



Clarinadas AMESP

ANO XXXIV - EDIÇÃO 378 - MAIO/2026

Administração Cel PM Jorge Gonçalves



ASSEMBLEIA GERAL

Associados aprovam por unanimidade as contas da Diretoria relativas a 2025

 **AOMESP**
Associação dos
Oficiais Militares do
Estado de São Paulo

Saúde

 **vidalink**

6064 0700 0720 0001 Cód. Seg. 131
Emissor 606407 Produto 3069 Via 001





*Colônia começa renovação
na baixa temporada*



*Associado AMESP conta com
seguro de vida Mapfre*

*Cartão AMESP Saúde garante
vantagens econômicas*



Novidades TEM Saúde!

A partir de **1 de julho**, pagar suas consultas e exames ficará ainda mais fácil. O pagamento via recarga deixará de existir e poderá ser realizado de forma mais simples. Veja a seguir como fica.



Pagar ficará muito mais fácil



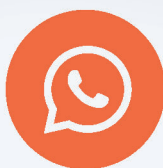
PIX



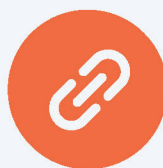
Cartão de crédito em até 12x

Tudo de forma mais rápida, direta e descomplicada.

Veja como funcionará:



Após o agendamento, você receberá um link de pagamento pelo WhatsApp;



Você poderá pagar antecipadamente ou no momento do atendimento, por meio do link enviado.

Acesse pelo aplicativo ou pelo site **meutem.com.br/amesp** e cuide da sua saúde com mais facilidade, do começo ao fim.

Aponte a câmera do seu celular para o QR Code e descubra todas as funcionalidades que o **AMESP Saúde** oferece para cuidar de você e da sua família!



Ficou com dúvidas?

Ligue para a Central de Atendimento:

4000 1640

Capitais e regiões metropolitanas

0800 836 8836

Disponível em todo o território nacional

EDITORIAL

Cel PM Jorge Gonçalves
Presidente da Diretoria Executiva



Prezados associados,

inicialmente quero agradecer aos associados que compareceram à Assembleia Geral Ordinária de prestação de contas que realizamos este mês. Muitos vieram do interior para participar deste evento. Agradeço também aos diretores regionais que conosco estiveram. Igualmente, agradeço aos diretores e conselheiros.

A AGO é uma obrigação estatutária. Mas, antes, é uma grande oportunidade que temos para mostrar aos associados como administramos nossa AMESP. Eu disse, na abertura da Assembleia, que esta é uma tarefa árdua, que exige esforços de nossa parte, mas também recompensadora quando vemos os resultados do trabalho ao qual nos dedicamos tanto.

Nossa administração é pautada no gerenciamento dos recursos visando à sustentabilidade da AMESP. Nossa Associação cresceu tanto, o que é muito bom!, mas com este crescimento veio também a necessidade de realizar fortes investimentos em todas as áreas para atender às expectativas dos associados.

É o que temos feito em pelos menos duas áreas que requerem forte aplicação de recursos. A primeira são os benefícios que oferecemos para facilitar a vida dos associados. Falo das assistências jurídica e funeral, do seguro de vida, do cartão AMESP Saúde e outros. São contas pesadas que precisamos honrar todos os meses, pontualmente.

A outra é a colônia de férias. Ela exige manutenção constante, reposição de material, mobiliário e equipamentos, sem falar nas contas de luz, água, telefone... Estamos tendo sucesso nesta empreitada, haja vista a procura dos associados e os elogios que recebemos.

Tudo isso está no Relatório de Atividades que mostramos na Assembleia. E tudo isso também está aqui, na “Clarinadas”, todos os meses, veículo que utilizamos para mostrar aos associados o nosso trabalho.

Obrigado a todos pelo apoio de sempre. Vamos continuar trabalhando para melhorar ainda mais.



DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente

Cel PM Jorge Gonçalves

Vice-presidente

Cap PM Marco Aurélio Ramos de Carvalho

Departamento de Administração

Cel PM Glauco Tsuneimatu

Departamento de Finanças

Cel PM Oscar Nakada

Departamento Social e Marketing

Cel PM Hilda Magro

Departamento Jurídico

Cel PM Manoel Carlos Abissi Nogueira

Departamento de Logística

Cel PM Vanderlei de Campos Segundo

CONSELHO FISCAL

Maj PM Nelson Savioli (Presidente)

Ten Cel PM Roberto Vilas Boas (Vice-presidente)

Conselheiros Titulares

1º Ten PM Takeshi Sato

2º Ten PM Luís Fernando Pereira Carneiro

Pensionista Darcy Franco da Rocha

Conselheiros Suplentes

Maj PM Claudemir Canesso

2º Ten PM Carlos Ricardo Fortino

REGIONAL ARAÇATUBA

R. Silva Manoel, 23 - ☎ (18) 3608-1030

Diretor: Cel PM Manuel Alves Guimarães

REGIONAL BAURU

Al. Dama da Noite, 456 - ☎ (14) 3237-4000

Diretor: Ten Cel PM Sílvio Orti

REGIONAL CAMPINAS

R. Pinheiros, 125 - ☎ (19) 3272-6171

Diretor: Cel PM João Kihachi Watanabe

REGIONAL JACARÉ

R. Cons. Antônio Prado, 136 - ☎ (12) 3961-9230

Diretor: Maj PM Ismael Xavier de Oliveira

REGIONAL PRESIDENTE PRUDENTE

R. Onze de Maio, 1633 - ☎ (18) 99702-1714

Diretor: Ten Cel PM Carlos Vitor Negri da Silva

REGIONAL RIBEIRÃO PRETO

R. João Clapp, 1300 - ☎ (16) 3612-3307

Diretor: Ten PM Dalvo Rodrigues Mango

REGIONAL SANTOS

Av. Dino Bueno, 18 - ☎ (13) 3231-8067

Diretor: Ten PM Wilson Alves Barreto

REGIONAL SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

R. Armando Sales Oliveira, 334 - ☎ (17) 3234-4561

Diretor: Ten PM Laércio Ricardo Alves

REGIONAL SOROCABA

R. Prof. Francisca Queiroz, 697 - ☎ (15) 3221-1516

Diretor: Cel PM Luiz Alberto Pezato

REGIONAL TAUBATÉ

R. Dr. Renato G. Guimarães, 13 - ☎ (12) 3632-6343

Diretor: Ten PM Arlindo Lemes

CLARINADAS DA TABATINGUERA

Produção Geral: Mídia Empresarial Comunicações

Jornalista Responsável: Sílvio Forato - MTb 21.106

Redação, Administração e Publicidade

R. Tabatinguera, 278 - CEP 01020-000 - São Paulo

☎ 3188-7500 (PABX)

A revista não se responsabiliza por artigos assinados

Associado AMESP tem seguro de vida Mapfre de R\$ 20 mil

Desde 1º de agosto de 2023, todos os associados AMESP adimplentes estão protegidos por apólice de seguro que cobre qualquer tipo de morte em decorrência direta e exclusiva de acidente pessoal. Por ocasião do falecimento do associado, os herdeiros legais receberão da Mapfre Seguros Gerais S/A indenização de R\$ 20.000,00.

Não se trata de Assistência Funeral, outro benefício que a AMESP também oferece. Por ocasião do falecimento, por qualquer motivo, todos os serviços de funeral são garantidos pela Mapfre. Se a seguradora não for acionada, o familiar que realizou as despesas com

funeral poderá solicitar reembolso, mediante notas fiscais.

Para receber o seguro, os herdeiros legais do associado deverão entrar em contato com a AMESP pelo telefone (11) 3188-7500. Por este número, agente horário para tratar do reembolso de despesas de funeral.

Seguro Residencial

A apólice do Seguro de Vida contempla também a chamada “assistência residencial” em que estão garantidos os serviços de chaveiro, encanador e eletricista, além de desentupimentos e limpeza de caixa de gor-



dura – limitados a dois eventos por ano. Para acionar este serviço, o associado deve entrar em contato com o Canal de Atendimento da Mapfre por meio do telefone 0800 771 8976, digitar o CPF, Opção 1, e depois Opção 4.

O atendente irá direcionar um técnico parceiro para a residência do associado. Não haverá cobrança por estes serviços, mas serão cobrados materiais utilizados no reparo desde que autorizado pelo associado.



ATENÇÃO!!! A NOVA PROMOTORA VEM INFORMAR QUE CHEGOU A OPORTUNIDADE DE LIQUIDAR SUAS DÍVIDAS OU REALIZAR SEUS SONHOS COM OS MENORES JUROS. UTILIZANDO O CRÉDITO CONSIGNADO DA NOVA PROMOTORA VOCÊ TEM AS MELHORES CONDIÇÕES, CONFIRA!!!

A COMODIDADE DO DESCONTO EM FOLHA, COM AS SEGUINTE FACILIDADES:

- ✓ PLANOS EM ATÉ 96 VEZES
- ✓ SEM CONSULTA AO SPC / SERASA
- ✓ AS MELHORES TAXAS DO MERCADO
- ✓ CONTRATE DE ONDE ESTIVER
- ✓ CONTRATOS NOVOS, REFINANCIAMENTOS E PORTABILIDADE DE SEUS EMPRÉSTIMOS

SIMULAÇÃO	VALOR PARCELA	R\$ 5.000,00	R\$ 10.000,00	R\$ 15.000,00	R\$ 20.000,00	R\$ 30.000,00	R\$ 40.000,00
		R\$ 119,91	R\$ 239,82	R\$ 359,73	R\$ 479,64	R\$ 719,46	R\$ 959,28

* Parcelas fixas

* Condições comerciais sujeitas a alterações

* Mediante disponibilidade no portal do consignado

VOCÊ TAMBÉM TEM DIREITO AO CARTÃO DE CRÉDITO CONSIGNADO EM FOLHA DE PAGAMENTO, UTILIZANDO A MARGEM DOS 5% LIBERADA PELO GOVERNO.

- ✓ SEM ANUIDADE
- ✓ SEM CONSULTA AO SPC / SERASA
- ✓ SAQUE ANTECIPADO DE ATÉ 70% DO LIMITE
- ✓ BANDEIRA VISA / MASTER
- ✓ JUROS A PARTIR DE 4,14% AO MÊS
- ✓ CARTÃO COM CHIP
- ✓ INTERNACIONAL

E AINDA EXISTE O CARTÃO BENEFÍCIO, UTILIZANDO A MARGEM DE 15% PARA ESSE CARTÃO QUE OFERECE O SAQUE PARCELADO DE 24 A 96 MESES.

- ✓ SEM ANUIDADE
- ✓ PARCELAS FIXAS
- ✓ LIMITE PARA COMPRAS
- ✓ SAQUE DE ATÉ 70% DO LIMITE, OU ATÉ 90% DA MARGEM COMO PARCELA E AINDA CONTA COM OS SEGUINTE BENEFÍCIOS:
- ✓ CARTÃO SAÚDE TEM
- ✓ SEGURO DE VIDA
- ✓ ASSISTÊNCIA FUNERAL ENTRE OUTRAS VANTAGENS.

ATENDEMOS SERVIDORES ESTADUAIS, MUNICIPAIS E APOSENTADOS E PENSIONISTA DO INSS.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS: RG, CPF, COMPROVANTE DE RESIDÊNCIA, ÚLTIMO HOLERITE.

Maiores informações fale na nossa central “NOVA PROMOTORA”

☎ (11) 3111-1111 ou (11) 91122-4444 📞

Horário de atendimento: Segunda a Sexta das 9:00h às 18:00h ou vá até nosso escritório situado na

Rua Libero Badaró, nº 92 - 4º andar - Sala 42 - Centro - São Paulo - SP

ou solicite sua simulação em nosso site

www.novapromotora.com.br | contato@novapromotora.com.br

FAÇA O MELHOR NEGÓCIO, FAÇA O SEU EMPRÉSTIMO NA NOVA PROMOTORA

AGO aprova Balanço e Relatório de Atividades da Diretoria Executiva relativos a 2025

As duas peças contábeis foram aprovadas por unanimidade pelos assembleístas

Reunidos em Assembleia Geral Ordinária convocada para a manhã de 29 deste mês, os associados AMESP aprovaram por unanimidade as contas da Diretoria Executiva (Balanço Geral) e o Relatório de Atividades relativos a 2025. Mais de 120 associados compareceram. Também presentes estavam todos os diretores da Executiva e do Conselho Fiscal, além dos diretores das regionais.

A AGO foi aberta pelo presidente da Diretoria Executiva, Cel PM Jorge Gonçalves. Ele falou do esforço realizado pela Diretoria para administrar os recursos e conduzir o orçamento de modo a garantir a sustentabilidade da AMESP. Em linhas gerais, disse que foram realizados os investimentos necessários para manter a Associação funcionando e atendendo às necessidades dos associados.

Relatório

Indicado pelo presidente para conduzir a Assembleia e aprovado pelos associados, o vice-presidente da Diretoria Executiva, Cap PM Marco Aurélio Ramos de Carvalho agradeceu a todos pela presença e leu o Edital de Convocação da AGO. Depois, passou à leitura do Relatório de Atividades.

A peça enumera todas as atividades da AMESP ao longo do ano, de medi-



O presidente da AMESP, Cel PM Jorge Gonçalves, abriu e encerrou a AGO: contas aprovadas por unanimidade.

Eleito pelos assembleístas para presidir a Assembleia, o vice-presidente da AMESP, Cap PM Marco Aurélio Ramos de Carvalho, lê o Relatório de Atividades.



das administrativas à participação política. O vice-presidente destacou a extensa lista de benefícios oferecidos aos associados – assistência jurídica, assistência funeral, cartão AMESP Saúde, seguro de vida e outros –, enfatizando o alto investimento necessário. O Relatório também mostra o investimento realizado na Colônia de Férias localizada em Itanhaém (SP), que requer esforço contínuo para funcionar. Outro destaque foram as festas realizadas na Sede em todas as regionais – aniversariantes e final de ano – que são oportunidades para os associados reencontrar amigos, fazer novas amizades e fortalecer as antigas.

Ao longo do ano, como de costume, a AMESP não poupou esforços nem recursos para manter sua participação

política em defesa da Polícia Militar e dos policiais militares. O Cap Marco Aurélio destacou o papel da Associação na FERMESP - Federação das Entidades Representativas dos Militares do Estado de São Paulo e na FENEME - Federação Nacional de Entidades de Oficiais Militares Estaduais, às quais a AMESP é filiada e compõe a Diretoria, caso da FERMESP.

O Relatório de Atividades da Diretoria também mostrou as ações administrativas e demais serviços – como a elaboração da Declaração do Imposto de Renda dos associados, serviço gratuito prestado na Sede e nas regionais. Outro destaque foi a AMESP Solidária, que fornece alimentação a duas entidades que cuidam de crianças para lá enviadas pelo Conselho Tutelar.

Mais de 35 mil associados estão utilizando o Cartão AMESP Saúde

De longe o benefício mais utilizado pelos associados – porque garante retorno econômico imediato – o Cartão AMESP Saúde dá desconto de no mínimo 30% em medicamentos (relacionados pela ANVISA) em extensa rede de drogarias de grandes redes, dentre elas a Drogasil, a São Paulo, a Raia, a Onofre e muitas outras.

Quem gasta R\$ 300,00 por mês em medicamento recebe um desconto que corresponde à mensalidade AMESP!

Para usufruir este benefício, basta informar ao atendente, na drogaria, o número do cartão, data de nascimento

do associado e o autorizador Vidalink (encontrado na parte da frente dos cartões novos e na parte de trás dos cartões antigos).

Quem não ativou o Cartão deve ligar para 4000-1640 (capital e região metropolitana) e 0800-836-8836 (demais localidades). A ativação é rápida, bastando ao associado confirmar algumas informações.

A lista de drogarias credenciadas e

rede médica estão disponíveis no site www.meutem.com.br – que pode ser acessado direto do site da AMESP (www.amesp-sp.org.br).

Utilize o cartão em todas as compras de medicamentos. Você certamente vai economizar um bom dinheiro.



HÁ MAIS DE 20 ANOS ENTREGANDO AS MELHORES SOLUÇÕES EM SEGUROS.



amil



CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA ASSOCIADOS AMESP!

- AUTOMÓVEL
- FIANÇA LOCATÍCIA
- VIDA
- EMPRESARIAL
- VIAGEM
- RESIDENCIAL
- CONSÓRCIO
- RESPONSABILIDADE CIVIL
- SAÚDE
- E OUTROS

FAÇA SUA COTAÇÃO



www.ibericaseguros.com.br

AV. MOEMA, 300 - C.J. 92 - CEP 04077-020 - SÃO PAULO - BRASIL

TEL. (11) 3104-6272 | 3105-0847



Mais flexibilidade para você pagar!

Com o AMESP Saúde, você terá ainda mais liberdade para escolher como e quando realizar o pagamento das suas consultas e exames:



Pagamento antecipado

Após o agendamento, você receberá um **link** pelo **WhatsApp** ou na opção **Meus Agendamentos** do app.



Pagamento no momento do atendimento

Se preferir, você também poderá pagar no dia do atendimento através do **link** no momento de abertura.



Aproveite a forma de pagamento ideal para você:

- PIX
- Cartão de crédito em até 12x

Acesse o **meutem.com.br/amesp** e tenha uma experiência mais prática do início ao fim!

ponte a câmera para o QR Code e aproveite as facilidades e benefícios do AMESP Saúde!



Ficou com dúvidas?

Ligue para a Central de Atendimento:

4000 1640

Capitais e regiões metropolitanas

0800 836 8836

Disponível em todo o território nacional

Colônia está em época de baixa temporada

Aproveite o preço das diárias da baixa temporada para curtir bons dias na Colônia de Férias da AMESP, em Itanhaém (SP). As reservas podem ser feitas diretamente na Colônia, na Sede e também nas regionais.

A diária compreende hospedagem e café da manhã. O associado pode fazer refeições no restaurante local, que funciona no sistema self-service para almoço e jantar. Há uma lanchonete no Conjunto Aquático que fica em funcionamento das 8 às 23 horas diariamente. Na Recepção, uma minilanchonete funciona 24 horas.

**FAÇA RESERVA
PARA NÃO PERDER VIAGEM!**

DIÁRIAS PARA ALTA TEMPORADA - PREÇOS POR PESSOA
(Diária = Hospedagem + Café da Manhã)
de 1/3/2026 a 30/11/2026

SUÍTES - camas/banheiro privativo/frigobar/ar condicionado/tv

ASSOCIADOS (titular, cônjuge e filhos)	R\$ 70,00
Filhos de Associados de 5 a 10 anos	R\$ 35,00
PM/Pensionista/Parente acima de 11 anos	R\$ 86,00
Filhos de PM/Pensionista de 5 a 10 anos	R\$ 43,00
Convidados em geral acima de 11 anos	R\$ 118,00
Convidados de 5 a 10 anos	R\$ 59,00
Crianças até 4 anos	Isentas

Parente: pai, mãe, irmãos, netos. Outros são "convidados".

Reservas na Sede

(11) 3188-4713 ou 3188-4716

Reservas na Colônia

(13) 3425-1096 ou 98-837-4172

Reserve também nas Regionais

APARELHOS AUDITIVOS? Procure um especialista


Centro Auditivo
Audiologia Brasil



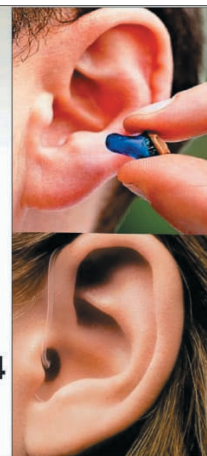
**Fazemos atendimento em domicílio na
grande São Paulo, interior e Litoral.**

São Paulo

Av. Lins de Vasconcelos, 275 - Sala 02 - Cambuci / SP Fone: 11 3208 2731 / 11 3203-1564

 @_audiologiabrasil - WhatsApp  11 94531-9944 / 11 99912-1249

Em cima da Imobiliária - Em frente ao Hospital Cruz Azul



10 ANOS DE SATISFAÇÃO TOTAL NO TRATAMENTO DA SAÚDE BUCAL

CRO CL 15.405 RESP. TÉC.: DRA. ELIANE C. GONZAGA

**ATENDIMENTO
EXCLUSIVO E
SOLUÇÕES PERSONALIZADAS**



**IMPLANTES
E PRÓTESES
DE MÁXIMA CONFIANÇA**



Essential Care
Odontologia

**NÃO PERCA MAIS TEMPO E
MARQUE JÁ SUA CONSULTA!**

(11) 99721-3749
(11) 5539-6464

**DENTRO DA
AMESP - RUA TABATINGUERA, 278 - SÉ**

Colônia começa a se renovar na baixa temporada

Todo ano, a AMESP aproveita o período de baixa temporada, quando a ocupação é menor, para fazer a manutenção das instalações e equipamentos da Colônia de Férias Mares do Sul. Está em andamento a manutenção geral das instalações hidráulica e elétrica, e a pintura interna dos apartamentos e setores.

Também está sendo feita a revisão, lubrificação e pintura dos reboques de apoio na praia, além da manutenção e higienização geral dos acessórios (cadeiras, guarda-sóis e mesinhas).

Outro investimento é a reforma geral do telhado do restaurante (cozinha e corredor principal) para eliminar os vazamentos decorrentes de infiltrações na laje em períodos de chuva.

Foi aprovada a aquisição de toalhas de banho e rosto, e tapetes dos banheiros

dos apartamentos. Também já estão em processo de compra 80 mantas de microfibra. Serão adquiridos 20 aparelhos de tevê de 40 polegadas para substituir aparelhos antigos e com defeito. Para a praia, serão adquiridas 20 cadeiras e 100 guarda-sóis.



Homenagem da Colônia no Dia das Mães

As mamães que estavam hospedadas na Colônia no final de semana 9 e 10 deste mês receberam um carinho especial pelo Dia das Mães: um lindo botão de rosa para celebrar a data.



ANIVERSARIANTES DO MÊS



ARAÇATUBA - Jantar para os aniversariantes do mês foi realizado em 22, restaurante Garfo Dourado. Mais de 100 associados e familiares presentes. Foram sorteados prêmios em dinheiro.



SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - O jantar para os aniversariantes do mês foi no dia 20 com cerca de 200 associados e familiares presentes. Houve sorteio de prêmios em dinheiro. Todos os aniversariantes receberam uma garrafa de vinho com a logomarca AMESP estampada na embalagem.

SEDE - Cerca de 100 associados e familiares participaram da festa os aniversariantes realizada no dia 12. Na abertura, o presidente, Cel PM Jorge Gonçalves, destacou a importância dos encontros para melhorar a qualidade de vida de todos. “O isolamento não é bom”, disse. Todos os aniversariantes receberam presentes. Foram sorteados prêmios em dinheiro.



SOROCABA - A tradicional “Noite da Pizza” foi no dia 28 para homenagear os aniversariantes do mês. Cerca de 110 associados e familiares prestigiaram o evento. Foram sorteados prêmios em dinheiro.

ANIVERSARIANTES DO MÊS

Regionais de Ribeirão Preto, Jacaréí e Bauru organizaram eventos para homenagear as mães.



RIBEIRÃO PRETO - A regional organizou dois almoços para comemorar o Dia das Mães. O primeiro foi no dia 6, com 1.350 associados e familiares presentes; o segundo foi no dia 7, com 1.130 associados e familiares presentes. Foram sorteados vários prêmios em dinheiro.

JACARÉÍ - Para comemorar o Dia das Mães, a regional convidou pensionistas associadas, esposas de associados e policiais para confraternização que foi realizada no dia 8; compareceram 130 pessoas. Foram sorteados prêmios em dinheiro.



BAURU - Mais de 400 associados e familiares compareceram ao jantar de confraternização do Dia das Mães realizado no dia 15. Foram distribuídos 158 semijoias de presente para todas as mães. Para os aniversariantes de abril e maio, foram sorteados vários prêmios em dinheiro.

A terra do “Sol Nascente” - Japão. Primeira parte.

Cap PM Marco Aurélio Ramos de Carvalho
Vice-presidente da Diretoria Executiva da AMESP



No final do mês passado e começo deste mês realizei uma viagem para o Japão, cuja realidade é, em todos os sentidos, totalmente diferente da nossa aqui no Brasil, o que me levou a escrever esse artigo. Vou fornecer dados geográficos e demográficos relacionados ao país, assim como o modus vivendi, transportes, trânsito, alimentação e algumas curiosidades por eles vividas, e como fazer a própria viagem até lá com maior facilidade, em razão da distância.

Visitei as cidades de Tóquio, Hiroshima, Osaka e Kyoto. Antes de fazer a conexão para o Japão, fiquei em Doha, capital do Catar, no Oriente Médio, durante três dias. A duração do voo é de aproximadamente 14 horas de São Paulo a Doha, e 10 horas e meia de Doha a Tóquio. Há outras possibilidades de se fazer a conexão, dependendo da companhia aérea em que você viajar e também o interesse em conhecer outros lugares, para aproveitar a viagem. A Qatar Airways faz conexão em Doha. A Emirates faz em Dubai. A conexão pela Europa é realizada pela Air France (Paris), KLM (Amsterdã) e Lufthansa e Swiss (Frankfurt). Para quem está fora de São Paulo, pode ser pela Copa Airlines e a japonesa All Nipon Airways.

Como a viagem é muito longa, os preços das passagens são maiores do que aquelas com destino à Europa; contudo, em termos gerais, ela não fica tão mais cara porque alimentação, hospedagem e compras são muito mais baratas, ocorrendo uma compensação.

Pouco maior que o Estado de Goiás, o Japão tem 127,4 milhões de habitantes e taxa de analfabetismo inferior a 5%. O Iene, sua moeda, vale 30 vezes menos que o Real. A renda per capita é de US\$ 33.100.

Tóquio possui dois aeroportos internacionais: Haneda (HND) conhecido como o Aeroporto Internacional de Tóquio, e o Aeroporto de Narita (NRT). O primeiro é o principal e fica na zona sul da própria cidade de Tóquio, em Ōta, a 15 Km do centro da capital, e atende voos domésticos e internacionais mais próximos. É o mais movimentado e foi considerado o aeroporto mais

limpo do mundo. Até o centro da cidade você pode ir de trem expresso, como o Tokyo Monorail, ou linha Keikyu, cuja viagem até a Estação Central de Tóquio ou de Shinagawa leva de 15 a 20 minutos.

O aeroporto de Narita fica na cidade do mesmo nome, na província de Chiba, a cerca de 60 quilômetros do centro, concentrando a maioria dos voos de longa distância e companhias aéreas de baixo custo. Para chegar ao centro você pode ir de trem expresso, como o Narita Express ou o Skyliner; se preferir,

pode ir de ônibus limusine, sendo que a viagem dura de uma a duas horas, respectivamente.

Caso você pretenda ir para o Japão e busca agilidade, conveniência e economia, prefira desembarcar no Aeroporto de Haneda, pois é bem mais próximo do centro; e, mesmo que tenha que pegar um táxi, não é tão caro. Para ir de táxi do centro até o Aeroporto de Narita, quando está com mais malas em razão das compras, o valor é próximo de 25.000 ienes, equivalente a mais de R\$ 800,00.



O nome oficial do país é Japão (Nippon). Tem população de 127,4 milhões de habitantes e área de 377.975 quilômetros quadrados; ou seja, um pouco maior que o Estado de Goiás. Trata-se de um arquipélago insular, no leste da Ásia, com mais de 14.000 ilhas, cuja densidade demográfica é de 340 habitantes por quilômetro quadrado, e o crescimento demográfico é de 0,2% ao ano. A data de fundação é 11 de fevereiro. No dia 23 de dezembro é comemorado o aniversário do Imperador.

A composição étnica é de 99% de japoneses e 1% de coreanos. O idioma é o japonês. A capital é Tóquio. Sua moeda é o IENE, que vale cerca de 30 vezes menos que o Real. No Japão há várias religiões: xintoísmo e religiões derivadas, com 51,3%; budismo, com 38,3%; cristianismo, com 1,2%; e outras, com 9,2%. A taxa de analfabetismo é inferior a 5%. A renda per capita é de US\$ 33.100. O fuso horário é mais de 12 horas em relação a Brasília. O clima é temperado no norte e subtropical no sul. As principais cidades são Tóquio, a capital Osaka, Yokohama, Nagoya, Sapporo, Kobe e Kyoto. Sua produção interna é diversificada em: produtos agrícolas (arroz, batata, repolho, beterraba e frutas cítricas), pecuária (bovinos, suínos e aves), mineração (calcário, enxofre e asfalto natural) e indústria (máquinas, equipamentos de transporte, produtos eletrônicos, siderúrgica de aço e ferro).

Vamos comentar agora sobre Tóquio, a capital. O Imperador mudou o nome da cidade de Edo para Tóquio, que significa “Capital do Leste”. Ela está localizada na baía de Tóquio, na costa do Pacífico da Ilha de Honshu, e é considerada a maior cidade do mundo, por área urbana e área metropolitana. É conhecida como a Grande Tóquio, pois inclui cidades vizinhas, com a maior população absoluta – 37.843.000 de habitantes, sendo 14.000.000 só na cidade propriamente dita – e também é considerada um dos maiores centros financeiros e tecnológicos do mundo.

A Grande Tóquio, que inclui a metrópole e as prefeituras vizinhas de Kanagawa, Saitama e Chiba, é o centro político, econômico e cultural do Japão. O seu urbanismo é uma mistura de arranha-céus modernos,

centros de subcultura, áreas residenciais densas e o palácio imperial com jardins tradicionais, os quais convivem lado a lado com os santuários e templos perfeitamente preservados.

Alguns estudos recentes da ONU estimam que, num futuro próximo, Nova Delhi, na Índia, poderá ultrapassar Tóquio. Uma curiosidade é que sete das dez capitais mais populosas do mundo estão na Ásia: Tóquio (Japão), Nova Delhi (Índia), Dacca (Bangladesh), Cidade do México (México), Cairo (Egito), Pequim (China), Manila (Filipinas), Seul (Coreia do Sul), Moscou (Rússia) e Jacarta (Indonésia), nesta ordem.

Poderiam estar neste grupo, como maiores conglomerados urbanos do mundo, Xangai, Mumbai e São Paulo, mas elas não são as capitais políticas de seus países.

Tóquio não é como cidades que conhecemos; é uma metrópole designada (Tokyo-to) e funciona como prefeitura (Ken), sendo uma das 47 que constituem o Japão, composta por 62 municípios, assim distribuídos: 23 distritos especiais (Ku, área central), 26 cidades primárias (Shi), cinco vilas ou cidades secundárias (Cho ou Machi) e oito aldeias ou vilas diferentes (Son ou Mura), em área de 2.187 quilômetros quadrados; por isso é a maior região metropolitana do mundo.

Os 23 distritos especiais (Tokubetsu-ku) compõem a área mais central e mais densamente povoada, correspondendo à antiga cidade de Tóquio, até 1943, incluindo bairros famosos como Shinjuku (centro administrativo), Shibuya (comercial e tecnológico), Ginza (compras de luxo) e Chiyoda (onde fica o Palácio Imperial). A região de Tama (Oeste) é composta de 26 cidades (como Musashino e Hachioji), cinco vilas e uma aldeia, sendo essa área mais suburbana e residencial, situada a oeste dos 23 distritos. Há também as ilhas de Izu e Ogasawara, administradas por Tóquio: apesar de ser um conjunto de ilhas remotas no Oceano Pacífico, fazem parte de sua divisão administrativa.

No próximo artigo continuaremos a falar do Japão, salientando algumas de suas principais características e curiosidades, conforme destacamos no início deste. Até.



Associados Sede em viagem

Um grupo de 35 associados da Sede curtiu um passeio em Itu e Salto promovido pelo Departamento Social e Marketing no dia 22 deste mês. O pacote incluiu transporte, almoço em churrascaria (primeira foto), city tour com guia local (em Itu, na segunda foto) e passeio turístico e histórico no “Trem Republicano” que corre sobre uma ferrovia que faz parte da história do Brasil. Para vencer o percurso de sete quilômetros ligando as duas cidades, o trem leva cerca de uma hora.

Primeira entrega da AMESP Solidária à Abrac

Além do Lar Voluntários do Amor (localizado em Embu-Guaçu), a AMESP Solidária passou a ajudar também a ABRAC - Associação Beneficente de Renovação e Assistência à Criança, com quatro unidades em Mogi das Cruzes que acolhem e cuidam de 80 crianças e adolescentes para lá enviadas pelo Conselho Tutelar. Este mês, no dia 9, foi realizada a primeira entrega de alimentos. Na lista estavam 108 litros de leite integral, 80 litros de óleo, 40 quilos de açúcar, 20 quilos de farinha de trigo e 80 pacotes de biscoitos e bolachas. As entregas serão mensais.



NECROLOGIA

18/4/2026 74633-9 Ten Cel MARIO MARTINS DA SILVA

26/11/2025 66328-0 Maj NESTOR MEI

24/4/2026 31679-2 Maj RICHARDS DE FREITAS CHAVES

22/12/2025 77858-3 Cap ANANIAS DE MELO RAMALHO

14/3/2026 1144-4 1º Ten ALBERTO DIAS JUNIOR

13/4/2026 27857-2 1º Ten CASEMIRO SOARES DA SILVA

29/11/2025 37631-A 1º Ten DIRCE FERNANDES GOMES

6/5/2026 10273-3 1º Ten PEDRO GONÇALVES DE FARIAS

29/3/2026 894806-2 1º Ten ROBSON JOSE DA SILVA LOPES

2/5/2026 913728-9 2º Ten JOSE CORDEIRO NETO

5/5/2026 62685-6 2º Ten CLAUDIO FERREIRA

30/3/2026 933044-5 2º Ten ELISMIR RICARDO VIEIRA

3/5/2026 84455-1 2º Ten EDSON PINTO DA FONSECA

22/4/2026 13586-A 2º Ten JOSE LOPES TEIXEIRA

16/5/2026 6731-6 2º Ten MAURICIO CACITA

7/4/2026 32111-7 2º Ten NILTON DE SOUZA

1/5/2026 69996-9 2º Ten PASCHOAL FERREIRA DE SOUZA

11/4/2026 49971-4 2º Ten PEDRO FERREIRA RAMOS

2/5/2026 66999-7 2º Ten SILVESTRE DOROSZEWSKI

1/5/2026 1802-3 Subten JOSE DE ALMEIDA

18/4/2026 28961-2 Subten JOAO ANTONIO MARTINS

30/3/2026 75906-6 Subten LOURENÇO CARLOS ZAM

23/1/2026 28273-1 1º Sgt EDILSON DE SOUSA CARLOS

24/4/2026 22451-A 1º Sgt JOSE BRANDO

27/4/2026 38549-2 1º Sgt JOAO SILVA TRINDADE

15/1/2026 77392-1 1º Sgt JOSE PEREIRA DOS SANTOS

8/5/2026 14933-A 1º Sgt SEBASTIÃO AMARAL

6/5/2026 92091-6 3º Sgt JOSE CARLOS SALES

12/5/2026 101658-0 Cb JOSIMAR FERREIRA TAVARES

26/11/2025 84018-3 Sd MILTON ALVES

7/05/2026 Pens CARMEM FRANCO VIDAL

22/4/2026 Pens DIVA TOMAZ GARCIA CARVALHO

24/3/2026 Pens INAJA FERNANDES FERREIRA

28/4/2026 Pens ILDA LEITE GOMES

21/3/2026 Pens LUZIA AP. BOFF G. URUGUAI

5/5/2026 Pens MARIA TORRECILHAS

7/2/2026 Pens MARIA DOLORES DIAS OLIVEIRA

30/3/2026 Pens MARLENE CALVO RODRIGUES

26/4/2026 Pens ROSA SAKAMOTO

9/5/2026 Pens WALDIVIA C. ALMEIDA MENDONÇA

18/4/2026 Civil LOURIVAL CAETANO DE BRITTO



SEDE SÃO PAULO



Um shopping de lazer, beleza e saúde



BAILE DAS 4ªS FEIRAS

**DAS 15h30 ÀS 19h30
MÚSICA AO VIVO**

**GRÁTIS PARA ASSOCIADOS
CONVIDADOS R\$ 30,00**

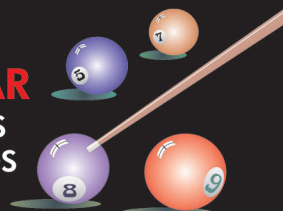
CURSO DANÇA DE SALÃO

**2ªS FEIRAS
DAS 17 ÀS 19 HORAS**

**ASSOCIADOS R\$ 20,00
CONVIDADOS R\$ 25,00**

BILHAR

**DAS 14 ÀS 20 HORAS
SÓ PARA ASSOCIADOS
GRÁTIS**



ACADEMIA



**DOS 8 AOS 80, 90... ANOS
DIARIAMENTE, DAS 9 ÀS 16h30**
**ASSOCIADOS: R\$30,00 POR MÊS
CONVIDADOS: R\$ 60,00 POR MÊS**

BARBEARIA

**das 8h30 ao meio-dia
e das 13 às 16h30
☎ 3188-7500**

PODOLOGIA

**das 9 às 18 horas
horário marcado
☎ 97-131-7156**

CABELEIREIRA

**das 9 às 18 horas
horário marcado
☎ 3188-7559**

IRIDOLOGIA

**às sextas-feiras
das 10h30 às 18h30
☎ 9-8628-2218**

DENTISTA

**horário marcado
das 8 às 18 horas
☎ 5539-6464**

MASSAGEM

**às sextas-feiras
das 10h30 às 18h30
☎ 9-8628-2218**

RESTAURANTE

**de segunda a sexta-feira
11 às 15 horas - self-service
☎ 98-812-3541**

ESTACIONAMENTO ASSOCIADOS, 2 HORAS GRÁTIS.

RUA TABATINGUERA, 278 - CENTRO DE SÃO PAULO

WWW.AMESP-SP.ORG.BR

ASSISTÊNCIA FUNERAL

Informe seus familiares sobre este benefício

Apólice da AMESP contratada junto à Mapfre Vera Cruz Vida e Previdência S/A garante a gratuidade do serviço funerário decorrente do falecimento do associado, de seu cônjuge e dos filhos menores de 21 anos – e também dos filhos maiores desde que dependentes no Imposto de Renda.

Por ocasião do falecimento, um familiar deve entrar em contato com a Mapfre pelo telefone 0800-775-7196 (Capital e demais localidades) e fornecer o nome, RG e CPF do falecido.

Todos os serviços referentes a sepultamento ou cremação na cidade do segurado são gratuitos até o limite previsto na apólice, inclusive o repatriamento (quando o segurado falece fora de sua cidade) dentro e fora do território nacional, sem custo adicional.

**NÃO DEIXE DE INFORMAR SEUS FAMILIARES.
AFINAL, JÁ BASTA O SOFRIMENTO QUE ELES TERÃO COM SUA PARTIDA.**

AMESP - CAMP
☎ (11) 3188-7500