



PLANTÃO DE ATENDIMENTO DA ADEPOM COMPLETA QUATRO ANOS SOB APLAUSOS DOS ASSOCIADOS

Sempre alinhada com as necessidades dos seus associados, a ADEPOM implantou mais um benefício na sede em São Paulo, tendo por objetivo prestar atendimento de alta qualidade aos PMs da ativa. Por meio do PLANTÃO ADEPOM DE ATENDIMENTO, realizado semanalmente, às quartas-feiras, orientações jurídicas sobre ações contra a Fazenda Pública, em nome de associados, e demais informações relevantes são transmitidas em horário noturno, até 20 horas. Desse modo, ninguém deixa de ter acesso às resoluções de pendências de assuntos relativos ao trâmite de ações em razão do seu horário de trabalho.

Além disso, atendimentos de urgência em horário noturno, no campo legal, têm atraído cada vez mais associados, atestando que a modalidade de prestação de serviços criada, há quatro anos, pelo gerente Vanderson Castillo é um enorme sucesso.

O Plantão é proativo, isto é, uma equipe treinada para exercer a atividade entra em contato com os associados que trabalham em horário noturno e devem ser informados sobre questões na área jurídica, inclusive sobre manutenção e atualização de processos.

Ao estabelecer comunicação com as unidades militares, a equipe está também à disposição para fornecer informações para PMs ainda não associados, interessados em saber mais sobre os serviços da ADEPOM.



A Dra. Patrícia Carvalho, advogada atuante da área de Ouvidoria; e o gerente administrativo Vanderson, responsável pela Secretaria da ADEPOM, estão sempre presentes nos Plantões, coordenando o trabalho da equipe.

Os elogios e agradecimentos por parte dos associados são constantes. “Eles estão realmente felizes pela preocupação da ADEPOM em fazer a diferença, mais uma vez saindo na frente quando a missão é satisfazer planejamento os nossos associados”, destaca o gerente Vanderson.

Para saber mais sobre o PLANTÃO ADEPOM DE ATENDIMENTO, entre em contato com a Secretaria, em São Paulo, pelo fone (11) 3322-0333 ou pelo WhatsApp (11) 94020-1643.

adepom
33 anos

Semana de Aniversário

Em agosto de 2026, a Adepom completa
33 anos, esbanjando *solidez* com muita
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 24 e 28 de agosto:

- ✓ Disponibilização de serviços na
Clínica Multidisciplinar
- ✓ Plantão Jurídico
- ✓ Bazar na sede em São Paulo
- ✓ Consultoria de beleza
- ✓ Bolos, sucos, chá e café
- ✓ Apresentação do Corpo Musical da PMESP

24 a 28 de agosto

*Acompanhe a divulgação da
programação pelo site da Adepom
e pelas nossas redes sociais!*

UNIVERSIDADE
FAMÍLIA
NOGUEIRA

AS FÉRIAS DE JULHO ESTÃO ACABANDO, MAS A PRAIA CONTINUA TE ESPERANDO

A Praia Grande espera pelos associados da ADEPOM ao longo do ano todo, e ofereceu pacotes especialíssimos nas férias de julho, que já estão terminando, mas as vantagens continuam para todos. O valor cobrado corresponde apenas a uma pequena taxa pelos custos de manutenção dos imóveis.

Cada apartamento possui dois quartos, sendo uma suíte; sala decorada com conforto; cozinha equipada; banheiro; terraço; piscina; uma vaga na garagem. E com uma linda piscina no condomínio.

É permitida a hospedagem de até cinco pessoas, sem custos adicionais no valor da taxa de manutenção.

Os belíssimos apartamentos estão localizados na Praia Mirim, região nobre e badalada da Praia Grande, na Avenida Castelo Branco, em edifício de frente para o mar.



APARTAMENTO completo!

- 5 Pessoas
- Sala de TV
- Varanda
- Cozinha
- 2 quartos
- 2 banheiros
- Estacionamento

MELHOR REGIÃO DA PRAIA GRANDE

SAIBA MAIS
11 3322-0333 / 11 94020-1643

Aponte para o QR CODE e obtenha mais informações



Aponte a câmera do seu celular para o QR Code da imagem para mais informações e ligue para a Secretaria para fazer sua reserva, pelo fone (11) 3322-0333 ou WhatsApp 94020-1643.

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

SEMANA DE ANIVERSÁRIO DA ADEPOM

adepom  **33 anos**

ADMINISTRAÇÃO:
CORONEL NÓGUEIRA

Dia	Atividades
Segunda 24 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • Urna para depósito do cupom de participação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Terça 25 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • Palestra: "Pés diabéticos no frio: três blindagens para não perder sensibilidade quando a temperatura cai; a importância dos exercícios adequados; e o dia a dia com cuidados preventivos e paliativos", proferida pela podologista da ADEPOM, Andrea Marusco dos Santos, especialista em diabéticos, hipertensão, laserterapia em diabéticos, geriatria e biomedicina (13h30 às 14h30) • Bingo (após a palestra da tarde) • Urna para depósito do cupom de participação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Quarta 26 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 participação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Quinta 27 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 para todos os visitantes • Urna para depósito do cupom de participação em sorteio de um fim de semana em apartamento da ADEPOM na Praia Grande
Sexta 28 agosto	• Disponibilização dos serviços da Clínica Multidisciplinar ADEPOM • Mesa Coffe Break na sede em São Paulo e na Regional Santos • 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 33º Aniversário



33
anos

Bazar de Aniversário da Adepom

**Quarta-feira
26/08
9 às 16 horas**

*Vem que tem...
com preço bom e
qualidade de verdade*

ADMINISTRAÇÃO
**CORONEL
NOGUEIRA**

**Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz
São Paulo – SP**

Informações: (11) 3322-0333 e  (11) 94020-1643

GOLPES CONTRA IDOSOS

FIQUE ATENTO PARA NÃO CAIR NAS CILADAS DOS CRIMINOSOS

Os golpes contra idosos concentram-se principalmente em fraudes financeiras e digitais, explorando a boa-fé, a falta de familiaridade com novas tecnologias ou momentos de distração das vítimas. O Código Penal brasileiro prevê o crime de estelionato com pena aumentada de um terço ao dobro quando cometido contra idosos. A seguir, detalhamos os golpes mais comuns na atualidade.

Falso Filho (WhatsApp): Criminosos criam um perfil com a foto de um familiar, fingem ter mudado de número de celular e solicitam transferências financeiras urgentes via Pix.

Falsa Central do Banco: Um suposto funcionário telefona informando sobre uma falsa clonagem do cartão, orienta a vítima a cortar o plástico e solicita a senha. Um motoboy é enviado para recolher o cartão com o chip intacto.

Empréstimo Consignado Invisível: Instituições ou criminosos tentam contratar empréstimos diretamente nos sistemas do INSS sem qualquer solicitação prévia ou autorização da pessoa idosa.



Falso Boleto: Fraudadores enviam faturas de cobrança com aparência idêntica a boletos legítimos de serviços recorrentes, como planos de saúde ou energia.

Abordagem no Caixa Eletrônico: Desconhecidos oferecem ajuda em terminais bancários para roubar o cartão físico, memorizar senhas ou realizar saques indevidos.

Golpe da Farmácia Popular e Prova de Vida: Criminosos solicitam fotos de documentos e selfies sob o pretexto de cadastramento de benefícios ou descontos em remédios, utilizando os dados para abrir contas digitais.

Lembre-se: nunca transfira dinheiro por pedidos no WhatsApp sem antes fazer uma ligação comum ou chamada de vídeo para confirmar a identidade de quem pede. Fique sempre atento ao usar cartões de débito e crédito. Não compartilhe dados pessoais e fotos de documentos. Mas, se mesmo assim, for vítima de golpes, além de contatar imediatamente o seu banco, procure a delegacia mais próxima ou faça um Boletim de Ocorrência digital pela site da [Polícia Civil](https://bopm.policiamilitar.sp.gov.br/) ou da PMESP (<https://bopm.policiamilitar.sp.gov.br/>). As imagens desta página são da área de Comunicação da Polícia Civil.



CONVITE ESPECIAL



adepom

25 de Agosto

Terça-feira

13h30

Palestra gratuita sobre a importância dos cuidados com os pés

Dentre as atividades da
Semana de Aniversário de
33 anos da ADEPOM,
será realizada uma palestra
com profissional de grande
bagagem teórica e prática,
colaboradora do nosso time.

Participe!

***O foco será os benefícios da
podologia, bem como a
importância do zelo com os pés
no frio, principalmente no caso
dos pés diabéticos.***



***Especialista em
diabéticos, hipertensão,
laserterapia em
diabéticos, geriatria e
biomedicina***

***Podologista
Andrea Marusco
dos Santos***

Inscrições pelo fone (11) 3322-0333 e WhatsApp (11) 94020-1643

Local: Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, Luz, São Paulo, SP

VOCÊ CONHECE TODAS AS VANTAGENS OFERECIDAS PELO RESTAURANTE ADEPOM AOS ASSOCIADOS E SEUS DEPENDENTES?

Além de preço justo com sabor e qualidade de verdade, o RESTAURANTE ADEPOM oferece uma série de vantagens para associados e seus dependentes, as quais você não pode deixar de aproveitar quando visita a sede em São Paulo, no bairro da Luz, bem pertinho da estação de Metrô Tiradentes.

Associados pagam somente R\$ 34,80, sem pesar, para se servirem à vontade no nosso buffet repleto de opções deliciosas, com muita segurança e conforto. Tem mais: os baixinhos com até 6 anos de idade, filhos dos associados, não pagam para almoçar no restaurante, na companhia dos seus pais.

Os vizinhos da sede, mesmo não sendo associados, também participam do nosso Clube de Vantagens, tendo direito a 10% de desconto no preço regular (R\$ 69,60 por quilo, sem incluir bebidas e sobremesas) para profissionais que trabalham no Senac Tiradentes, na Caixa Beneficente da Polícia Militar (CBPM), no Museu de Arte Sacra e no Sescon-SP.



Todos os Policiais Militares da ativa que ainda não são associados da ADEPOM também têm direito a 10% de desconto para usufruir da qualidade e dos bons serviços do nosso restaurante.

Venha almoçar na ADEPOM de segunda a quinta-feira, das 11:30 às 15:00; e às sextas-feiras, das 11:30 às 14:30. O restaurante fica no andar térreo da nossa sede, na Rua Dr. Rodrigo de Barros, 121, no bairro da Luz, na capital paulista.



CLÍNICA MULTIDISCIPLINAR DA ADEPOM CONTRATA NOVA PSICÓLOGA PARA A SEDE

Acabou a espera. Após um cuidadoso processo seletivo, a Clínica Multidisciplinar ADEPOM recebe mais uma profissional extremamente qualificada para compor o seu time, na sede em São Paulo: a psicóloga Dra. Tatiana Gonçalves Moreira (*foto ao lado*), cujas sessões podem ser agendadas, com gratuidade para os associados e os seus dependentes, todas as terças e quintas-feiras, das 8h às 16h40. Faça uso do seu benefício.

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**



ADMINISTRAÇÃO
ECONOMICA
NOGUEIRA



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



PREZADOS ASSOCIADOS:

ATENÇÃO, NÃO PERCAM TEMPO EM ASSUNTO DE SEU INTERESSE!

**POLICIAIS MILITARES QUE RECEBERAM A
BONIFICAÇÃO POR RESULTADO (BR) COM ATRASO PODEM
TER DIREITO À RESTITUIÇÃO DE PARTE DO IMPOSTO DE RENDA
DESCONTADO INDEVIDAMENTE.**

Nos últimos anos, o Estado vem pagando a BR de forma acumulada, quitando em um único mês valores referentes a períodos anteriores. Ao fazer o pagamento, aplica o desconto de Imposto de Renda sobre o valor cheio, de uma só vez, em alíquota que pode chegar a 27,5%.

Quem tem direito?

- *Militares que receberam BR com atraso nos últimos 5 anos;*
- *Militares que tiveram desconto de Imposto de Renda sobre o valor pago acumuladamente;*
- *Militares que ainda não ajuizaram ação sobre a mesma matéria.*

Documentos necessários:

- **Procuração ad judícia;**
- **Contrato de honorários;**
- **Declaração de hipossuficiência;**
- **Documentos pessoais do autor (RG, CPF e Funcional);**
- **Comprovante de endereço atualizado.**

Procure a ADEPOM imediatamente para saber mais.

DÚVIDAS PODEM SER ESCLARECIDAS PELO FONE (11) 3322-0333.

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.

**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

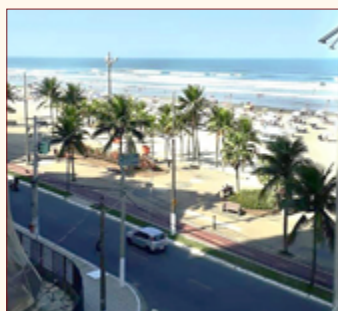
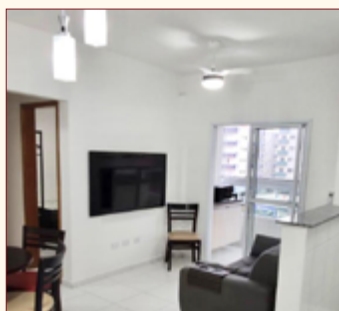
WhatsApp

(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

