



SUA FONTE DE INFORMAÇÃO CONFIÁVEL E ATUALIZADA

Clube de Engenharia defende Petrobras em debate sobre exploração de petróleo na Margem Equatorial



OPINIÃO

A FORÇA DA FOLHA DE PAPEL ALMAÇO SEM PAUTA

Ruben Bemerguy
Advogado

Em carta aberta, FRANCIS BOGOSSIAN sustenta que não há danos ambientais que justifiquem a judicialização do episódio.



ACESSE E OUA AGORA!

Web RÁDIO
Jornal O GUARANI



Educação do Amapá avança no ensino médio com foco na aprendizagem e permanência dos estudantes

Investimentos em tecnologia e formação docente fortalecem a trajetória escolar e apontam novos resultados a partir de 2026.



Carnaval 2026: Governo do Estado lança "Marabaixo: Tradição do Amapá", na voz da cantora Alcione e artistas amapaenses

A iniciativa busca projetar a cultura afro-amapaense em âmbito nacional.



Corpo de Bombeiros
193



BATALHÃO AMBIENTAL
Disque Denúncia (96) 98417-3281



BOPE - Disque Denúncia
(96) 99192-2498 (Whatsapp)



FORÇA TÁTICA - Disque Denúncia
(96) 99157-3131 (Whatsapp)



Grupo Tático Aéreo (GTA)
(96) 98127-8454 (WhatsApp)



SAMU - 192





Ruben Bemerguy

A FORÇA DA FOLHA DE PAPEL ALMAÇO SEM PAUTA



Dr. Daniel Nascimento e Silva

PROTOTIPAGEM E STAKEHOLDERS



Luciana Brites

Gestão e Alfabetização: Entenda a interconexão para o desenvolvimento do aluno



Marcellus Campêlo

2026 promete ser um ano de grandes entregas no Amazonas



Carlos Lobato

A Escrita Como Desobediência Estrutural

EXPEDIENTE - Jornal O GUARANI

Resumo da Edição On-line 0620

Distribuição de Conteúdo:



1. Capa

2. Artigos e Expediente

3. Opinião - Ruben Benerguy

4. Política

5. Publicidade Porto do Grego

6. Economia

7. Negócios e Carreiras

8. Educação

9. Publicidade Auto & Moto Escola Ideal

10. Cidades

11. Cultura

12. Publicidade Milly Cosméticos

13. Macapá
14. Santana

15. Oiapoque e Serra do Navio

16. Tartarugalzinho e Porto Grande

17. Laranjal e Vitória do Jari

18. Mazagão e Cutias

19. Amapá e Calçoene

20. Publicidade Neila Penafort

21. Cultura

22. Cultura

23. Cultura

24. Poesias - Laura Rodrigues

25. Publicidade Cantão do Cimento

26. Justiça e Segurança Pública

27. Esportes
28. Oportunidades

29. Saúde e Bem-estar

30. Tecnologia

31. Publicidade Carnaval

32. Moda & Celebridades

33. Pets, Casa & Decoração

34. Variedades

35. Publicidade Rainhas das Rainhas

26. Empreendedoras Brilhantes

37. Social - Por Tuca Távora

38. Publicidade Jornal



S. A. RIBEIRO LTDA
CNPJ: 51.246.328/0001-23

Av. Fab, 1070 – Sala 505
Edifício Macapá Office Center
Bairro Central

CEP 68900-073 – Macapá-AP

Diretora Superintendente
Sharon Araújo Ribeiro

Diretor Geral de Jornalismo /
Editor Chefe
Marcio Bezerra da Silva

Colunistas
João Batista Neto
Carlos Lobato
Laura Rodrigues
Maycon Abreu
Tuca Távora

Redação
redacaojornaloguarani@gmail.com
(96) 98108-0175

Comercial
comercialjornaloguarani@gmail.com
(96) 98110-9443

jornalguarani.com

Autoria e opiniões expressas nos artigos publicados são de total responsabilidade de seus autores e não necessariamente refletem a posição ou opinião do jornal O GUARANI.

 **SAINDO
PARA
ENTREGA!**



FAÇA SEU PEDIDO!

DELIVERY DAS 11H ÀS 15H



Orçamento 2026 é sancionado com previsão de superávit de R\$ 34,2 bi

15/01/2026



Orçamento 2026 é sancionado com veto a R\$ 400 milhões em emendas

15/01/2026



Congresso Nacional retoma trabalhos no dia 2 de fevereiro

Redação 15/01/2026



Projeto que autoriza fábricas civis de armas aguarda votação na CRE

Redação 15/01/2026



Reforma tributária: lei cria Comitê Gestor do IBS e define regras do imposto

14/01/2026



Lei cria Comitê Gestor do IBS e define regras do imposto criado pela reforma tributária

14/01/2026



Balanço de atividades: Câmara Única do TJAP alcança marca histórica de julgamentos em 2025

14/01/2026



Brasil atinge novo recorde na safra de grãos, com 346,1 milhões de toneladas em 2025

Redação

15/01/2026

Data	Dia da semana	Feriado
12 de fevereiro	segunda-feira	Carnaval
13 de fevereiro	terça-feira	Carnaval
29 de março	sexta-feira	Sexta-Feira da Paixão
21 de abril	domingo	Dia de Tiradentes
01 de maio	quarta-feira	Dia do Trabalho
30 de maio	quinta-feira	Corpus Christi
07 de setembro	sábado	Independência do Brasil
12 de outubro	sábado	Nossa Senhora Aparecida
02 de novembro	sábado	Dia de Finados
15 de novembro	sexta-feira	Proclamação da República
20 de novembro	quarta-feira	Dia da Consciência Negra
25 de dezembro	quarta-feira	Natal
Dias especiais		
14 de fevereiro	quarta-feira	Quarta-Feira de Cinzas
último dia útil do ano		

2026 tem 13 feriados bancários nacionais e agências não terão expediente ao público

13/01/2026



Brasil registra em 2025 o menor índice de inflação desde 2018 e o quinto menor dos últimos 31 anos

10/01/2026



O ano de 2026 dos produtores rurais do Amapá já começou com mais de R\$ 1,2 milhão de créditos entregues pelo Incra e articulado pelo senador Randolfe

Redação

13/01/2026



UE e Mercosul destravam acordo histórico após 26 anos e abrem nova fase para comércio, investimentos e fluxo global de pessoas

10/01/2026



Natura conquista nota A no CDP Mudanças Climáticas

Redação

15/01/2026



**Com mais de 50
empreendedores de
Santana, Governo do
Estado realiza a primeira
edição da Feira Social com
temática natalina**

18/12/2025

Governo do Amapá impulsiona geração de empregos e consolida crescimento histórico no mercado de trabalho

 Lucas Mota 01/01/2026



Multi SINERGIA é lançada na 3ª INOVATECH em Santana

15/12/2025

Empreendedores projetam aumento nas vendas durante o Réveillon 2026, organizado pelo Governo do Estado

 Cristiane Nascimento 22/12/2025



**Sebrae e GEA alinham
atividades para
empreendedores do carnaval
2026**

 Redação 10/01/2026

**A ZONA NORTE PEDIU
ELE ESTÁ DE VOLTA.**



PARTICIPAÇÃO DJ LUIS VIANA

INGRESSOS ANTECIPADOS

NO PIX:

(96)98412-7303

SÁB. 17. JAN



No maior Réveillon da Amazônia, Governo do Amapá impulsiona a cultura local e mobiliza mais de mil profissionais da economia criativa

07/01/2026



Carolina Neves lança coleção Bold e consolida paleta de cores como assinatura

05/01/2026



Aniversário de 268 anos de Macapá terá show do Sorriso Maroto na Praça Jacy Barata; confira a programação

05/01/2026



Carnaval 2026: Governo do Estado lança "Marabaixo: Tradição do Amapá", na voz da cantora Alcione e artistas amapaenses

Alice Palmerim 17/01/2026



Lei Rouanet alcança R\$ 3,41 bilhões em captação e consolida política de nacionalização do incentivo cultural

Redação 07/01/2026



Governo do Amapá reforça participação ativa em território indígena com escuta e vistoria na Aldeia Kumarumã, em Oiapoque

16/01/2026



Governo do Amapá realiza entregas, lança programas e fortalece o setor produtivo no Sul do Estado

17/01/2026



Mais de 267 mil de clientes da Equatorial terão direito ao novo Desconto Social nas contas de energia a partir de janeiro

Redação 15/01/2026



Parque Linear da Zona Norte de Macapá: uma ideia infeliz?

10/01/2026



Lei federal fixa prazo de 45 dias e libera corte de árvores em caso de risco

10/01/2026



Novos bairros transformam Oiapoque em meio à expectativa do petróleo na Margem Equatorial

Redação 14/01/2026



Grupo Equatorial realiza doação de 14 geladeiras novas para vítimas de incêndio na zona sul de Macapá

10/01/2026



ENEM / 15/01/2026

Resultados do Enem 2025
serão divulgados nesta
sexta-feira, 16



VALORIZAÇÃO / 15/01/2026

Governo do Amapá recebe
comissão de auxiliares
educacionais para debater
plano de carreira da
categoria



Descaso / 15/01/2026

Obra da Escola Municipal
Amapá completa quase três
anos de abandono em
Macapá



Educação superior / 14/01/2026

Sisu 2026 ofertará 1,4 mil
vagas no Amapá



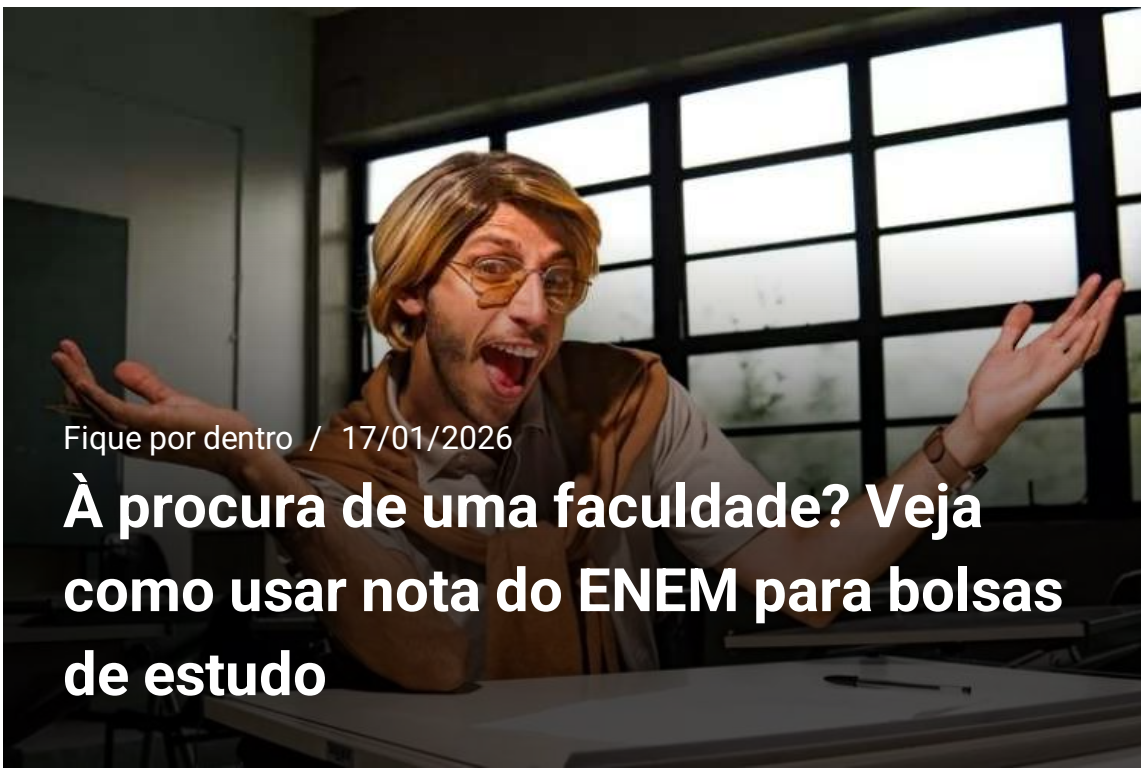
EDUCAÇÃO / 15/01/2026

Governo do Amapá reafirma compromisso
com formação de professores indígenas
em parceria com a Unifap



Educação / 17/01/2026

Enem 2025: participantes já podem
consultar as notas



Fique por dentro / 17/01/2026

À procura de uma faculdade? Veja
como usar nota do ENEM para bolsas
de estudo



EDUCAÇÃO / 16/01/2026

Educação do Amapá
avança no ensino
médio com foco na
aprendizagem e
permanência dos
estudantes



Educação / 15/01/2026

Fies 2025: aberto
prazo para
complementar
inscrições
postergadas



Educação / 17/01/2026

Especialização em Educação Infantil
qualifica 60 profissionais da rede
municipal



Inscrições abertas / 14/01/2026

Faculdade de Medicina Moinhos de Vento realiza primeiro vestibular
em fevereiro

CASA DE CARNES **LOBRITO**



CLIQUE NOS ÍCONES DE LOCALIZAÇÃO

EM MACAPÁ

Jesus de Nazaré



Muca

QUALIDADE PREMIUM

CARNES
Mobres

COMERCIAL LOBRITO

Perpétuo Socorro



Máquinas, motores,
acessórios e peças.





Prefeitura de Santana investe na limpeza e conservação das escolas municipais

📅 17/01/2026



Justiça que chega a cada endereço: Central de Mandados da Comarca de Santana cumpre mais de 15 mil ordens judiciais em 2025

📅 17/01/2026



Coordenação de Bem-Estar Animal fortalece parceria com forças de segurança em Santana

📅 13/01/2026

Defesa Civil de Santana terá modernização com apoio da Prefeitura e do Governo do Estado

👤 Redação 📅 15/01/2026



Centro de Referência à Mulher de Santana realiza mais de 6,3 mil atendimentos em 2025

📅 13/01/2026



Sebrae entrega 1º Plano Municipal de Turismo para Prefeitura de Santana

👤 Isabel Ubaiara 📅 15/01/2026



Prefeito Bala anuncia a construção dos primeiros habitacionais públicos de Santana

📅 10/01/2026



Edital do Bolsa Atleta 2026 é publicado e inscrições começam no próximo dia 19

📅 17/01/2026

Independente garante classificação e segue vivo na Copinha

📅 12/01/2026



Amapazão Sicredi 2026 reforça transparência, governança e investimento direto nos clubes

📅 06/01/2026



Apoiada pelo Governo do Estado, Corrida do Bope K9 2025 reúne 5 mil pessoas e encerra calendário da modalidade no Amapá

📅 29/12/2025



Governo do Amapá fortalece inclusão social por meio do esporte em cerimônia de troca de faixa no Núcleo Força Tática, da PM-AP

📅 23/12/2025



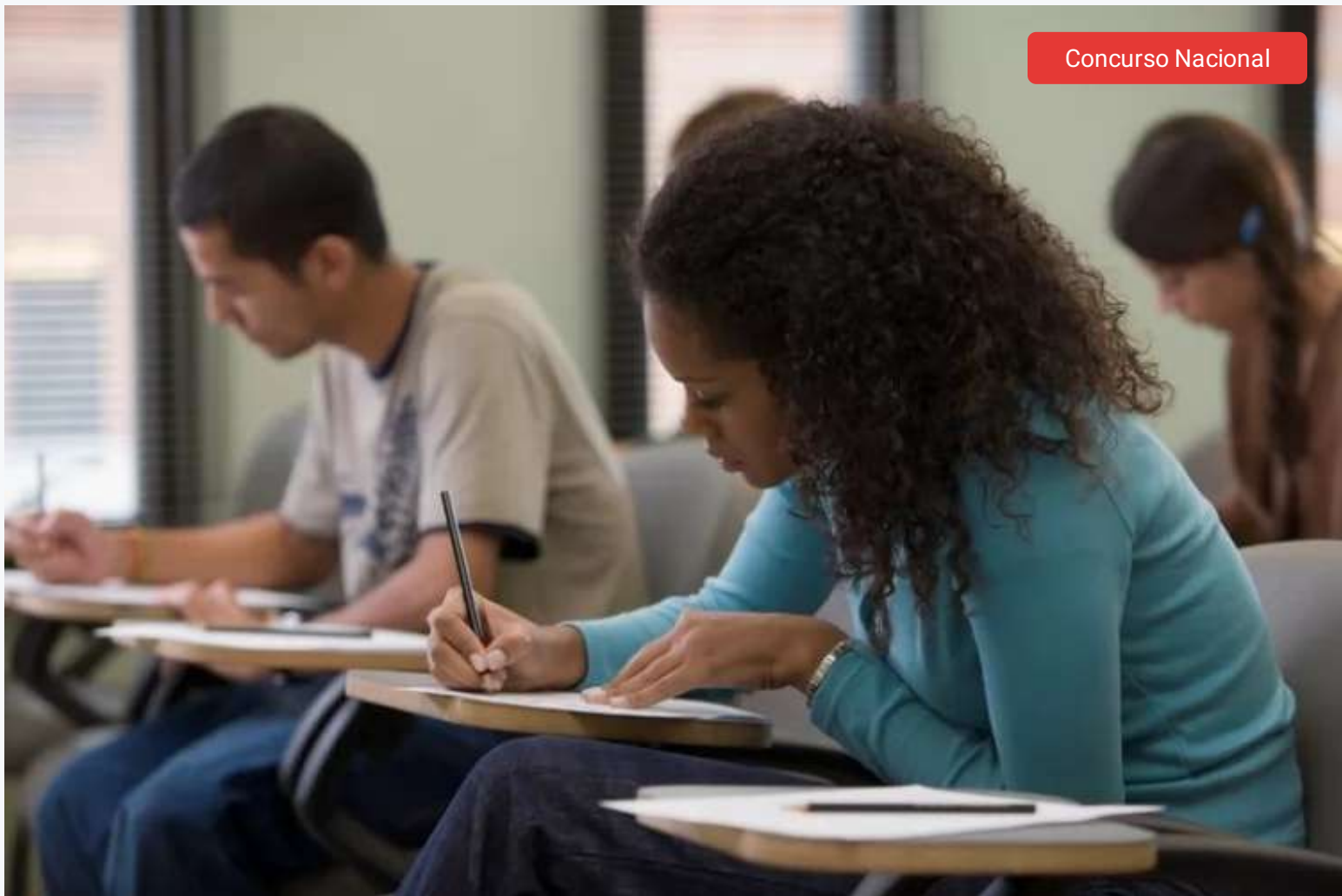
"Aqui vamos formar futuros campeões": Governo do Amapá avança com obra do Ginásio Paulo Conrado

👤 Aline Brito 📅 10/01/2026



Governo do Estado avança nas tratativas para realização do Regional Norte de Basquete em Cadeira de Rodas

👤 Gian Pantoja 📅 07/01/2026



Concurso Nacional



Amapaenses podem concorrer a 50 mil bolsas gratuitas de capacitação em Cloud e IA Generativa do Santander em parceria com a AWS

13/01/2026

CPNU 2: resultados preliminares para vagas reservadas são divulgados

Redação 15/01/2026



Concurso Público



FGV abre inscrições para concurso do Tribunal Regional Federal da 2ª Região

10/01/2026

Concurso do MP-AP reúne mais de 24 mil inscritos e terá provas neste domingo (18)

Redação 17/01/2026



MP-AP publica edital de convocação para provas do concurso público para Técnico e Analista Ministerial em 18 de janeiro

07/01/2026

SIMER

Oportunidade para quem quer trabalhar

VAGAS DISPONÍVEIS NO SISTEMA MUNICIPAL DE EMPREGO E RENDA - SIMER

Prefeitura de MACAPÁ

Trabalhando de coração pelo nosso povo

Como concorrer

Leve seu currículo presencialmente ao localizador de vagas na Prefeitura de Macapá.

Prefeitura de Macapá divulga 14 novas vagas de emprego por meio do Simer

Merlin Pires 13/01/2026

Prefeitura abre edital com 130 vagas para empreendedores atuarem no aniversário de 268 anos de Macapá

Beatriz Melo h 15/01/2026



Janeiro Roxo: Governo do Estado reforça alerta permanente para o enfrentamento da hanseníase no Amapá

Mônica Silva 17/01/2026



Vai começar a praticar um esporte? Check-up ajuda a prevenir doenças e garante mais qualidade de vida

15/01/2026



Mais pacientes optam por cirurgia plástica no verão

15/01/2026



"Foram meses de cuidado, carinho e atenção não só com o Jorge, mas comigo também", diz mãe após filho receber alta no HCA depois de 11 meses internado

15/01/2026



"Sensação é de alívio e gratidão", diz filha de paciente que trata câncer em terapias simultâneas ofertadas saúde pela pública do Amapá

Karla Marques 15/01/2026



Centro de Radioterapia do Amapá mantém fluxo constante de atendimentos e reforça cuidado humanizado

Júnior Nery 16/01/2026



Alta procura por atendimentos de baixa complexidade provoca superlotação no Hospital de Emergência de Macapá

Karla Marquesh 17/01/2026

WORKSHOP KICK BOXING

RAFAEL COSTA

28 DE NOVEMBRO
ÀS 20H

LOCAL: ACADEMIA RT
AV. PRIMEIRO DE MAIO
1565 - BURITIZAL

INVESTIMENTO: R\$30,00

COM DIREITO À CERTIFICADO

REALIZAÇÃO:
ACADEMIA FIGHT
RT



QUER SER VISTO? ANUNCIE CONOSCO!

Através de nossa tecnologia avançada, seus clientes te acham!





Força Tática prende homem por tráfico de drogas no Zerão, em Macapá

👤 Força Tática 📅 17/01/2026



Amapá Mais Seguro: Segurança Pública impede distribuição de 33 kg de drogas e revela tática de facções no estado

👤 Iago Fonseca 📅 16/01/2026



Simulação de emboscada encerra treinamento com manobras de elite em viaturas da Segurança Pública do Amapá

👤 Iago Fonseca 📅 17/01/2026



Amapá Mais Seguro: agentes da Segurança Pública integram treinamento intenso sobre direção segura e resposta rápida em viaturas

📅 15/01/2026



Força Tática apreende drogas e prende homem por tráfico na Zona Sul de Macapá

📅 14/01/2026



Lula eleva combate ao crime organizado a ação de Estado e articula atuação integrada entre Poderes

👤 Redação 📅 15/01/2026



Em Ferreira Gomes, Polícia Civil prende homem em flagrante por importunação sexual

📅 14/01/2026



Cibercrimes



A era dos criadores robóticos? Como a inteligência artificial está redefinindo o conteúdo digital

Ranking da ESET revela as maiores ameaças contra o sistema Android em 2025

Redação



Relatório da ESET alerta para surgimento do ransomware com IA e consolidação de novas ameaças no segundo semestre de 2025



CAPACITAÇÃO / 13/01/2026

Governo do Amapá inicia curso de Informática no Residencial Miracema e amplia oportunidades para jovens e moradores da Zona Norte

Leia mais >



Tecnologia / 10/01/2026

USP abre inscrições em curso online de estatística e otimização para ciência de dados e pesquisa operacional

Leia mais >



Cibercrimes / 08/01/2026

Crime com criptomoedas cresce 155% em 2025, com endereços ilícitos recebendo mais de US\$ 145,9 bilhões

Leia mais >



TJAP conclui migração estratégica e reestrutura arquitetura de dados com foco em desempenho, segurança e continuidade dos serviços



Governo do Amapá e MIDR garantem tecnologia robótica para revolucionar a produção de açaí

Weverton Façanha



Bluma, plataforma de Bem-Estar da Natureza, em um ano salta de 8 espaços para 49 em oito cidades do Brasil

Redação



“Isso adoece as pessoas”: musa da microcintura da Estácio de Sá relata uso de caneta emagrecedora antes do Carnaval

17/01/2026



"Trapaça": influenciadora fitness diz que foi criticada após assumir lipoaspiração no pós-parto

17/01/2026



Celebridades / 17/01/2026

Giulia Costa fala sobre dermatillomania após crises de ansiedade, médica explica a condição

Leia mais >



Celebridades / 15/01/2026

Ex-musa do Brasileirão diz que saber mais futebol do que homens afasta pretendentes no primeiro encontro

Leia mais >



Celebridades / 15/01/2026

Influenciadora diz que precisou se afastar das redes por 10 dias após diagnóstico ligado ao uso de filtros

Leia mais >



“Mulher perfeita” eleita por IA, Janaína Prazeres não é reconhecida por sistema facial ao entrar em casa sem maquiagem

Redação 15/01/2026



Revelação no BBB 26 sobre urinar sentado provoca discussões sobre masculinidade e comportamento

14/01/2026



BBB 26: mudanças no rosto de Henri Castelli levantam debate sobre estética masculina

14/01/2026



“Treino militar”: madrinha de bateria encara estreia no Carnaval como preparação de fisiculturismo

13/01/2026



LOCAL:

Clínica UPTECH

Clodóvio Coelho entre Professor Tostes a Hildemar Maia, 1373. Novo Buritizal.

PÚBLICO-ALVO:

Felinos, ambos os sexos

REQUISITOS

Animais com idade mínima de seis meses até cinco anos;

Estejam em jejum, no tempo mínimo de 8 horas

Peso mínimo de dois quilos e 500 gramas

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Cópias do comprovante de residência atualizado

Cópia do documento oficial com foto

Comprovante de cadastro do animal no SinPatinhas

ITENS

(APRESENTAÇÃO OBRIGATÓRIA)

Caixa de transporte

Macacão cirúrgico para as fêmeas

Itens obrigatórios de acordo com a lei municipal 1.884/2011

ANIMAIS VACINADOS COM A ANTIRRÁBICA OU VACINAS VIRAIS SÓ PODEM PASSAR PELO PROCEDIMENTO APÓS TRINTA DIAS.



Vai viajar? Como criar um ambiente adequado para os pets

05/01/2026



Prefeitura de Santana orienta sobre cuidados essenciais com os pets durante a virada de ano

03/01/2026



Cuidados essenciais para garantir o bem-estar dos pets durante as festas de fim de ano

29/12/2025

Castramóvel realiza castração gratuita para gatos machos e fêmeas em Macapá

Ana Clara Ferreira 12/01/2026

DENUNCIE

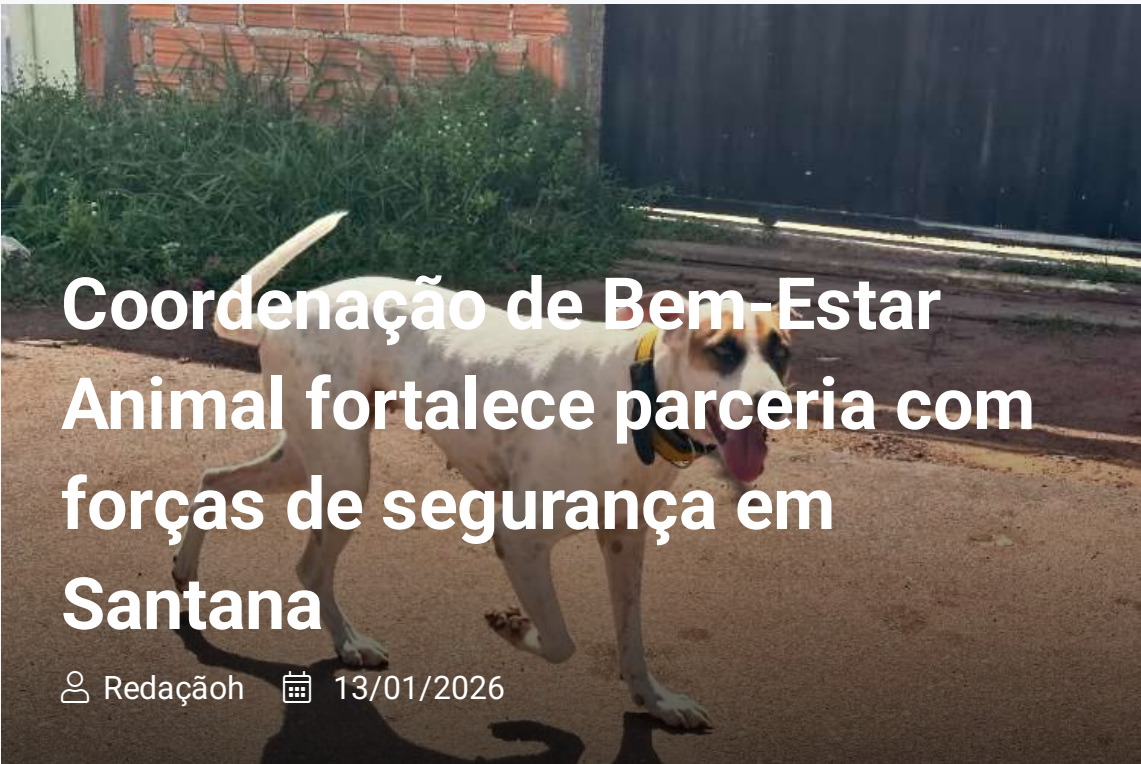
maus-tratos a animais

Canal 24h com atendimento pela Guarda Municipal de Macapá

(96) 98802-8127

Prefeitura disponibiliza canal para denúncias de maus-tratos a animais em Macapá

Redação 12/01/2026



Coordenação de Bem-Estar Animal fortalece parceria com forças de segurança em Santana

Redação 13/01/2026



Reflexões

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 18 e 19 de janeiro de 2026



ESCOLHAS

sharon_araujo_



Quem é a maior influência na sua vida? Você já parou para pensar em quem realmente molda suas escolhas, seus pensamentos, seus sentimentos? Muitas vezes, achamos que são as pessoas à nossa volta, a sociedade, os exemplos que seguimos. Mas no fundo, a maior influência na sua vida... é você mesmo. O que você consome, o que você permite, o que você tolera. As vozes que você amplifica dentro da sua mente, os pensamentos que

você alimenta todos os dias. Se você não escolher conscientemente suas influências, alguém escolherá por você. Então, antes de buscar inspiração lá fora, olhe para dentro. Você está sendo a pessoa que gostaria de seguir?

Se a resposta for não, talvez seja hora de mudar. No final, a maior influência na sua vida não é quem você admira, mas quem você decide se tornar.

Poesias

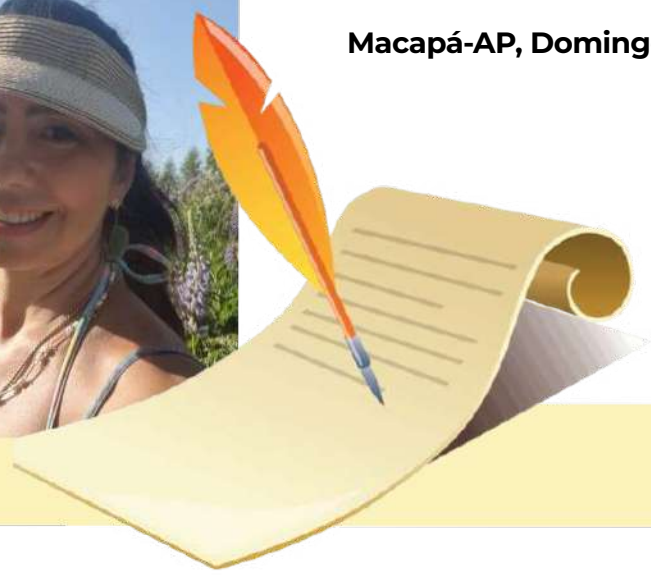
Laura Rodrigues

Poe ta



Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 18 e 19 de janeiro de 2026

Jornal
Guarani



Mantra da Noite

(by Laura Rodrigues)

Image: Photoangel, Freepik



Encanta-me a lua em noites mudas;
enquanto a floresta ilumina-se em prata,
e nossa jornada apenas começou...

Risos silenciosos e vozes telepáticas
recitamos versos implorando a paz...

(Que o universo aceite as nossas preces;
que, na Terra, reine o benfazer e a concórdia.)

E possamos, em noites caladas,
acalantar, em madrugadas sóbrias,

os nasceres de dias simples —
todavia fartos de saberes e afetos,
plenos de satisfação...

E toda a angústia e malevolência desvanecerão.
A humanidade saberá a cura —
desse desengano que é a crueldade,
mãe da guerra,
e da ambição que rui povos e reis,
deprava e cega.

(Encantam-me as luas em noites puras...)



JOÃO BATISTA NETO

Professor, palestrante, Advogado,
Administrador e Psicólogo.

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 18 e 19 de janeiro de 2026



Santuário de Fátima: um encontro entre a fé e o equilíbrio interior

Foto: Jesiel Braga /PMM



Foto: Jesiel Braga /PMM

No coração do bairro Santa Rita, em Macapá, ergue-se majestoso o Santuário de Fátima, um verdadeiro tesouro de fé e devoção. Com sua arquitetura imponente e beleza serena, este complexo de turismo religioso é um convite à reflexão e à oração.

A Praça de Fátima, com seu palco coberto e capela acolhedora, é o cenário perfeito para as celebrações religiosas que acontecem ao longo do ano. O monumento de Nossa Senhora de Fátima, com quase 5 metros de altura, é um símbolo da fé e da proteção que a Mãe de Deus oferece a todos os que a buscam. Aqui, a cada dia 13, os devotos se reúnem para celebrar a missa campal e participar das atividades devocionais, sentindo-se parte de uma grande família de fé. No mês de outubro, o Santuário torna-se o ponto de partida do Círio de Nazaré, uma procissão que emociona e une a todos.

A revitalização da área, com seu paisagismo exuberante e iluminação acolhedora, criou um espaço de lazer e contemplação, onde a natureza e a fé se encontram. É justamente neste ambiente de paz que os amigos Arturo, Ycrad, Anicaroh, Airam, Seni,



Nnaor e Leirbag se encontram para mais um diálogo voltado ao crescimento pessoal e à expansão da consciência.

Arturo: Amigos, as tempestades surgem dentro de nós. O des- controle emocional é como um rio que transborda, destruindo as pontes que construímos com os outros. Como podemos ajudar alguém a encontrar o leito calmo novamente?

Ycrad: O primeiro passo é entender que esse “transborda-

mento” vem de causas invisíveis: genética ou traumas que deixaram a margem do rio frágil. Sem entender a causa, apenas enxugamos o gelo.

Anicaroh: E quem vive isso sente uma culpa imensa. É como um incêndio em uma floresta, querendo parar de queimar, mas sem saber onde está a água. Precisamos acolher o sentimento de vergonha para começar a cura.

Airam: O descontrole nos torna prisioneiros. Para mudar, pre-

cisamos identificar as “mentiras” que a mente conta, trocando o pensamento distorcido por fatos: “Eu estou frustrado agora, mas isso é um momento, não a minha vida inteira”.

Seni: Sugiro a Técnica do Semáforo:

1. Vermelho: Pare. Não fale, não aja.
2. Amarelo: Respire e observe: é raiva ou medo?
3. Verde: Escolha a resposta mais saudável.



JOÃO BATISTA NETO

Professor, palestrante, Advogado,
Administrador e Psicólogo.

Macapá-AP, Domingo e Segunda-feira, 18 e 19 de janeiro de 2026



Foto: Jesiel Braga /PMM

Nnaor: É como o domador de leões. A emoção é o leão – forte e necessária. Mas se o domador (a razão) dorme, o leão assume. Precisamos de mindfulness (atenção plena) para manter o domador acordado. Quando a emoção vier, diga: “Eu te vejo, mas você não vai dirigir o meu carro hoje”.

Leirbag: E se o leão for forte demais, busquem o “mecânico”. Procurar um psicólogo ou psiquiatra é um ato de coragem. Como diz em Eclesiastes 4:9-10, “é melhor serem dois do que um”.

Arturo: Além das técnicas, a fé nos sustenta. Como diz Provérbios 4:23: “Guarde o seu coração, pois dele procedem as fontes da vida”.

Ycrad: O domínio próprio é um fruto do Espírito (Gálatas 5:22). Ele precisa de raízes boas para que as nossas margens não cedam.

Anicaroh: E para o incêndio da raiva, Tiago 1:19 ensina: “Sejam prontos para ouvir e tardios para falar”. O silêncio é a chuva que apaga as chamas.

Momento de Prática: Meditação e Oração

Meditação Guiada: Encontre um lugar tranquilo. Respire profundamente três vezes. Visualize seu interior como um rio calmo. Sinta o “Semáforo Interno” no seu peito, dando-lhe a liberdade de não reagir por impulso. Sinta-se como o domador, sentado em paz, observando seus

pensamentos com amor e sem julgamentos.

Oração de Fortalecimento: “Senhor, Criador da paz, pedimos perdão pelos momentos em que perdemos o domínio próprio. Fortalece nossas margens para os dias de chuva. Que nossa boca seja fonte de respostas calmas e nossa mente um solo fértil para o que é puro e amável. Que Tua paz guarde nossos corações hoje e sempre. Amém.”

Ao final deste diálogo, percebemos que a gestão emocional não é um destino, mas uma caminhada constante – muito semelhante à procissão que anualmente percorre as ruas ao redor do Santuário de Fátima. Assim como o Santuário foi revitalizado para acolher melhor seus visitantes, nós também precisamos revitalizar nosso interior, reforçando nossas “margens” com autoconhecimento e fé.

Administrar as emoções não significa silenciá-las, mas sim aprender a navegar com sabedoria, independentemente da força do vento ou da altura das ondas. Que cada pessoa, ao ler estas palavras, sinta-se como um visitante desse Santuário: acolhida, renovada e pronta para cultivar o equilíbrio no jardim de sua própria mente.

Lembre-se da prática semanal: Coloque a mão no coração e diga: “Eu vejo a emoção, mas ela não vai dirigir o meu carro hoje”.



Foto: Jesiel Braga /PMM



ALFILMSBR: quando a vida e o trabalho se unem pelo poder do audiovisual

AALFILMSBR nasceu da união de duas trajetórias que compartilham o mesmo propósito: contar histórias por meio do audiovisual. À frente da agência estão Ana Clara e Luiz, um casal que divide a vida pessoal e a atuação profissional, transformando experiências, olhares e sensibilidade em produções que vão além da estética.

Ana Clara é videomaker e atua no audiovisual com foco na construção de narrativas. Para ela, a imagem não se limita ao visual: comunica, posiciona marcas, transmite valores e cria conexão com quem assiste. Ao longo da carreira, desenvolveu um estilo próprio, sempre buscando entregar conteúdos que façam sentido, despertem emoções e gerem identificação.

Ao seu lado está Luiz, fotógrafo e operador de drone, responsável por ampliar as possibilidades visuais dos projetos. Com a fotografia e as imagens aéreas, ele agrega novas perspectivas, valoriza cenários e imprime impacto às produções, trazendo um olhar complementar que fortalece cada trabalho.

Enquanto Ana Clara conduz a narrativa, o movimento e a linguagem do vídeo, Luiz contribui com enquadramentos, registros fotográficos e imagens aéreas que enriquecem a estética e a percepção visual. Essa soma de competências foi o ponto de partida para a criação da ALFILMSBR, uma agência construída a partir da vivência do casal, da experiência adquirida no mercado e da forma como ambos acreditam que o audiovisual deve ser feito.



Ana Clara
e Luiz Matos

“Al Films a sua
Marca merece ser
vista do jeito inovador.”

Atualmente, a ALFILMSBR atua na produção de eventos sociais, eventos corporativos, vídeos institucionais e cobertura de eventos, incluindo produções com vídeos aéreos. Cada projeto é desenvolvido

de forma completa, desde o planejamento até a captação e edição, sempre com foco em qualidade, identidade e profissionalismo.

Mais do que uma agência,

a ALFILMSBR representa a visão de um casal que acredita no poder da imagem como ferramenta de comunicação e decisão. Para eles, imagem é percepção – e percepção gera escolha.



No dia 09 de janeiro, vivemos um momento especial com a confraternização da Câmara de Dirigentes Lojistas de Santana (CDL Santana) e a posse da nova diretoria da Associação Comercial e Industrial de Santana (ACIA Santana). Foi uma noite de celebração, união e renovação de compromissos, marcada por novos caminhos para o fortalecimento do comércio local.





Social



By Tuca Távora

Jornal
Guarani
Colaboração: Marcio Bezerra



IMMES
INSTITUTO MACAPAENSE DO MELHOR ENSINO
SUPERIOR EDUCAÇÃO COM VALOR SOCIAL



Anathis
floricultura



Social



By Tuca Távora

Jornal
Guarani

Colaboração: Marcio Bezerra



Anathís
floricultura

IMMES
INSTITUTO MACAPAENSE DO MELHOR ENSINO
SUPERIOR EDUCAÇÃO COM VALOR SOCIAL





Jornal O Guarani

Informação do Amapá e da Amazônia



Assine nossa **Newsletter** para receber as edições do **Jornal O GUARANI** no seu **WhatsApp** ou **e-mail**. É grátis, e você fica atualizado(a) nas notícias do Amapá e da Amazônia.



Assinar o Jornal O GUARANI grátis

Web Rádio Jornal O GUARANI

AO VIVO



Tocar rádio

Abrir ou Instalar App

Participe do nosso **Quiz interativo** com curiosidades e perguntas especiais.



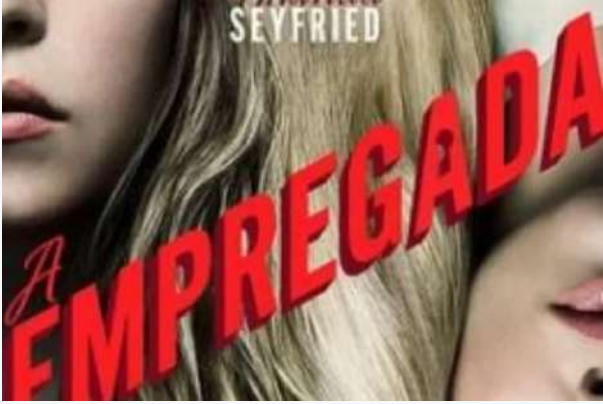
Fazer o Quiz agora



NOSSA FORÇA

Nossa força reside na nossa dedicação em oferecer qualidade e imparcialidade em nossa cobertura jornalística. Trabalhamos incansavelmente para fornecer as últimas informações, sempre com precisão e relevância. Além disso, nossa conexão com os municípios do Amapá nos diferencia, permitindo-nos trazer notícias locais e um entendimento aprofundado das necessidades e interesses da comunidade. Estamos comprometidos em ser a fonte de informação confiável e atualizada para os leitores do Jornal O Guarani.

Programação nos Cinemas



Cinema / 17/01/2026

Filmes em Cartaz no Moviecom Macapá (18/01/26)

[Leia a Notícia >](#)



Cinema / 10/01/2026

Filmes em Cartaz no Cinépolis Macapá (11/01/26)

[Leia a Notícia >](#)

HORÓSCOPO Diário ♈♊♉♏♎♍♌♋♊♈♏♎♍♌♋♊♈



Horóscopo / 17/01/2026

HORÓSCOPO – 19.01.26

[Leia a Notícia >](#)



Horóscopo / 17/01/2026

HORÓSCOPO – 18.01.26

[Leia a Notícia >](#)



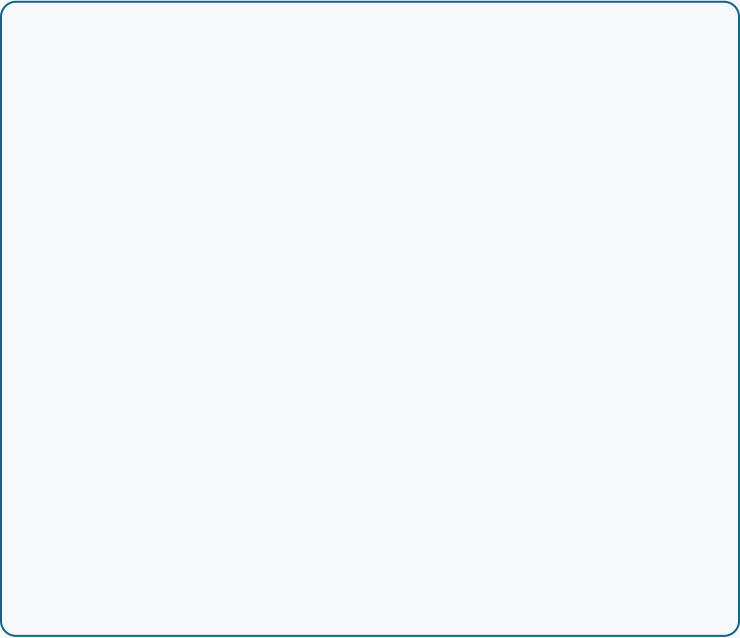
Horóscopo / 17/01/2026

HORÓSCOPO – 17.01.26

[Leia a Notícia >](#)

[DIAS ANTERIORES](#)

Previsão do Tempo



Cotações

Investing.com

Cotações de Moedas em Tempo Real		
EUR/USD	1,1599	
🕒 16/01 Moeda	-0,0009	(-0,08%)
USD/JPY	158,12	
🕒 16/01 Moeda	-0,52	(-0,33%)
GBP/USD	1,3383	
🕒 16/01 Moeda	+0,0001	(+0,01%)
USD/CHF	0,8030	
🕒 16/01 Moeda	-0,0003	(-0,04%)
USD/CAD	1,3916	
🕒 16/01 Moeda	+0,0023	(+0,17%)
AUD/USD	0,6683	
🕒 16/01 Moeda	-0,0016	(-0,24%)
NZD/USD	0,5752	
🕒 16/01 Moeda	+0,0009	(+0,16%)
EUR/GBP	0,8668	
🕒 16/01 Moeda	-0,0006	(-0,07%)
EUR/JPY	183,40	
🕒 16/01 Moeda	-0,76	(-0,41%)
EUR/CHF	0,9314	
🕒 16/01 Moeda	-0,0011	(-0,12%)
AUD/JPY	105,67	
🕒 16/01 Moeda	-0,61	(-0,57%)
GBP/JPY	211,60	
🕒 16/01 Moeda	-0,70	(-0,33%)

Desenvolvido por Investing.com

Programação TV Aberta / Tempo real (Clique)



Mega-Sena

MEGA-SENA

Megasena

10

13

55

56

59

60

Concurso 2961 • Sábado, 17 de janeiro de 2026

Conferir resultado >

QUINA

Quina

05

16

22

65

80

Concurso 6930 • Sábado, 17 de janeiro de 2026

Conferir resultado >

LOTOFÁCIL

Lotofacil

04

06

08

10

11

12

13

15

16

17

19

20

21

22

23

Concurso 3590 • Sábado, 17 de janeiro de 2026

Conferir resultado >

timemania

Timemania

03

34

37

46

52

61

64

Concurso 2344 • Sábado, 17 de janeiro de 2026

Conferir resultado >

dia de sorte

Diadesorte

02

11

13

16

17

23

25

Concurso 1165 • Sábado, 17 de janeiro de 2026

Conferir resultado >

DUPLA SENA

Duplasena

04

12

20

22

43

49

Concurso 2913 • Sexta, 16 de janeiro de 2026

Conferir resultado >

LOTOMANIA

Lotomania

02

22

29

30

36

37

41

48

51

55

67

68

69

75

82

85

89

90

91

95

Concurso 2876 • Sexta, 16 de janeiro de 2026

Conferir resultado >



Fique sempre **bem** informado

Jornal
Guarani

As principais notícias do Amapá
e do mundo, em um só lugar!
Acesse o nosso site para ficar por
dentro de tudo que acontece na
sua região e no Brasil.

Eventos locais, política, cultura,
esportes, educação e muito mais
- temos cobertura completa dos
assuntos que mais importam
para você!

Acesse
agora mesmo:
www.jornaloguarani.com

Redação
96 99108-0175

Comercial
96 9913-3871

Acessar Agora!

