



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

PRESENTINHOS COM PREÇOS IMPERDÍVEIS?

VEM PARA O BAZAR DO DIA DAS MÃES DA ADEPOM!

No próximo dia 6 de maio, quarta-feira, a ADEPOM vai realizar, na sede em São Paulo (Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz), um incrível Bazar de Dia das Mães, das 9 às 16 horas, com tudo de lindo demais em exposição para curtirmos, comprarmos e presentearmos.

Vai ser show, na Cafeteria ADEPOM, que fica na entrada do nosso restaurante. Vale o passeio em boa companhia, como sempre, para apreciar os mimos expostos, comprar sem gastar muito e aproveitar para lanchar, tomar aquele cafezinho gostoso com pão de queijo, WiFi, papear e... almoçar no melhor buffet a quilo da região da Luz.

Os expositores, todos eles nossos parceiros, estão preparando com muito carinho a apresentação das novidades deste Dia das Mães, com precinhos especiais e imperdíveis para todos os



associados! Vamos ter amigurumi (bonecos feitos de crochê e tricô), artesanatos, bijuterias finas, cosméticos, cuidados pessoais, diversas delícias gourmet, macromê, perfumes, produtos de beleza, queijos e, claro, um estande *super up* com itens de O Boticário e Natura.

Venha se divertir muito nas compras com a Família ADEPOM, e mais uma dica: aproveite para agendar serviços gratuitos para associados e dependentes na Clínica Multidisciplinar!

Mais informações pelo fone (11) 3322-0333. Acompanhe a programação de todas as atividades da ADEPOM em nossas redes sociais.

*Vem com a gente, porque com a ADEPOM
você ganha sempre!*





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

PRESIDENTE DA ADEPOM REALIZA MAIS UMA REUNIÃO DE TRABALHO COM A EQUIPE

O Cel PM Nogueira, presidente da ADEPOM, realizou mais uma reunião de trabalho com os gestores e colaboradores, na última terça-feira, 28 de abril, na sede em São Paulo. O ano de 2026 tem sido bastante dinâmico para a ADEPOM. Neste primeiro semestre, organizamos dois grandes eventos de sucesso, o 58º Café dos Veteranos e Pensionistas e a Feijoada do Restaurante ADEPOM, ambos com repercussão extremamente positiva, proporcionando momentos de confraternização entre associados, os seus familiares, amigos e colaboradores da associação. Dentre outras atividades, também estamos recebendo, desde fevereiro, associados para a elaboração gratuita de suas Declarações de Imposto de Renda Pessoa Física, tanto em São Paulo, como na Regional Santos.

Em paralelo, ofertamos diversos pacotes especiais nos apês da ADEPOM na Praia Grande, com preços reduzidos para que todos pudessem curtir dias de lazer sem comprometer o orçamento familiar.

A Clínica Multidisciplinar ADEPOM, por sua vez, não para de crescer, ampliando a sua estrutura, fazendo novas contratações e investindo em novos equipamentos. Em janeiro, por exemplo, foi inaugurada a Sala de Fisioterapia para atendimentos gratuitos sob solicitação médica. A satisfação dos associados é total, conforme manifestações recebidas pela Presidência. E mais novidades vêm aí, como o Bazar do Dia das Mães, na pró-



xima quarta-feira, 6 de maio; o 25º Passeio Ciclístico ADEPOM, no domingo, 24 de maio; a Festa Junina da ADEPOM São Paulo, em 12 de junho; a Festa do Chopp, em 15 de agosto; a Semana de Aniversário de 33 Anos da ADEPOM, de 24 a 28 de agosto; mais dois Cafés dos Veteranos e Pensionistas, em 19 de setembro e 5 de dezembro, ambos aos sábados; o Almoço Italiano, em 24 de outubro; e o Bazar de Natal, em 9 de dezembro.

O trabalho diário da equipe segue, portanto, cumprindo a missão de zelar pelo bem-estar dos associados, enquanto o nosso Departamento Jurídico e os escritórios de advocacia parceiros prosseguem em luta pela defesa dos interesses da Família Policial Militar, sempre obtendo êxitos em suas ações.

Na reunião, o presidente transmitiu novas orientações para que o sucesso do time da ADEPOM seja contínuo e prestou homenagem ao funcionário Carlos Alberto Vaz (*foto acima*), que acaba de se aposentar após 18 anos de trabalho com grande dedicação e muito empenho, durante os quais estabeleceu fortes vínculos de parceria com todo o time pelo seu desempenho profissional e solidário.

O time aproveitou a oportunidade para, no encerramento do encontro, comemorar os aniversários dos colaboradores do último bimestre. *Confira mais imagens da reunião em nosso [site](#).*



"SERVIR AO PRÓXIMO É ENGRANDECER A PRÓPRIA VIDA"

CEL PM GLAUCE ASSUME O COMANDO-GERAL DA PMESP EM SOLENIDADE NA ACADEMIA DO BARRO BRANCO

Na manhã desta quarta-feira, 29 de abril, foi realizada a passagem de comando da PMESP, na Academia do Barro Branco, na capital paulista, solenidade na qual o Cel PM José Augusto Coutinho foi substituído pela Cel PM Glauce Anselmo Cavalli, primeira mulher a assumir o comando-geral da corporação ao longo de dois séculos de história – em 15 de dezembro deste 2026, a PMESP celebrará 196 anos de existência. O novo sub-comandante é o Cel PM Mário Kitsuwa. O Cel PM Coutinho, que estava à frente da Polícia Militar desde maio de 2025, passou para a reserva da instituição.

“Não é apenas uma troca de comando. É uma forma de escrever a história da Polícia Militar. E essa decisão de hoje tem nome, trajetória e critério. A Coronel Glauce, que assume o comando, é uma oficial preparada, respeitada, pronta para liderar”, afirmou o governador Tarcísio de Freitas, durante a solenidade. A nomeação, assinada pelo governador no último 15 de abril, estabelece um ponto de avanço significativo para a instituição e reafirma o compromisso do governo com a renovação do comando sem abrir mão da continuidade operacional. A Cel PM Glauce, em seu discurso, declarou:

“Ser a primeira mulher a liderar a PMESP em quase 200 anos não é uma vitória pessoal, mas uma conquista de todas as policiais militares que percorreram um caminho pavimentado, especialmente pelas pioneiras, conhecida como as 13 mais corajosas de 1955, dentre elas a lendária comandante Hilda Macedo. Que essa conquista histórica não represente um ponto de chegada, mas sim um novo marco de avanço. No qual o mérito, a coragem e o compromisso com o bem comum continuem a nortear nossa instituição. E que esse marco se consolide como uma oportunidade permanente de reflexão coletiva sobre a necessidade de uma atuação conjunta, pautada no respeito às diferenças, independentemente de gênero, credo, etnia ou condições físicas”.

A trajetória da Cel PM Glauce na Polícia Militar, iniciada há 33 anos, abrange funções operacionais, jurídicas, de comunicação e de gestão. Antes da nomeação, estava à frente da Diretoria de Logística da corporação. Ao longo da carreira, comandou o CPA/M-2, responsável por uma das regiões de maior densidade populacional da capital; chefiou a Coordenadoria de Assuntos Jurídicos do Comando Geral; e dirigiu o Centro de Comunicação Social da PM. A



comandante-geral é mestre e doutora em Ciências Policiais de Segurança e Ordem Pública, graduada em Direito pela Universidade Cruzeiro do Sul e em Educação Física pela Escola de Educação Física da PM. A sua escolha pela Polícia Militar veio ao fim do Ensino Médio. O incentivo partiu de dentro de casa: o irmão, militar do Exército, sempre acreditou em sua capacidade. Na Academia Militar do Barro Branco, onde iniciou a trajetória, sempre interagiu com todos para aprender e se tornar mais preparada para servir à sociedade. Ao se formar, foi designada para o Policiamento de Trânsito, onde assumiu seu primeiro pelotão. Ao longo da carreira, passou por diferentes funções e regiões do estado, alternando entre capital e interior, com destaque para a atuação em Campinas.

Em paralelo ao posto mais alto da corporação, ela se define pelos vínculos pessoais, como filha, esposa e mãe, destacando suas relações mais próximas como a base que sustenta sua trajetória. Ao assumir o comando-geral, a Cel PM Glauce também enfatizou, em seu discurso, que o enfrentamento à violência doméstica e familiar será prioridade operacional, com a PMESP diuturnamente nas ruas do Estado preservando a ordem. e finalizou, declarando: “Diante dessa história esplêndida da Polícia Militar, é imperativo que a minha liderança seja pautada pelos mais relevantes valores de um gestor público: a legalidade, a moralidade e a seriedade, a transparência, a coragem, o compromisso inabalável com a eficiência operacional na segurança pública e, sobretudo, a preocupação com o ser humano. Lembremos todos que o serviço do policial militar é uma grande oportunidade de auxílio ao próximo. E servir ao próximo é engrandecer a própria vida.”

Fonte e imagem: Comunicação SSP e AG do Governo de SP

OBRAS DO NOVO ESPAÇO DE EVENTOS DA ADEPOM SEGUEM A TODO VAPOR

FASE DE COBERTURA ESTÁ EM ANDAMENTO

As obras do novo espaço de eventos da ADEPOM, em terreno vizinho à sede em São Paulo, com 1.200 metros quadrados, seguem a todo vapor neste mês de maio. O novo edifício manterá o estacionamento no andar térreo e abrigará, no primeiro andar, um amplo e confortável salão para realização de diversas atividades que compõem o tradicional calendário da ADEPOM, dentre elas, as festas e os bazares temáticos alusivos às datas comemorativas.

O presidente da ADEPOM, Cel PM Nogueira, assinou contrato de prestação de serviços com a RG Construções e Reformas, dos sócios-proprietários Jucimario Rocha e Edson Gomes. Também responde pela obra o arquiteto Rogério Brites Santos, sócio-proprietário da RB Carture Arquitetura & Engenharia, empresa com a qual a ADEPOM já vem trabalhando no projeto desde o primeiro semestre de 2025.



Confira, na imagem acima, o andamento da construção, agora em fase de cobertura. Nos próximos dias, terá início a fase de concretagem do piso. Segundo Jucimario Rocha, em cerca de dois meses a obra deve estar pronta para entrega, com o retorno do estacionamento para usufruto dos visitantes da ADEPOM, cujo time, juntamente com os seus parceiros, trabalha diariamente em benefício dos associados, com alto padrão de profissionalismo e foco na agenda, para cumprir cada missão em tempo recorde e excelência em qualidade.



1º de maio

*O trabalho que dignifica também
dota a sociedade de valores e esperança
em dias melhores.*

Feliz Dia do Trabalho

adepom

ADMINISTRAÇÃO:
**CORONEL
NOGUEIRA**

ADEPOM ENTREGA DOAÇÕES ARRECADADAS NO 58º CAFÉ DOS VETERANOS E PENSIONISTAS

A Igreja Nossa Senhora dos Prazeres, localizada na Av. Ataliba Leonel, 3013, na Parada Inglesa, na capital paulista, recebeu nesta segunda-feira, 27 de abril, o leite em pó arrecadado pela campanha de doações voluntárias, entre associados, realizada durante o 58º Café dos Veteranos e Pensionistas. O trabalho comunitário da Igreja Nossa Senhora dos Prazeres é liderado pelo Padre Raimundo Edmilson Rodrigues. As doações foram entregues a Roseli Vieira, colaboradora da paróquia.

A Família ADEPOM agradece a confiança e a participação dos associados que fizeram as doações em prol de crianças e idosos necessitados.



VENHA VISITAR A

NUR

NO AQUÁRIO DE SÃO PAULO

10%

DE DESCONTO ATRAVÉS DO CUPOM INFORMADO POR SUA ASSOCIAÇÃO.



adepom



AQUÁRIO DE SÃO PAULO
A VIDA É MELHOR AO VIVO



cristina.souza@aquariodesaopaulo.com.br

 AQUARIODESP.COM.BR  **(11) 2273-5500-OPÇÃO 4**

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

25º PASSEIO CICLÍSTICO ADEPOM

PEDALANDO PELA SAÚDE COM SEGURANÇA E CONFORTO

As amadas de duas rodas são cada vez mais vistas nos grandes centros urbanos, onde o uso das bikes vem sendo ampliado como meio de transporte por diversos motivos, dentre eles: economia, fuga de engarrafamentos e adoção de estilo de vida mais saudável. Pessoas de todas as idades têm adotado a locomoção por meio das bicicletas, porque ao pedalar elas se sentem mais livres em espírito, oxigenam o intelecto e, principalmente, ganham em qualidade de vida.

São diversas as razões pelas quais o andar de bicicleta é recomendado, destacando-se o aumento da disposição por causa da elevação da frequência cardíaca e do crescimento da produção de endorfina, substância produzida pela glândula hipófise, presente em nosso cérebro, cuja principal função é inibir a irritação e o estresse.

Para a terceira idade, pedalar oferece vantagens importantes para a saúde, contribuindo para combater a perda progressiva de massa muscular registrada com o avanço dos anos. É preciso, porém, atentar para os cuidados que devem ser tomados sob orientação dos médicos, com riscos controlados de acordo com as condições físicas de cada pessoa.

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 anual, 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 dia, a bicicleta mais enfeitada vai ser premiada, assim como o participante mais idoso e o mais jovem. O evento também terá sorteios de bicicletas e brindes, contando com a parceria de diversos apoiadores, dentre eles, a Max Emergências Médicas, que disponibilizará uma ambulância, no local, exclusivamente para atendimento dos participantes do passeio.

Dentre os primeiros 500 participantes inscritos, quem doar dois quilos de alimentos não perecíveis, os quais serão repassados para entidades apoiadas pela ADEPOM, vai ganhar uma camiseta personalizada do evento.

Para se inscrever, acesse este [link](#) ou, se preferir, use o QR Code do anúncio da próxima página. Participe. Venha ser feliz com a gente, porque, mais que uma associação, a ADEPOM é uma família, onde você e seus familiares são muito bem recebidos sempre! Mais informações podem ser obtidas na Secretaria pelo fone (11) 3322-0333 e WhatsApp (11) 94020-1643.

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

Inscreeva-se pelo QR Code



OPERAÇÃO IMPACTO QUEBRA-VIDRO REALIZA 18 PRISÕES EM SÃO PAULO

A Polícia Militar prendeu 18 suspeitos durante a Operação Impacto Quebra-Vidro, realizada na noite de 24 de abril, na capital paulista. Entre os detidos, cinco eram foragidos da Justiça. Um dos suspeitos foi preso na Vila Andrade, na zona oeste de São Paulo. A ação contou com apoio de um pedestre que alertou as equipes sobre a atuação criminosa na Avenida Sylvio Magalhães. O suspeito, que havia deixado recentemente o sistema prisional, foi localizado enquanto tentava se esconder em uma área de mata.

Ao todo, 162 pessoas foram abordadas, com 11 prisões em flagrante. Também foram apreendidos três celulares, porções de drogas, R\$ 172 em dinheiro e 12 bicicletas sem comprovação de origem. A ação foi baseada em análise estratégica da PMESP, que mapeou dezenas de pontos da cidade a partir de registros criminais, imagens de monitoramento e dados de ocorrências recentes.

No total, mais de 200 policiais militares foram mobilizados em 126 pontos da capital, com o uso de 15 drones, três helicópteros e diversas viaturas. A operação teve como foco o combate a roubos e furtos em áreas de maior incidência.



“A Polícia Militar realizou a operação Impacto Quebra-Vidro visando diminuir a criminalidade, principalmente os delitos de roubo e furto de aparelhos celulares e itens de alto valor na região central de São Paulo. Atuamos principalmente em pontos estratégicos, como semáforos e locais de trânsito intenso, em que os criminosos quebram vidro dos veículos para levar os pertences”, declarou o Tenente PM João Berton, do 13º BPM/M.

Fonte e imagens: Divulgação 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

Feriado do Dia do Trabalho nos apês da Adepom na Praia Grande

Últimas unidades

Faça já sua reserva

Fone (11) 3322-0333

WhatsApp (11) 94020-1643



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 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

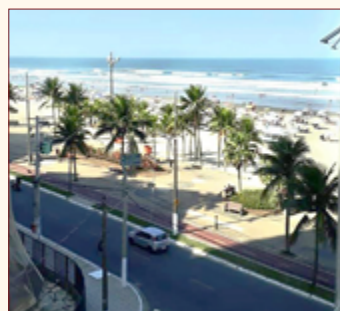
WhatsApp

(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

