de qualidade; a ADEPOM Volante para visitas aos batalhões; e 30 apartamentos na badalada Praia Grande para usufruto dos associados e seus convidados durante todo o ano, com o máximo de conforto.

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 | **Site:** www.adepom.org.br