

O 58º CAFÉ DOS VETERANOS E PENSIONISTAS DA ADEPOM É NESTE SÁBADO

PARTICIPE E TRAGA OS AMIGOS!

A ADEPOM realiza na manhã deste sábado, 21 de setembro, mais um dos seus tradicionais eventos, o **58º Café dos Veteranos e Pensionistas**, a partir das 8h30, em sua sede no bairro da Luz, em São Paulo, na Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121. O encontro é organizado para promover momentos de confraternização, reunindo os nossos associados, seus familiares e os amigos por eles convidados.

A participação é gratuita, mas é preciso confirmar presença pelo WhatsApp (11) 94020-1643

Durante o evento, a Família ADEPOM estará a postos para transmitir informações sobre leis e projetos de interesse dos Policiais Militares do Estado de São Paulo, com plantão dos nossos consultores jurídicos.

O delicioso café da manhã será animado por sorteios de brindes. Para concorrer aos prêmios, os participantes devem entregar na recepção uma lata ou um pacote de leite em pó, contribuindo com a campanha da ADEPOM em auxílio a crianças e idosos em situação de vulnerabilidade.

Música ambiente e muita descontração, além de um *coffe break* delicioso, preparado com muito amor, prometem transformar o sábado num dia muito alegre e especialíssimo para todos os presentes, em espaço amplo, o Restaurante ADEPOM, sucesso no bairro da Luz. Usufrua desta oportunidade de estar ao lado de pessoas queridas, compartilhando ideias. Venha ser feliz com a gente e traga um amigo, porque com a ADEPOM você tem seu bem-estar garantido e ganha sempre!





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

GOVERNO PROPÕE AUMENTO SALARIAL DE 10% E NOVOS PLANOS DE CARREIRAS PARA AS POLÍCIAS PAULISTAS

O governador Tarcísio de Freitas enviou à Assembleia Legislativa do Estado (Alesp) projetos de lei que reúnem reajuste salarial e novos planos de carreira para as polícias paulistas. A proposta é de aumento linear de 10% nos salários das Polícias Civil, Militar e Técnico-Científica, com regras que facilitam as promoções nos quadros de segurança. A lei começa a valer a partir da aprovação da Alesp e sanção pelo governador.

“Desde o primeiro dia de mandato, trabalhamos pela valorização policial dentro de uma gestão fiscal responsável e equilibrada. O objetivo é garantir melhores salários aos profissionais que atuam incansavelmente para combater o crime e proteger a população. A valorização vem não só com reajuste salarial, mas com novas regras que facilitam a progressão nas carreiras de todos os policiais”, declarou o governador Tarcísio de Freitas, segundo boletim da SSP

Durante a atual gestão, o reajuste médio acumulado para todas as carreiras policiais alcança 35%, ou seja, cerca de 21 pontos percentuais acima da inflação registrada entre 2023 e 2025, período em que o Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA), medido pelo IBGE, somou aproximadamente 14%. A atual gestão também incorporou ao orçamento o aumento concedido em 2022, elevando o impacto total para cerca de 55%.

Em relação aos planos de carreira, a meta é garantir mais previsibilidade aos policiais. De acordo com o projeto de lei apresentado pelo governador, na Polícia Militar, as novidades incluem a promoção, neste ano, de 10,6 mil soldados de 2ª classe para 1ª classe, sendo 80% de-



les promovidos imediatamente, outros 12% até julho e 8% até dezembro. Para os demais postos e graduações, os efeitos práticos de promoção e as janelas de ascensão na carreira começam ainda em 2026, a partir da regulamentação do quadro de vagas. O impacto orçamentário deste ano deverá ser de R\$ 15 milhões.

Para a Polícia Civil, a proposta aperfeiçoa o modelo atual, que combinava antiguidade e merecimento, ao reforçar parâmetros objetivos para a evolução funcional. As promoções para todas as carreiras passam a considerar requisitos como tempo de serviço, avaliação de desempenho mais criteriosa, conclusão de curso de aperfeiçoamento e ausência de penalidades disciplinares. A partir de 2027, serão seis anos na progressão da 3ª para a 2ª classe, 12 anos de progressão para a 1ª classe e 18 anos no avanço para a classe especial, sem limitação de vagas. Antes se esperava até mais de 30 anos para chegar à classe especial.

Fonte e imagem:

Assessoria de Imprensa e Comunicação SSP

O ALÍVIO NO BOLSO LIMITAÇÃO DE 30% OU LEI DO SUPERENDIVIDAMENTO? ENTENDA SEUS DIREITOS

Para o policial militar e o pensionista de São Paulo, o contracheque costuma ser o alvo principal das instuições financeiras. Estima-se que mais de 70% dos PMs do Estado possuam dívidas bancárias, muitas vezes comprometendo a subsistência da família. Se você sente que seu salário está sendo “engolido” por empréstimos, saiba que existem caminhos jurídicos para retomar o fôlego financeiro. Como Marcelo Winther – Advogado em Santana, analiso abaixo as duas principais estratégias utilizadas para proteger sua renda

1. A Limitação de 30% a 35% (Lei 10.820/2003)

Esta é a solução mais ágil para quem sofre com descontos excessivos de empréstimos consignados e CDC direto na folha.

Como funciona: A justiça entende que o banco não pode comprometer a sua subsistência. O limite legal é de 35% da remuneração disponível (sendo 5% exclusivos para cartão de crédito).

Decisão Recente: O TJSP, em Sorocaba, limitou os descontos de um consumidor a 30% dos rendimentos líquidos para evitar prejuízos de difícil reparação. No caso real, os descontos chegavam a 53,08% da renda.

Vantagem: É uma decisão geralmente rápida (liminar). Em alguns casos, o juiz pode aplicar multa diária ao banco por descumprimento.

2. A Lei do Superendividamento (Lei 14.181/2021)

Indicada para quem está com a vida financeira totalmente travada, sem conseguir pagar contas básicas como luz e alimentação.

Como funciona: Trata todas as dívidas em bloco (cartão, cheque especial, carnês e empréstimos pessoais).

O Plano: O juiz convoca os credores para uma audiência única, onde você apresenta um plano para quitar as dívidas em até 5 anos, garantindo o seu “Mínimo Existencial”.

Desvantagem para PMs: O Decreto Lei 11.150/2022 estabelece que essa ação é voltada para quem não terá renda superior a R\$ 1.000,00 após a revisão, o que torna sua aplicação difícil para policiais e pensionistas.

COMPARATIVO DIRETO PARA DECISÃO

CARACTERÍSTICA	Limitação de 30%	Superendividamento
O QUE RESOLVE	Diminui o valor da parcela mensal de todas as dívidas, limitando os descontos em 30 a 35% da renda líquida.	Renegocia o valor total da dívida. Mas é necessário que a sobre salarial não seja acima de 50% do salário mínimo (ai a maior dificuldade para os policiais).
DÍVIDAS INCLuíDAS	Empréstimos consignados e sem garantia.	Quase todas as dívidas de consumo.
OBJETIVO	Limitar desconto na renda líquida.	Garantir a dignidade e quitar o débito.

QUAL A MELHOR ESTRATÉGIA PARA O SEU CASO?

A escolha depende da sua urgência. Se o problema são as parcelas do consignado que “comem” metade do seu salário agora, a Limitação de 30/35% oferece alívio imediato. Se a dívida é generalizada e o consignado é apenas uma parte do problema, o Superendividamento pode ser a saída, embora com as ressalvas de renda mencionadas. Nosso escritório, Marcelo Winther – Advogado em Santana, tem tido sucesso em ações de limitação para diversos associados, garantindo que a lei seja cumprida e o salário preservado.

Para saber mais, nosso e-mail é contato@marcelowinther.adv.br; fone (11) 3257-4164; e WhatsApp (11) 99733-4767.

PRESIDENTE DA ADEPOM ASSINA CONTRATO PARA INÍCIO DE MAIS UMA OBRA EM SÃO PAULO

Na última terça-feira, 17 de março, o presidente da ADEPOM, Cel PM Nogueira, realizou uma reunião em nossa sede, em São Paulo, para assinar mais um contrato de prestação de serviços com a RG Construções e Reformas, dos sócios-proprietários Jucimario Rocha e Edson Gomes, empresa que responderá pela construção de um novo edifício, vizinho ao Espaço de Eventos, cujas obras estão em fase adiantada, rumo à etapa de acabamentos. Também participou do encontro o arquiteto Rogério Brites Santos, sócio-proprietário da RB Carture Arquitetura & Engenharia, empresa com a qual a ADEPOM já vem trabalhando desde o primeiro semestre de 2025.

O novo edifício compreenderá 12 apartamentos para locação (fixa ou temporadas), facilitando o acesso dos associados que queiram residir perto da associação, na capital paulista, ou que desejem ficar hospedados, vindos de outros municípios. Com 1.200 metros quadrados de terreno, o Espaço de Eventos abrigará o novo estacionamento, além de um amplo salão para realização de diversas atividades que compõem



o tradicional calendário da ADEPOM, dentre elas, as festas e os bazares temáticos alusivos a datas comemorativas.

Com o investimento nestes novos projetos, a ADEPOM tem por objetivo ofertar ainda mais qualidade de vida aos seus associados, criando oportunidades para que todos possam desfrutar, com conforto e segurança, de momentos de confraternização, lazer e entretenimento, além de enriquecer o patrimônio da associação, fortalecendo as suas bases financeiras.

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**

CONVITE

25º PASSEIO CICLÍSTICO ADEPOM

**PARTICIPE NA COMPANHIA DE SEUS
AMIGOS E FAMILIARES!**

Caro Associado e Amigo da ADEPOM:

É com muita alegria que lhe encaminhamos este convite para participar conosco, no próximo 24 de maio, um domingo, do 25º Passeio Ciclístico da ADEPOM, que terá largada às 8 horas, com concentração na Praça Heróis da FEB, em Santana, na capital paulista. Para fazer a sua inscrição, basta clicar no link abaixo:

<https://adepomeventos.diapoio.com.br/>

Equipes da ADEPOM e das empresas parceiras estarão no local para recebê-lo com muito carinho e segurança, na companhia de seus familiares e amigos.

SOLICITAMOS que tenha em mãos, para apresentação, seu respectivo número de inscrição gerado e recebido no ato do seu cadastramento. O seu número de inscrição também será encaminhado pelo endereço de e-mail cadastrado. Se for preciso recuperá-lo, basta apontar a câmera do seu celular para o QR Code do anúncio da próxima página e abrir o link.

IMPORTANTE: sugerimos que leve consigo um recipiente apropriado (garrafinha) para ter água à sua disposição ao longo de todo o percurso, mantendo assim a hidratação do seu organismo, e que vista roupas confortáveis, apropriadas à prática de esportes.

LEMBRE-SE: a camiseta personalizada do evento somente será entregue para os primeiros 500 participantes que chegarem no local portando seu número de inscrição ou a efetuarem de imediato, mediante a doação de 2 kg (dois quilos) de alimentos não perecíveis (arroz, feijão, óleo, macarrão, açúcar, café etc).

Qualquer dúvida sobre o evento, entre em contato com o time da Secretaria da ADEPOM pelo fone (11) 3322-0333 ou pelo e-mail comunicacao@adepom.com.br.

*Vai ser bom demais pedalarmos juntos pela saúde.
Venha com a gente, porque com a ADEPOM
você é feliz e ganha sempre!*



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**



18 de abril • 13h00 às 16h00

Sábado de Feijoada com samba no Restaurante Adepom

Informações



e reservas

(11) 94020-1643



Crianças de 0 a 5 anos não pagam

Crianças de 6 a 9 têm 30% de desconto

Associação
CORONEL
NÓGUEIRA

R\$ 55,00 (sem bebidas e sobremesas)

RUA DR. RODRIGO DE BARROS, 121, LUZ, SÃO PAULO, SP

25º Passeio Ciclístico Pedalando pela Saúde



adepom

Domingo

24 de maio

**Praça Heróis da FEB
Santana - São Paulo - SP
Concentração às 8h00
Informações (11) 3322-0333**

APOIO



**CIDADE DE
SÃO PAULO
ESPORTES E LAZER**

ADMINISTRAÇÃO:
**CORONEL
NOGUEIRA**

Venha e traga a família!

PATROCÍNIO



**UNICCO
INVEST**



diapoio



VN Silva Impressos
• Copiadora • Gráfica • Papelaria



TriMais
SUPERMERCADO



Os primeiros 500 inscritos que doarem 2 kg de alimentos não perecíveis ganharão uma camiseta

Prêmios para a bike mais enfeitada, o participante mais idoso e o participante mais jovem

Sorteios de bikes e brindes

**Inscreva-se pelo
QR Code** 





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.

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

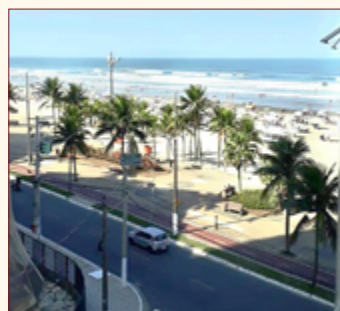
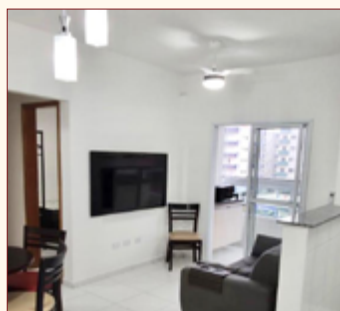
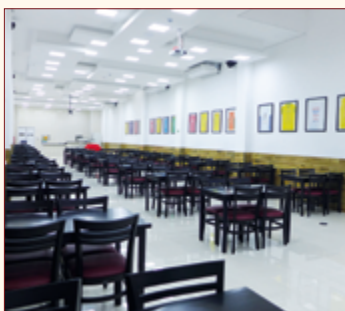
WhatsApp

(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

