



adepom news

17 de abril de 2026 – www.adepom.org.br

É NESTE SÁBADO A BADALADA FEIJOADA COM PAGODE NO RESTAURANTE ADEPOM

Feijoada é uma das maravilhas desse mundo? É sim, senhores e senhoras. E feijoada com pagode é o paraíso na terra entre os homens e mulheres que sabem fazer a diferença na hora de espalharem alegria e compartilharem em harmonia

Então vem: é neste sábado, 18 de abril, das 13 às 16 horas, a FEIJOADA COM PAGODE no Restaurante ADEPOM. Imperdível!!! O tempero que faz toda a diferença na nossa feijoada é o amor... mas é também o precinho camarada: somente R\$ 55,00 por pessoa, para comer à vontade, repetindo quantas vezes quiser (sem bebidas e sobremesas).



Crianças de 0 a 5 anos não pagam; e crianças de 6 a 9 anos têm 30% de desconto.

Ainda não ligou para a Secretaria? Bora fazer a sua reserva, porque já estamos organizando o salão com mesas extras. O endereço, pertinho do Metrô Tiradentes, você já sabe: Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, no bairro da Luz, na capital paulista. Também tem desconto para quem comprar quatro convites, em valor total arredondado para R\$ 200,00.

Venha e traga a família, os amigos, todos aqueles com quem você sabe que vale a pena compartilhar os melhores momentos da vida. As reservas dos convites podem ser feitas pelo WhatsApp: (11) 94020-1643.



18 de abril • 13h00 às 16h00

Sábado de Feijoada com pagode no Restaurante Adepom

Informações



e reservas

(11) 94020-1643



adepom

Crianças de 0 a 5 anos não pagam

Crianças de 6 a 9 têm 30% de desconto

ADMINISTRAÇÃO:
**CORONEL
NOGUEIRA**

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

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

GOVERNO DE SP ANUNCIA PRIMEIRA MULHER NO COMANDO-GERAL DA PMESP

A Cel PM Glauce Anselmo Cavalli foi nomeada pelo governador Tarcísio de Freitas, nesta quarta-feira, 15 de abril, para assumir o comando-geral da Polícia Militar. Pela primeira vez em quase dois séculos de existência, a corporação será liderada por uma mulher. O ato foi publicado na edição do *Diário Oficial do Estado* desta quinta-feira (16).

“A Cel PM Glauce construiu uma trajetória sólida na Polícia Militar, com formação de excelência, liderança reconhecida e ampla experiência em funções operacionais, estratégicas e de gestão. Foi destaque desde a formação e seguiu acumulando responsabilidades ao longo da carreira, sempre com alto nível técnico. É uma oficial extremamente preparada para comandar a maior tropa policial do país. Sua nomeação representa um marco histórico para a PM de São Paulo, que tem pela primeira vez uma mulher no comando, e é também um avanço importante para a ampliação da presença feminina nos cargos de liderança do Estado”, afirma o governador Tarcísio de Freitas.

A nova comandante-geral é mestre e doutora em Ciências Policiais de Segurança e Ordem Pública, além de graduada em Direito pela Universidade Cruzeiro do Sul e em Educação Física pela Escola de Educação Física da PM. Antes da indicação, estava à frente da Diretoria de Logística da corporação. Também comandou o CPA/M-2, responsável por uma das regiões mais populosas da capital paulista, e chefiou a Coordenadoria de Assuntos Jurídicos do Comando-Geral e o Centro de Comunicação Social da PM, dentre outras funções.



A profissional vai suceder o Coronel PM José Augusto Coutinho, que estava à frente da instituição desde maio de 2025. Ele segue agora para a reserva.

O novo subcomandante da corporação será o coronel Mário Kitsuwa, atual comandante do CPA/M-9. Mestre e doutor em Ciências Policiais de Segurança e Ordem Pública, o Cel Kitsuwa também é formado em Psicologia. Ao longo da carreira, atuou no 1º Batalhão de Polícia de Choque, no Centro de Assistência Social e Jurídica, na Diretoria de Pessoal e no Centro de Atenção Psicológica e Social.

“Agradecemos ao comandante Coutinho pela dedicação e pelos relevantes serviços prestados no comando da corporação. Sua atuação foi fundamental para o fortalecimento da Polícia Militar, a ampliação da presença policial em todo o estado e a redução histórica dos índices criminais”, concluiu Tarcísio de Freitas.

Fonte e imagem: Comunicação SSP

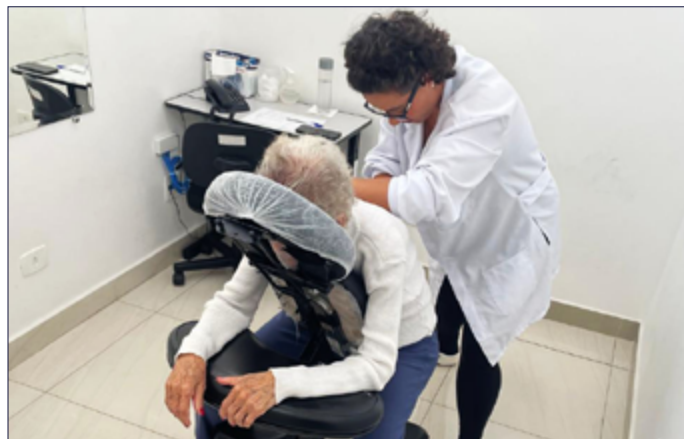
SESSÕES DE MASSOTERAPIA GRATUITAS PARA ASSOCIADOS E DEPENDENTES NA ADEPOM: AGENDE

Englobando diversas técnicas terapêuticas de massagem, a massoterapia possibilita o alívio do estresse, de dores e tensões, relaxamento muscular, liberação das toxinas pela corrente sanguínea, aumento da flexibilidade e melhora da circulação do sangue, além de uma sensação geral de bem-estar.

São tão importantes os seus benefícios para a saúde que a Clínica Multidisciplinar ADEPOM ampliou os horários de atendimentos gratuitos ofertados pelas nossas massoterapeutas aos associados e seus dependentes, em São Paulo e na Regional Santos.

Os agendamentos são feitos, em São Paulo, de segunda e quinta-feira, a partir das 8 horas. O último horário é 16:30. Em Santos, também a massoterapeuta está à disposição, gratuitamente, duas vezes por semana: às terças-feiras, das 8h00 às 11h30; e às sextas-feiras, das 13h00 às 16h30.

Com movimentos fortes ou sutis, a massoterapeuta trabalha aspectos físicos e mentais de cada um, como podemos observar nas fotos



que ilustram esta matéria. A prática é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Se você é associado, aproveite!

Nos dias atuais, com níveis altos de estresse atingindo a maioria das pessoas em razão do uso contínuo e, muitas vezes excessivo, de equipamentos tecnológicos, a sessão de massoterapia em nossa clínica vale ouro, mas está à disposição dos associados sem qualquer custo, somada a todos os demais benefícios, os quais podem ser conferidos neste link: <https://www.adepom.org.br/saude/>.

adepom

COMUNICADO

ADMINISTRAÇÃO
**CORONEL
NOGUEIRA**

Prezados Associados:

Informamos que, a partir de 1º de abril de 2026, a contribuição mensal à ADEPOM passou a ser de R\$ 86,05 (oitenta e seis reais e cinco centavos), devido ao aumento salarial da categoria (Lei Estadual nº 18.441, de 2/4/2026).

Agradecemos pela atenção e confiança, lembrando que, no próximo 25 de agosto, a ADEPOM completa 33 anos de atuação, sendo reconhecida como uma das maiores e mais relevantes associações do setor.

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

Benefício
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



ADMINISTRAÇÃO:
CORONEL
NOGUEIRA

PARCEIROS APOIAM E PATROCINAM O 25º PASSEIO CICLÍSTICO DA ADEPOM EM BENEFÍCIO DOS PARTICIPANTES

No próximo 24 de maio, um domingo, inspirada pelos benefícios do uso das bicicletas para o corpo e para a alma, a ADEPOM realizará a 25ª edição do seu tradicional Passeio Ciclístico, sob o tema "Pedalando pela saúde". A concentração vai ser na Praça Heróis da FEB, em Santana, na capital paulista, com início do passeio às 8 horas.

Para animar ainda mais o 25º Passeio Ciclístico da ADEPOM, a bicicleta mais enfeitada vai ser premiada, assim como o participante mais idoso e o mais jovem. Haverá também sorteios de bicicletas e brindes, além de muita diversão ao longo desse dia de confraternização tão esperado, que conta com diversos apoiadores.

Dentre os primeiros 500 participantes, quem doar dois quilos de alimentos não perecíveis no ato da inscrição, os quais serão repassados para entidades apoiadas pela ADEPOM, vai ganhar uma camiseta personalizada do evento.

Para se inscrever, acesse este [link](#). Se preferir, use o QR Code da imagem do anúncio desta edição, apontando para ele a câmera do seu celular.

O sucesso deste tradicional evento do calendário da ADEPOM, realizado desde 1999, é resultado dos esforços de todo o time da ADEPOM, liderado pelo seu presidente, o Cel PM Nogueira; dos próprios participantes que abrilhantam o passeio; e, é claro, dos parceiros que anualmente somam com todos nós, seja por meio de disponibilização de serviços, seja com investimentos financeiros.



A Polícia Militar do Estado de São Paulo, a Guarda Civil Metropolitana, a Companhia de Engenharia de Tráfego (CET) e Prefeitura de São Paulo são nossos aliados desde o primeiro evento, dando-nos suporte estratégico e de manutenção da segurança de todos os participantes.

Em 2026, também se destacam, dentre os nossos parceiros, a Sabesp, a RVS Bike Shop, uma das maiores empresas de São Paulo para vendas de bikes e também organização de eventos para ciclistas; a Unicco Invest, uma das mais renomadas empresas de antecipação de crédito do mercado brasileiro; a Diapoio, sucesso na área de soluções de TI; a Amplius Bandeirante Corretora de Seguros; a rede de supermercados TriMais; a Exitus Contabilidade; e VN Silva Impressos.

Na manhã de domingo, 24 de maio, todos os nossos parceiros estarão na Praça Heróis da FEB com a Família ADEPOM, tornando o nosso evento ainda mais dinâmico e rico, em benefícios de todos os participantes. Por isso, venha ser feliz com a gente. Mais que uma associação, a ADEPOM é uma família, na qual você e todos os seus familiares são muito bem recebidos sempre!

Mais informações no anúncio do 25º Passeio Ciclístico desta edição ou pelo fone (11) 3322-0333, na Secretaria, em São Paulo.



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



diapoio



VN Silva Impressos
• Copiadora • Gráfica • Papelaria



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

Inscrição-se pelo QR Code



GOVERNO DE SP INSTITUI COMITÊ PERMANENTE PARA ENFRENTAR VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER

O Governo de São Paulo instituiu o Comitê Permanente de Enfrentamento à Violência contra a Mulher com o objetivo de fortalecer a articulação entre diferentes órgãos e aprimorar as políticas públicas voltadas à proteção das vítimas. A medida foi oficializada na última sexta-feira, 10 de abril, por meio de uma portaria publicada no Diário Oficial do Estado. De acordo com a Secretária da Segurança Pública (SSP), o novo Comitê será composto por integrantes do Núcleo Estratégico Interdisciplinar do SP Mulher e demais membros do governo paulista, além de representantes do Tribunal de Justiça, do Ministério Público, da Defensoria Pública e da sociedade civil. A proposta é reunir especialistas e instituições para analisar dados, propor soluções e monitorar ações de enfrentamento à violência doméstica e familiar.

O SP Mulher é um programa da Secretaria da Segurança Pública, criado em 2023 para tratar de todos os assuntos envolvendo violência doméstica. Seu Núcleo Estratégico Interdisciplinar é composto por policiais civis, militares e técnico-científicos e representantes da Secretaria de Políticas para a Mulher. “A instituição deste comitê representa um avanço decisivo na for-



ma como enfrentamos a violência contra a mulher em São Paulo. Estamos integrando inteligência, tecnologia e atuação conjunta entre as instituições para garantir respostas mais rápidas, proteção efetiva às vítimas e responsabilização dos agressores. É uma política pública estruturada, baseada em dados e focada em salvar vidas”, declarou o secretário da Segurança Pública de São Paulo, Osvaldo Nico Gonçalves.

Essa iniciativa está em linha com o SP Por Todas, movimento do Governo de São Paulo que reúne iniciativas de prevenção, acolhimento e autonomia feminina.

Fonte e imagem:

Agência de Notícias do Governo de SP

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

ADMINISTRAÇÃO:
CORONEL NOGUEIRA



Quarta-feira
6/05
9 às 16 horas

Bazar de Dia das Mães

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

ROUBOS A RESIDÊNCIAS CAEM MAIS DE 35% NA CAPITAL E GRANDE SP NO INÍCIO DE 2026

Os roubos a residências registraram queda expressiva na capital paulista e na Grande São Paulo no início deste ano. De acordo com dados da Secretaria da Segurança Pública (SSP), nos dois primeiros meses de 2026, foram contabilizados 84 casos, contra 130 no mesmo período de 2025, uma redução de 35,3%.

Os furtos a residências também apresentaram recuo relevante na região, passando de 1.308 para 935 ocorrências no comparativo, uma diminuição de 28,5%. No Estado de São Paulo, a tendência de queda se mantém: os furtos caíram 26,5% (de 6.213 para 4.564) e os roubos recuaram 28,5% (de 379 para 271). O resultado é atribuído à intensificação das ações integradas entre as polícias Civil e Militar, com foco tanto na prisão de autores quanto na desarticulação das cadeias de receptação.

A atuação rápida da Polícia Militar tem sido determinante para coibir crimes em andamento. O Cel PM Alexandre Vilariço, comandante do Comando de Policiamento da Capital, destaca que o atendimento ágil às ocorrências faz a diferença. “A Polícia Militar atua de forma imediata assim que é acionada, intensificando o patrulhamento e ampliando a presença em áreas estratégicas. Essa resposta rápida, aliada ao trabalho investigativo da Polícia Civil, tem impacto direto na redução dos índices”, disse.



Segundo o delegado Fábio Sandrin, da 4ª Divisão de Investigações sobre Crimes contra o Patrimônio (Disccpat), do Departamento Estadual de Investigações Criminais (Deic), o enfrentamento a esse tipo de crime ocorre em duas frentes principais. “As ações são intensificadas tanto na identificação e prisão dos autores quanto no rastreamento dos criminosos envolvidos na receptação dos produtos roubados.

A partir das investigações, conseguimos mapear o modus operandi, identificar reincidências, veículos utilizados e, assim, chegar a toda a rede criminosa”, explicou. Para a Polícia Civil, o trabalho contínuo de investigação tem permitido não apenas a elucidação dos crimes, mas também a recuperação de bens e a apreensão de armas utilizadas pelos criminosos.

Fonte e imagem: Comunicação SSP

COMUNICADO

adepom

Prezados Associados:

NOGUEIRA

Informamos que o expediente na sede da ADEPOM São Paulo e na Regional Santos será mantido regularmente na próxima segunda-feira, 20 de abril, véspera do feriado em homenagem a Tiradentes. A Clínica Multidisciplinar e demais áreas iniciam os atendimentos às 8 horas. **Aproveite para fazer o seu agendamento onde você é sempre bem-vindo.**



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\$ 86,05).

Fones

(11) 3322-0333

(11) 94020-1643

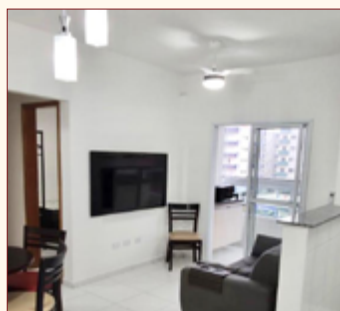
WhatsApp

(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

