

ADEPOM PROMOVE MAIS UMA TARDE DE CAPACITAÇÃO PROFISSIONAL NA SEDE



As equipes do Salão de Beleza da sede da ADEPOM em São Paulo e da ADEPOM Volante tiveram uma tarde especialíssima, na quarta-feira, 18 de fevereiro. Sob coordenação da gerente Alessandra Abreu, nossos cabeleireiros e manicures participaram de um treinamento, ministrado pela S&NBarbearia, Massoterapia e Estética.

Com carga horária de três horas, o treinamento “Gestão de Salões de Beleza” promoveu mais uma etapa de capacitação dos profissionais da equipe, com novos conhecimentos transmitidos a eles pela instrutora Simone Tavares.

A enorme experiência da professora, que abrange áreas de massoterapeuta, lipoenzimática, barbearia e cabeleireira, estética facial e corporal, kinesio tape, reflexologia e auriculoterapia, contribuiu para elevar ainda mais o padrão de qualidade dos serviços ofertados aos associados e seus

dependentes pelos especialistas da ADEPOM. Todos receberam certificados e merecem nossos aplausos pelo profissionalismo somado à dedicação com que realizam os atendimentos no dia a dia, tanto na sede, como nos batalhões, onde prestam serviços aos associados que não têm disponibilidade de se locomoverem até a sede.

Para saber mais sobre o leque de serviços e benefícios da ADEPOM, fale com a Secretária pelo fone (11) 3322-0333 ou WhatsApp (11) 94020-1643

Se você já é associado, não deixe de fazer o seu agendamento na Clínica Multidisciplinar ADEPOM, usufruindo dos serviços do Salão de Beleza e das demais áreas de especialidades, dentre elas: massoterapia, fisioterapia, nutrição, psicologia, odontologia e ortodontia.

REUNIÃO COM O PRESIDENTE

A ADEPOM NÃO PARA DE CRESCER EM ESTRUTURA E EXCELÊNCIA

No final do expediente desta terça-feira, 24 de fevereiro, a equipe de colaboradores da ADEPOM foi recebida no auditório da sede para a primeira reunião de trabalho de 2026 com o presidente da ADEPOM, Cel PM Nogueira.

Agradecendo ao empenho de todos os colaboradores ao longo do último exercício, o presidente deu início à reunião destacando o crescimento da ADEPOM em todas as frentes, principalmente em padrão de qualidade do atendimento ofertado aos associados e seus familiares. Prestadora de serviços em sua essência, a ADEPOM mira, nos próximos meses, dar continuidade à sua missão número um: cultivar **relacionamentos em nível de excelência** com os associados e seus dependentes em todos os espaços nos quais eles são recebidos presencialmente, nas visitas das equipes da ADEPOM Volante aos batalhões e por meios dos nossos canais de comunicação. Para tornar essa meta realidade, a equipe está em constante treinamento, sob coordenação dos gestores, em todas as áreas, e novos talentos vêm sendo agregados, dentre eles, especialistas para a Clínica Multidisciplinar, em São Paulo e na Regional Santos.

O **Calendário de Atividades e eventos da ADEPOM** está recheado de boas novidades em 2026, ano no qual dois grandes acontecimentos agitam positivamente o Brasil, como pontuado pelo presidente: a Copa do Mundo e as eleições para presidente, governador, senadores e deputados.

No próximo 21 de março, um sábado, a ADEPOM realizará o **58º Café dos Veteranos e Pensionistas** e, na semana seguinte, sua **Assembleia Geral** com toda a Diretoria. Em 18 de abril, um sábado, teremos a tradicional **Feijoada no Restaurante ADEPOM**. Em maio, o **Bazar de Dia das Mães**, no dia 10, alegrará a sede em São Paulo, e no dia 24, um domingo, teremos mais um **Passeio Ciclístico "Pedalando pela Saúde"**, organizado pela ADEPOM na capital paulista com apoio da PMESP e de outras importantes instituições.



A **Festa Junina** abrilhanta o mês de junho, na noite do Dia dos Namorados. Agosto é mais que especial, porque é o mês do aniversário da ADEPOM (**33 anos em 2026**), cuja celebração começará com a **Festa do Chopp**, no dia 15, seguida por inúmeras atividades de confraternização, dentre elas, o **Dia do Bolo de Parabéns** e o **Bazar de Aniversário**. Em 19 de setembro, sábado, promoveremos o **59º Café dos Veteranos e Pensionistas**, turbinando o clima de alegria para o **Almoço Italiano** (24 de outubro). Novembro e dezembro é tempo de mais festas, com mais encontros e partilhas, dentre eles, o **60º Café dos Veteranos e Pensionistas**.

Em paralelo, o trabalho na Secretaria segue acelerado, começando pelo agendamento das elaborações gratuitas das **Declarações de Imposto de Renda** e sempre em busca de novas parcerias para aumentar o número de benefícios. Na Clínica Multidisciplinar, a **Sala de Fisioterapia** foi inaugurada em janeiro, com atendimentos gratuitos sob solicitação médica, e mais boas novidades vêm aí.

O patrimônio da ADEPOM cresce e aparece cada vez mais, solidificando a estrutura da associação. Novos apartamentos foram adquiridos na **Praia Grande** para usufruto dos associados e caminha a todo vapor a construção do novo **Espaço de Eventos**, vizinho à sede. Os investimentos na expansão aumentaram em 2026, segundo o presidente, que anunciou o planejamento para dar início, nos próximos meses, à construção de um edifício com 26 apartamentos, ao lado da sede, os quais poderão ser locados, inclusive facilitando a visita de associados de outros municípios à capital.

Os aniversariantes do bimestre foram parabenizados após a reunião, com lanche, bolo e muito otimismo. Porque mais que uma associação, a ADEPOM é uma grande família. Se você ainda não é associado, venha ser feliz com a gente! Veja mais fotos da reunião no site (www.adepom.org.br) e nas redes sociais da ADEPOM.





adepom

Convite Especial



**58º Café dos Veteranos e Pensionistas
Dia 21 de março (sábado), a partir das 8h30**

**Endereço: Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz
Confirme a sua presença até 19/03
pelo telefone (11) 3322-0333**

Campanha de arrecadação de leite em pó

Traga uma lata ou um pacote de leite em pó e concorra aos sorteios realizados durante o evento!

No dia, haverá sorteio de brindes, informações sobre Leis e Projetos de interesse da Polícia Militar, plantão jurídico, música ambiente e muita descontração!

PARTICIPE E TRAGA UM AMIGO!



***E no sábado, 18 de abril,
vai ter Feijoada ADEPOM,
das 13 às 16 horas***

Crianças de 0 a 5 anos não pagam
Crianças de 6 a 9 anos têm 50% de desconto
Venha e traga a família toda!

***Música ao vivo e muita diversão, além da
deliciosa feijoada do Restaurante ADEPOM***
Adquira os seus convites na Secretaria



(11) 94020-1643

ADMINISTRAÇÃO
NOGUEIRA

BOMBEIROS SALVAM 348 VÍTIMAS DE AFOGAMENTO DURANTE O CARNAVAL NO LITORAL PAULISTA

O Grupamento de Bombeiros Marítimo (GBMar) do Corpo de Bombeiros resgatou 348 vítimas de afogamento em todo o litoral paulista durante o Carnaval. As ocorrências foram registradas em diferentes pontos da costa entre sábado, 14, e terça-feira, 17 de fevereiro. A Baixada Santista concentrou o maior volume de atendimentos, com cerca de 190 resgates nas praias de Guarujá, Santos, Praia Grande, Mongaguá e Bertioga.

Em uma das ocorrências, registrada em Santos, duas adolescentes de 12 e 15 anos foram retiradas do mar em segurança. Ainda no litoral sul, entre as cidades de Itanhaém e Ilha Comprida, foram 28 vítimas salvas. No litoral norte, entre São Sebastião, Ilhabela, Caraguatatuba e Ubatuba, os bombeiros resgataram 130 pessoas do mar. Um dos casos de destaque foi o salvamento de um banhista que ficou à deriva em Ubatuba. Equipes do helicóptero Águia 11, da Polícia Militar, identificaram a situação e posicionaram a aeronave em ponto estratégico para que os guarda-vidas realizassem o resgate. Também em Ubatuba, cinco pessoas, com idades aproximadas de 25 anos, entraram no mar em



área sinalizada com alerta de perigo e foram arrastadas pela correnteza. Os bombeiros avistaram o grupo e iniciaram imediatamente o salvamento. Todas foram retiradas da água em segurança.

Além dos resgates, as equipes intensificaram o trabalho de prevenção, totalizando 52,1 mil intervenções ao longo do Carnaval. As ações incluíram orientações diretas aos banhistas, sinalização de áreas de risco e intervenções antecipadas para evitar afogamentos.

Fonte e imagem: Assessoria de Imprensa e Comunicação da Secretaria da Segurança Pública

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

ADEPOM VENDE

Fiat Doblo 1.8 MPI Essence 16V Flex 5P

Manual

6 lugares

2016

IPVA 2026 PAGO

**Excelente estado
de conservação**

**Manutenções
em dia**



**Ligar para (11) 3322-0333 e falar com
Vanderson (ramal 128) ou Rose (ramal 144)**

ROUBOS E FURTOS DE CELULARES CAEM 16,7% NA CAPITAL PAULISTA DURANTE O CARNAVAL

O reforço no efetivo policial e o uso de tecnologia, como drones e câmeras inteligentes, contribuíram para os roubos e furtos de celulares caírem, este ano, 16,7% na capital paulista, de acordo com levantamento da Secretaria da Segurança Pública de São Paulo. As ações adotadas fazem parte da estratégia do Governo do Estado para proteger os foliões, garantir a ordem pública e intensificar a prevenção e repressão a crimes durante todo o período. Entre os dias 13 e 17 de fevereiro de 2026 foram registrados 2.088 casos de roubo e furto de celulares. No Carnaval de 2025, celebrado entre 28 de fevereiro e 4 de março, o número chegou a 2.506 ocorrências. A maioria das ocorrências foi de furto, com 69% do total de registros.

“Essa redução dos roubos e furtos de celulares é resultado direto de planejamento, integração e presença de policiais nas ruas. Quando somamos estratégia bem definida, monitoramento em tempo real e policiamento ostensivo, conseguimos antecipar movimentos do crime e proteger a população, que conseguiu aproveitar os dias de festa”, declarou o secretário da SSP, Osvaldo Nico Gonçalves.

Durante as ações nos blocos de rua, as forças de segurança também recuperaram mais de 70 celulares em posse de criminosos. Os aparelhos foram encaminhados às delegacias, responsáveis por identificar e acionar as vítimas para devolução. Em uma das ocorrências, no sábado (14), em um bloco na região da República, no centro de São Paulo, policiais fantasiados de personagens do desenho Scooby-Doo prenderam três criminosos que se aproveitavam da aglomeração para furtar celulares. Ao todo, oito aparelhos foram recuperados com o trio. No domingo (15), na região da República, duas mulheres foram detidas logo após furtarem um folião. Policiais civis fantasiados de Minions flagraram a ação. Em todo o estado, os registros de roubos e furtos de celulares caíram de 3.609 para 2.818 ocorrências, uma diminuição de 21,9% entre o Carnaval do ano passado e o deste ano. Os furtos lideraram no estado, com 67% das ocorrências.

Segundo dados da SSP, os roubos e furtos de celulares caíram 26,4% no fim de semana de pré-Carnaval no estado. Em números absolutos, houve 587 ocorrências no ano passado contra 432 agora. O período analisado é o dos dias 7 e 8 de fevereiro deste ano, na comparação com 22 e 23 de fevereiro de 2025.



As Polícias Civil e Militar prenderam 94 pessoas por envolvimento em crimes como furto, roubo, adulteração de bebidas, entre outros, durante os dias de festa na cidade de São Paulo. A PMESP mobilizou mais de 5 mil agentes por dia durante o período, registrando 42 prisões no último fim de semana. Considerando também o pré-Carnaval, nos dias 7 e 8 de fevereiro, o número chegou a 57 detenções, mais 52 efetuadas pela Polícia Civil.

Fonte: Comunicação SSP (Isabelle Amaral)

Imagem: Comunicação SSP

Agendamento para elaboração da Declaração de Imposto de Renda Pessoa Física na ADEPOM São Paulo e na Regional Santos

Serviço *gratuito* para associados

11 3322-0333 11 94020-1643
13 3273-1100 13 99779-4220

secretaria@adepom.com.br

Não deixe para a última hora




COMUNICACÃO DE SEGURANÇA
NOGUEIRA



Adepom Praia Grande

Pacote de Páscoa
imperdível
de 3 a 5 de abril



adepom



Que
doçura!

Reservas:

WhatsApp (11) 94020-1643

Fone (11) 3322-0333

ADMINISTRAÇÃO:
**CORONEL
NOGUEIRA**

Apartamentos de dois quartos (uma suíte),
sala, terraço, cozinha equipada, banheiro e
garagem para **5** pessoas





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 e dedicação.

A mesma postura se aplica nas relações mantidas com nossos parceiros. Na área jurídica, além do departamento próprio, também firmamos 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 pelo Departamento Jurídico da ADEPOM Confira, a seguir, as especificações de cada uma delas.

ALE 2013/14

Desde 8 de julho passado, o Departamento Jurídico da ADEPOM vem ingressando com a ação do ALE 2013/14 para pleitear o pagamento de doze meses de atrasados.

Os documentos necessários, para Ativos e Veteranos, são: funcional, holerite, CNH e holerites do período.

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 servidores ativos da SSP 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 das 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:

(11) 3322-0333, em São Paulo

(13) 3273-1100, em Santos

Para falar pelo WhatsApp,

os números são:

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

PASSO A PASSO PARA APROVAR CONSIGNAÇÃO DE SERVIÇOS DA ADEPOM COM VALIDAÇÃO BIOMÉTRICA NO APLICATIVO DO GOVERNO DE SP

Ilustrações produzidas para fins informativos e jornalísticos. Não representam telas oficiais do aplicativo GovBR ou SOU.SP.



1 Abra o app do Governo de SP

Acesse o aplicativo "GovBR" ou "SOU.SP" do Governo de São Paulo.



2 Etapa de prova de vida obrigatória

Cumpra o requisito obrigatório de fazer a prova de vida biométrica para seguir para a autorização do contrato.



3 Menu de consignação

Acesse o menu de consignação para prosseguir com a aprovação.



4 Detalhes do contrato

Verifique os detalhes do contrato de consignação, incluindo o valor solicitado, prazo e valor da parcela.



5 Autorize a consignação

O prazo é até das 23h00. Confirme para finalizar a aprovação.



6 Confirmação final

Aparecerá uma mensagem indicando que a consignação foi aprovada!



Ilustração representativa do processo no aplicativo do Governo de São Paulo.

RESTAURANTE ADEPOM

PROMOÇÃO

“FILHOS DE ASSOCIADOS NÃO PAGAM”

Associados da ADEPOM pagam apenas R\$ 34,80 para se servirem à vontade no buffet do restaurante, sem bebidas e sobremesas. E os filhos dos associados com até 6 anos comem à vontade sem pagar.



ADMINISTRAÇÃO:
CORONEL NOGUEIRA



E tem 10% de desconto no kilo para:

- Funcionários do Senac Tiradentes
- Funcionários da CBPM
- Funcionários do Museu de Arte Sacra
- Funcionários do Sescon-SP
- Policiais Militares não associados

*Aberto de segunda a quinta-feira, das 11h30 às 15h00
Às sextas-feiras, das 11h30 às 14h30*

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

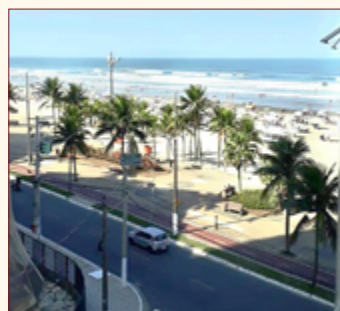
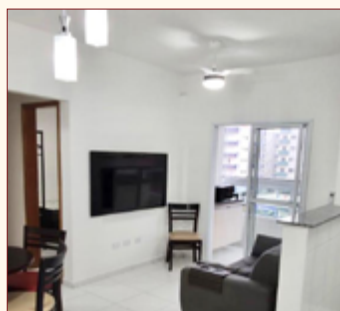
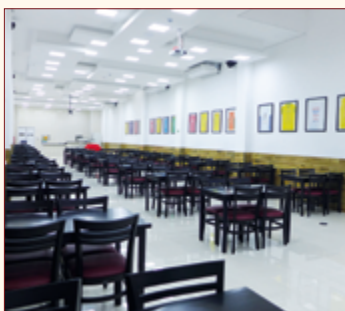
WhatsApp

(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 35 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

