



Aponte a
câmera do
smartphone
para ler mais
notícias.

FERIADÕES À VISTA: VEJA O QUE 2026 RESERVA NO RN

COM FERIADOS NACIONAIS EM SEGUNDAS E SEXTAS, E PONTOS FACULTATIVOS ESPALHADOS POR TODO O ANO, 2026 OFERECE DIVERSAS CHANCES DE FOLGAS E DESANSOS PROLONGADOS PARA OS POTIGUARES. **PÁGINA 08**

RODRIGO LOUREIRO

**2026 CHEGA COM
OTIMISMO E BONS
ENCONTROS**
PÁGINA 06



DIEGO BRENO

**O TORCEDOR DE
ABC E AMÉRICA TÁ
PREPARADO PRA
ESTE ANO?**
PÁGINA 07



RN ferve: altas temperaturas vêm de fenômenos internos, alerta Emparn

Apesar do calor intenso registrado no interior, meteorologistas confirmam que o estado não é atingido pela onda de calor nacional

PÁGINA 03

SAÚDE MENTAL

**FAXINA DE ANO
NOVO: ORGANIZAR
A CASA AJUDA A
ALIVIAR A MENTE**
PÁGINA 02

ECONOMIA

**VAI VIAJAR? SAIBA
QUAIS APARELHOS
DESLIGAR ANTES DE
SAIR DE CASA**
PÁGINA 04

SEGURANÇA

**ARMAS
APREENDIDAS
BATEM RECORDE
HISTÓRICO EM 2025**
PÁGINA 05



ESPORTES

**RANKING DA
CBF APONTA
REVIRAVOLTA NO
FUTEBOL DO RN**
PÁGINA 07



Faxina que acalma a mente: como arrumar a casa pode melhorar sua saúde mental

ORGANIZAR ARMÁRIOS, LIMPAR AMBIENTES E DESCARTAR O QUE NÃO FAZ MAIS SENTIDO VAI ALÉM DA ESTÉTICA: AJUDAM A ENCERRAR CICLOS, ALIVIAR A ANSIEDADE, REDUZIR A SOBRECARGA MENTAL E INICIAR O ANO NOVO COM MAIS EQUILÍBRIO EMOCIONAL E BEM-ESTAR

Arrumar a casa para o ano novo é um costume antigo, repetido por milhares de famílias no RN e em todo o país. Armários são esvaziados, gavetas ganham nova organização e objetos sem uso são descartados. O que pouca gente percebe é que essa prática vai muito além da limpeza: ela pode trazer benefícios reais para a saúde mental.

A chamada “faxina de ano novo” funciona como um marco simbólico de encerramento de ciclo. Com a virada do calendário, muitas pessoas sentem a necessidade de revisar não apenas o que está ao redor, mas também aquilo que foi vivido ao longo dos últimos meses.

Segundo a psicóloga Ana Lúcia Karasin, do Espaço Einstein Bem-estar e Saúde Mental, o fim do ano atua como um organizador emocional. “O ano funciona como um ciclo simbólico. Quando ele se encerra, surge naturalmente a vontade de revisar, ajustar e preparar o terreno para o que vem depois”, explicou.

Ao colocar a casa em ordem, esse movimento externo acaba refletindo internamente. Organizar ambientes pode ajudar a lidar com emoções acumuladas, pendências emocionais e experiências que ainda não foram elaboradas.

Quando a casa organiza a mente

Colocar a “mão na massa” durante a faxina não é apenas uma tarefa prática. O ato de organizar favorece uma sensação de fechamento. “Ao reorganizar o ambiente, muitas pessoas também reorganizam o próprio mundo interno, ressignificando momentos vividos e encerrando etapas”, afirmou a psicóloga.

Esse processo ajuda o cérebro a entender que algo foi concluído. Isso pode trazer alívio emocional, especialmente após um ano mar-



Entre caixas, armários e descartes, a faxina de fim de ano também organiza sentimentos. Limpar, arrumar e desapegar ajudam a aliviar a mente, encerrar etapas e começar um novo ciclo com mais leveza emocional e bem-estar.

cado por desafios, mudanças ou frustrações.

Além disso, ambientes organizados transmitem previsibilidade e segurança, dois fatores importantes para o equilíbrio emocional. Um espaço mais limpo e funcional tende a reduzir a sensação de sobrecarga mental.

O peso do excesso e o alívio do desapego

Parte importante da faxina envolve o descarte. Roupas que não servem mais, papéis antigos e objetos sem utilidade ocupam espaço físico — e emocional. Para a psicóloga, desapegar não é apenas liberar o armário.

“Quando a pessoa se desfaz do que não faz mais sentido, ela cria espaço físico e, simbolicamente, autoriza-se a abrir espaço mental e emocional”, explica. Esse gesto ajuda o cérebro a sair

da lógica do acúmulo e entrar na lógica da renovação.

O excesso visual, por outro lado, funciona como um ruído constante. Muitos estímulos competem pela atenção e aumentam o desgaste mental ao longo do dia.

Menos ansiedade, mais sensação de controle

Outro benefício frequente relatado após a organização da casa é a redução da ansiedade. Embora não seja uma solução definitiva, arrumar o ambiente devolve a sensação de controle sobre a própria realidade.

“A ansiedade está muito ligada à percepção de descontrole. Quando a pessoa organiza o espaço, ela percebe que pode intervir, mudar e melhorar algo ao seu redor”, disse Karasin. Isso gera um efeito calmante e fortalece a sensação de autonomia.

Não é raro sentir cansaço físico depois da faxina, mas com a mente mais leve e organizada.

Como levar esse hábito para o ano todo

O clima de renovação costuma ser mais forte no fim do ano, mas é possível manter os benefícios ao longo dos meses seguintes. A especialista recomenda pequenas práticas simples e contínuas.

Pequenos rituais que ajudam

- Separe cinco ou dez minutos por semana para arrumar um espaço
- Evite acumular objetos sem uso
- Faça revisões periódicas da casa

Organização emocional

- Estabeleça metas possíveis
- Reserve momentos de pausa e reflexão
- Reavalie hábitos que não fazem mais sentido

Desapego consciente

- Doe o que não usa
- Evite guardar por culpa ou obrigação
- Pense no que realmente contribui para seu bem-estar

Mais do que limpeza

- Arrumar é um gesto simbólico
- Ajuda a encerrar ciclos
- Prepara emocionalmente para novos começos

Expediente



Aponte a câmera e receba as notícias pelo WhatsApp

Direção Executiva
Jean Valério
Direção Administrativa
Jeanny Damas
Diretora de Redação
Cristiane Macêdo
Editora Interina
Alessandra Bernardo

Fotografia
Dayvisson Melo
Diagramação
Terceirize Editora
Departamento comercial
84 99428-4273

Av. Prudente de Moraes 5121, Lagoa Nova, Natal-RN, CEP 59064-625 – ARENA DAS DUNAS
www.novonoticias.com.br | pauta@novonoticias.com.br
Tel. 84 32016613 | ZapNovo 84 99226-4627

NOTAS DA REDAÇÃO

PRIORIDADE

O NOVO Notícias abre 2026 colocando o leitor no centro de tudo. Nesta primeira edição do ano, reunimos conteúdos leves, úteis e pensados para o cotidiano: dicas para enfrentar o calor, cuidados com a saúde mental a partir da organização da casa, orientações para economizar energia nas férias, além de informações sobre feriados, segurança pública e esporte. Informação clara, responsável e próxima, para começar o ano bem informado e cuidado.

RN fica fora da onda de calor nacional, mas temperaturas seguem altas por causas locais

METEOROLOGISTA DA EMPARN EXPLICA POR QUE O CALOR PERSISTE NO INTERIOR DO ESTADO MESMO SEM INFLUÊNCIA DIRETA DO FENÔMENO

Apesar das temperaturas elevadas registradas em algumas regiões do Rio Grande do Norte nos últimos dias, o estado não deve ser atingido pela onda de calor que atuou sobre o Centro-Oeste e Sudeste do país, segundo avaliação da Empresa de Pesquisa Agropecuária do RN (Emparn). A explicação foi dada pelo meteorologista Gilmar Bristot, em entrevista, ao detalhar os sistemas atmosféricos que influenciam o clima potiguar neste início de ano.

Segundo Bristot, a onda de calor teve origem no Centro-Oeste, associada ao deslocamento de uma massa de ar quente vinda do deserto do Atacama, e avançou para estados como São Paulo e Minas Gerais. No entanto, a formação de uma frente fria no Sul do país, que avançou até o Sudeste, provocou a dissipação do fenômeno, impedindo sua propagação para o Nordeste.

“Essa onda de calor já está perdendo força e não consegue manter suas características para atingir o Nordeste. Aqui no Rio Grande do Norte, o que estamos observando são temperaturas mais altas por fatores locais, e não por influência direta desse fenômeno”, explicou.



Calor intenso no interior do RN tem explicação local e não está ligado à onda de calor que atingiu outras regiões do país

Calor no interior tem causas locais

Segundo o meteorologista, municípios do Seridó e do Vale do Açu, como Caicó, Serra Negra do Norte e Timbaúba dos Batistas, registraram temperaturas acima dos 38 °C recentemente. Esse aumento, no entanto, está associado a uma combinação de pouca nebulosidade, baixa umidade do ar, forte radiação solar e características geográficas, especialmente em áreas de vale.

“Nessas regiões há influência da umidade do Rio Piranhas e de reservatórios, que retém calor, além da ausência de nuvens

para filtrar a radiação solar. Isso favorece temperaturas mais elevadas, mas não caracteriza uma onda de calor”, ressaltou.

No litoral, a situação é diferente. Bristot destaca que os ventos acima da média para o período têm garantido a renovação constante do ar, impedindo o aquecimento excessivo durante o dia. No entanto, a redução dos ventos durante a madrugada tem provocado sensação de calor maior nas primeiras horas da manhã, um comportamento considerado atípico.

La Niña influencia circulação dos ventos

Atualmente, o Oceano Pacífico apresenta condição de La Niña fraca, o que, segundo Bristot, favorece maior circulação atmosférica e reduz a formação de bloqueios de alta pressão — comuns em anos de El Niño forte.

“Com a La Niña, o ar circula mais, os ventos ficam mais intensos e isso dificulta o acúmulo de calor. Além disso,

o Atlântico Sul está um pouco mais frio, o que reforça a atuação dos ventos no Nordeste”, explicou.

Esse cenário, embora contribua para temperaturas mais amenas no litoral, também dificulta a formação de chuvas, já que a circulação intensa impede a organização de sistemas meteorológicos mais duradouros.

Pouca chuva é comum nesta época

O meteorologista esclarece que não há relação direta entre onda de calor e a escassez de chuvas observada no estado. Historicamente, este é um período de pouca precipitação no Nordeste, marcado pela atuação de sistemas meteorológicos transitantes, como restos de frentes frias, vórtices cíclonicos e linhas de instabilidade.

Reservatórios preocupam para 2026

Um dos pontos de maior atenção, segundo Bristot, é o nível dos reservatórios no estado, que atualmente está em torno de 38% da capacidade total — bem abaixo dos quase 60% registrados ao final de 2024.

“Se não houver uma recarga expressiva em 2026, podemos terminar o ano com menos de 15% da capacidade, uma situação semelhante à vivida em 2017, após um longo período de seca”, alertou.

A preocupação aumenta diante da previsão de dificuldade na formação de chuvas entre fevereiro e maio, período tradicional da quadra chuvosa no RN, devido ao posicionamento desfavorável da Zona de Convergência Intertropical (ZCIT), influenciado pela diferença de temperatura entre o Atlântico Norte e o Atlântico Sul.

Monitoramento segue contínuo

Apesar do cenário de atenção, a Emparn segue monitorando as condições oceânicas e atmosféricas. Um possível resfriamento contínuo do Atlântico Norte pode favorecer a desida da ZCIT e melhorar o volume de chuvas a partir de

“Esses sistemas têm baixa previsibilidade. Eles podem atuar ou não, e quando atuam, nem sempre provocam chuva significativa”, afirmou.

A expectativa é de que haja alguma normalização a partir da segunda quinzena de janeiro, com possibilidade de chuvas pontuais provocadas por esses sistemas.

O que é uma onda de calor?

Diferente do calor comum do verão, a onda de calor é o deslocamento de uma massa de ar quente originada em regiões secas, como desertos. Ela se propaga conforme a circulação atmosférica e perde força à medida que encontra sistemas frios, como frentes frias.

Por que faz mais calor no interior do RN?

- Pouca formação de nuvens
- Forte radiação solar direta
- Presença de vales e umidade local
- Menor circulação de ventos

Níveis dos reservatórios no RN

- Final de 2024: cerca de 60%
- Final de 2025: cerca de 38%
- Risco para 2026: abaixo de 15% se não houver recarga significativa

Vai viajar? Esses aparelhos precisam ser desligados da tomada antes de sair de casa

MEDIDA SIMPLES EVITA ACIDENTES, REDUZ A CONTA DE ENERGIA ELÉTRICA E PROTEGE SEUS ELETRÔNICOS DURANTE O PERÍODO FORA

Viajar e deixar a casa vazia por alguns dias é comum neste período do ano no Rio Grande do Norte. O que muita gente esquece é que alguns aparelhos eletrônicos, mesmo desligados no botão, continuam consumindo energia e podem representar riscos à segurança. Antes de fechar a porta, um cuidado simples faz diferença: retirar equipamentos da tomada.

A prática ajuda a evitar desperdício de energia, protege os aparelhos contra danos elétricos e reduz o risco de acidentes, como curtos-circuitos e incêndios. O alerta é ainda mais importante em períodos de chuvas, quando oscilações na rede elétrica e descargas atmosféricas se tornam mais frequentes.

O chamado “consumo fantasma” é um dos principais vilões da conta de luz. Ele acontece quando aparelhos continuam puxando energia apenas por estarem conectados à tomada, mesmo sem uso. Em uma casa vazia, esse gasto passa despercebido — mas pesa no fim do mês.

Além da economia, desligar equipamentos da tomada também é uma medida de segurança. Picos de energia, quedas repentinhas ou falhas no fornecimento podem causar danos irreversíveis aos aparelhos, mesmo que eles estejam desligados.

OS CAMPEÕES DO CONSUMO INVISÍVEL

Televisores, computadores, videogames e aparelhos de som estão entre os equipamentos que mais consomem energia quando ficam plugados sem necessidade. O mesmo vale para micro-ondas, cafeteiras elétricas e decodificadores de TV.

Carregadores de celular, notebooks e outros dispositivos também merecem atenção. Mesmo sem o aparelho conectado, o carregador continua consumindo energia enquanto estiver na tomada.

Outro ponto crítico são fontes e transformadores, como os usados em roteadores e equipamentos eletrônicos em geral. Esses itens permanecem aquecidos e puxando eletricidade o tempo todo.



Desligar eletrônicos antes de viajar é uma atitude simples que traz economia, segurança e mais tranquilidade nas férias

CUIDADOS ANTES DE SAIR DE CASA

APARELHOS QUE DEVEM SAIR DA TOMADA ANTES DA VIAGEM

- Televisores e aparelhos de som
- Computadores, notebooks e impressoras
- Videogames e decodificadores de TV
- Micro-ondas e cafeteiras elétricas
- Carregadores de celular e fontes
- Ventiladores e ar-condicionado

E o que pode ficar ligado?

Nem tudo precisa ser desligado. A geladeira, por exemplo, deve continuar ligada em viagens curtas, especialmente se houver alimentos armazenados. Já em ausências mais longas, quando o eletrodoméstico estiver vazio, é possível desligá-la.

Nesse caso, o ideal é limpar o interior, secar bem e deixar a porta aberta para evitar mau cheiro e formação de mofo.

Sistemas de segurança, como alarmes e câmeras, podem permanecer ligados, desde que sejam essenciais. Ainda assim, a recomendação é conectá-los a filtros de linha ou dispositivos de prote-

ção contra surtos elétricos.

GELADEIRA: DESLIGAR OU NÃO?

- Viagem curta: mantenha ligada
- Viagem longa e sem alimentos: pode desligar
- Sempre limpe e deixe a porta aberta se desligar

Filtros de linha ajudam, mas não resolvem tudo

Filtros de linha e estabilizadores são aliados importantes, pois ajudam a proteger os equipamentos contra pequenas variações de tensão. No entanto, eles não oferecem proteção total contra descargas elétricas mais intensas, como as causadas por raios.

Por isso, em períodos de temperaturas ou em regiões com quedas frequentes de energia, a única forma realmente segura é retirar o plugue da tomada.

FILTRO DE LINHA NÃO É PROTEÇÃO TOTAL

- Ajuda contra pequenas oscilações

- Não impede danos por raios
- Desligar da tomada é sempre mais seguro

Economia que aparece na conta

Desligar aparelhos antes de viajar também traz impacto direto no bolso. Pequenos consumos contínuos, somados ao longo de dias ou semanas, podem gerar um aumento significativo na conta de energia.

Além disso, a prática prolonga a vida útil dos equipamentos, reduzindo gastos com manutenção e substituição no futuro. É uma atitude simples, rápida e que garante mais tranquilidade durante a viagem.

ANTES DE SAIR DE CASA, FAÇA UM CHECKLIST

- Tire da tomada os eletrônicos que não serão usados
- Verifique carregadores e fontes esquecidos
- Confira geladeira e sistemas de segurança
- Evite deixar equipamentos ligados sem necessidade



Número de armas apreendidas no RN cresceu 252% desde 2015

RN REGISTRA ATÉ NOVEMBRO DE 2025 O MAIOR NÚMERO DE ARMAS APREENDIDAS DA HISTÓRIA, DE ACORDO COM DADOS DO SINESP. EM MEIO A ESSE UNIVERSO, CRESCIMENTO DO NÚMERO DE FUZIS E PISTOLAS APREENDIDAS CHAMA A ATENÇÃO

O RN registrou, até novembro de 2025, o maior número de armas apreendidas de toda a série histórica, iniciada em 2015. Os dados são do Sistema Nacional de Informações de Segurança Pública (Sinesp) e mostram um crescimento expressivo tanto no volume total quanto no tipo de armamento retirado de circulação, com destaque para pistolas e fuzis.

Até o penúltimo mês de 2025, foram apreendidas 2.024 armas de fogo no estado, número 39,97% maior do que o registrado no mesmo período de 2024, quando o total chegou a 1.446 apreensões. Mesmo sem incluir os dados de dezembro, o resultado já é o mais alto dos últimos 11 anos no Rio Grande do Norte.

Quando se observa toda a série histórica, o avanço é ainda mais expressivo. Em 2015, primeiro ano com registros consolidados no Sinesp, foram apreendidas 621 armas. Em 2025, esse número é mais de três vezes maior, representando um crescimento acumulado de 252% no período.

Nos quatro anos anteriores a 2025, o total anual de armas apreendidas no RN já vinha se mantendo acima da marca de mil unidades, mas com variações moderadas: foram 1.418 em 2021; 1.485 em 2022; 1.649 em 2023; e 1.627 em 2024.

Os dados do Sinesp são alimentados pelas secretarias estaduais de segurança pública e integram informações sobre armas, munições, prisões, drogas e outros indicadores criminais. Desde o início da série histórica, o RN soma mais de 12,3 mil armas de fogo apreendidas.

Para efeito de comparação, no mesmo intervalo de tempo, foram apreendidas 1.164.773 armas no Brasil, o equivalente a uma média de 292 armas por dia. No Nordeste, o total chega a 296.936 unidades, com média diária de 74 apreensões.

A Paraíba, estado vizinho, também aparece no comparativo. Até novembro de 2025, foram apreendidas 3.478 armas, crescimento de 18,26% em relação ao mesmo período de 2024. A média paraibana é de 10 armas apreendidas por dia.

Historicamente, a Paraíba apresenta números bem superiores aos do Rio Grande do Norte. Desde 2015, o total anual de apreensões no estado vizinho costuma ficar acima de 3 mil armas, com exceção de 2018 (518) e 2022 (2.785). O recorde foi registrado em 2024, com 3.696 apreensões, marca que pode ser superada em 2025.

No RN, o tipo de arma mais apreendido ao longo da série his-

tórica continua sendo o revólver, com 5.496 unidades retiradas de circulação entre 2015 e 2025. Em segundo lugar aparecem as pistolas, com 2.570 apreensões.

O crescimento, no entanto, é muito mais acelerado no caso das pistolas. Enquanto o número de revólveres apreendidos cresceu 71,43% no período, o de pistolas disparou 672,31%, saltando de 73 unidades em 2015 para 502 até novembro de 2025.

Comparativo regional e nacional

- Brasil: 292 armas apreendidas por dia
- Nordeste: 74 por dia
- Rio Grande do Norte: 3 por dia

Apreensões de armas no RN (2015-2025)

- Total apreendido no período: 12.320 armas
- Média diária no estado: 3 armas por dia
- Maior número da série histórica: 2025 (até novembro)

Apreensões de fuzis

Outra mudança significativa no perfil das apreensões no RN envolve armas de maior poder de fogo. Entre 2015 e novembro de 2025, o número de fuzis apreendidos no estado cresceu 2.066,67%.

Em 2015, apenas três fuzis haviam sido apreendidos. Em 2025, até novembro, esse número chegou a 65 unidades, representando um aumento de 116% em relação ao mesmo período de 2024, quando foram apreendidos 30 fuzis.

O avanço desse tipo de armamento não é exclusividade do estado. No Brasil, o número de fuzis apreendidos cresceu 256,01% no período. No Nordeste, o aumento foi ainda maior: 658,33%,

passando de 39 armas em 2015 para 273 até novembro de 2025. A Bahia lidera a região, com 460 fuzis apreendidos ao longo da série histórica.

Em 2025, até novembro, o RN ficou atrás apenas da Bahia, com 122 fuzis, e à frente do Ceará, que registrou 36 apreensões desse tipo de arma. No ranking nacional, a Bahia aparece como o terceiro estado com mais fuzis apreendidos, atrás do Rio de Janeiro (848) e de São Paulo (473).

Em setembro de 2025, o Instituto Sou da Paz divulgou o estudo “Tiro no escuro: a ascensão de armas de fogo de estilo militar no crime”, que alerta para o crescimento do uso desse tipo de armamento pelo crime organizado

no Brasil.

Segundo a diretora-executiva da entidade, Carolina Ricardo, embora representem menos de 5% das apreensões, os fuzis exigem atenção especial devido à alta letalidade e ao potencial de ameaçar diretamente as forças de segurança e a população em áreas dominadas por organizações criminosas.

Fuzis apreendidos (2015-2025)

- RN: de 3 para 65 fuzis
- Crescimento no RN: 2.066,67%
- RN é o 2º estado do país em apreensões em 2025 (até novembro)

RODRIGO Loureiro

UM NOVO ANO, NOVOS ENCONTROS E MUITAS BOAS HISTÓRIAS

Começamos mais um ano com o coração cheio de gratidão e expectativa. O ano que se despediu foi intenso, marcado por encontros memoráveis, celebrações cheias de significado, eventos que movimentaram a cidade e registros que contam, em imagens e palavras, a força da nossa vida social, cultural e institucional. Cada festa, cada solenidade, cada reunião de afetos e propósitos reforçou o quanto é valioso estar presente, compartilhar e registrar histórias.

Foi um período de muito trabalho, mas também de enorme satisfação. A coluna teve o privilégio de acompanhar momentos importantes, revelar bastidores, valorizar pessoas, iniciativas e trajetórias que fazem a diferença no nosso cotidiano. Nada disso teria sentido sem você, leitor, que acompanha, prestigia e confia neste espaço como um ponto de encontro.

Olhamos agora para 2026 com otimismo renovado. Que seja um ano de boas notícias, de grandes e pequenos momentos que mereçam ser celebrados, de encontros leves, projetos bem-sucedidos e histórias inspiradoras. Que não faltem motivos para brindar, registrar e compartilhar.

A você, nosso leitor, o desejo sincero de um ano de saúde, prosperidade, paz e muitas conquistas. Que 2026 chegue generoso, vibrante e cheio de boas surpresas. Seguimos juntos.



Prefeito Paulinho Freire com a primeira-dama Nina Souza recebendo 2026



Em Pirangi celebrando o Ano Novo, Guga, Fernando, Conceição e Manu Vila



Zoraide e Jones Souto, em pose com a filha Amanda, o genro Eduardo Correia e a neta Sofia



Correia Júnior e Isabelle, com os filhos Eduardo, Thiago e Correia Neto



Celebrando a chegada de 2026 em Pirangi, o casal Mário e Odete Lopes



Débora Cunha e Edmundo Júnior, com os filhos Melissa, Carol e Pedro



No Réveillon do late Clube, Rodrigo Rafael, com Danielle Araújo e Otávio Augusto



No mar de Cotovelo o ex-vereador Raniere Barbosa com Karla Veruska

PARABÉNS



Aninha Monteiro



Deyvisson Pereira



Matheus Querino



Luciano Rocha



TOQUE DE LETRA

Diego Breno
jornalistaesportivodb@gmail.com

NOVO ANO, VELHAS EXPECTATIVAS

Olá, pessoal! Antes de mais nada, desejo a todos um excelente ano, com muita saúde e paz. Já para os nossos clubes, mais especificamente ABC e América, sabemos que a paz dependerá muito de seus desempenhos. Do lado americano, desde quando a SAF chegou, promessas e promessas foram feitas e aquilo que a torcida achava que seria acabou numa enorme decepção. Do lado abecedista, desde o duelo contra o Grêmio na Copa do Brasil de 2023 que as coisas desandaram. Com a mudança da presidência, a alta expectativa de coisas boas se tornou um caos. Para 2026, as velhas novas expectativas voltaram. A pergunta que fica é: será que o torcedor tá preparado para mais um ano?

ESTADUAL 2026

No próximo final de semana, a bola rolará pelo Campeonato Potiguar. Inegável que tanto ABC quanto América são e serão os grandes favoritos. O América tem a chance de conquistar o título pela quarta vez seguida e, claro, vai a todo custo atrás da taça. No entanto, se for para apontar um campeão, eu apostaria no alvinegro por alguns fatores. Entre eles, uma resposta gigante que deve à sua torcida pelas últimas temporadas. Com uma reformulação considerada, um treinador que tem experiência em remontagem, o Estadual nunca foi tão prioridade como este ano. E para vocês, quem será o campeão?

AMISTOSOS

Com o Estadual batendo na porta, algumas equipes realizaram os últimos amistosos visando a competição. O Potiguar de Mossoró, por exemplo, jogou ontem contra o Sousa lá na Paraíba e acabou perdendo por 1x0. Também na Paraíba, o Santa Cruz foi derrotado pelo Botafogo por 3x1. O América acabou empatando com o Campinense em 1x1. O único que venceu foi o Potiguar Seriodense por 1x0. A partir de sábado (10), acabou a brincadeira!

RN NA COPINHA

Mais uma edição da Copa São Paulo rolando e o RN poderia ter saído melhor na primeira rodada. O América encarou o Goiás e acabou perdendo por 3x1. Uma partida que o alvirrubro tentou mais se segurar do que jogar. Resultado que obriga o América vencer o Tanabi amanhã. Outro que poderia ter jogado melhor foi o QFC, que saiu com o empate diante do Audax por 1x1. O próximo confronto da Águia será quarta (07) diante do Atlético-MG. Jogo difícil, mas que, se quiser se classificar, tem que arrancar pontos do Galo.

EM PREPARAÇÃO

Já pensando nas competições que vão começar em março e abril, o União anunciou, através de suas redes sociais, as renovações de algumas atletas. Entre elas, a artilheira Priscilla, a atacante Aninha, a meia Gabi Barrozo, além de Duda, Raquel e Mylla. Outros nomes ainda estão em conversa para a renovação – inclusive Tânia Maranhão - e outros já se despediram, com a volante Paty. Por ter sido campeã estadual, o União vai disputar o Brasileirão A3 e a Copa do Brasil.

SERÁ QUE AGORA VAI?

Ainda em busca de sua primeira vitória, o vôlei do América vai até Santa Catarina, onde enfrenta a equipe da APAN para tentar sair da penúltima colocação na Superliga B. O jogo é válido pela quinta rodada e acontecerá na quinta-feira (08), às 19h, no ginásio Galeão. Quem quiser acompanhar a partida, basta se ligar nos canais da CBV no YouTube.

ENORME FEITO

Para encerrar a primeira coluna de 2026, quero destacar duas coisas. A primeira para a equipe da Ferroviária, que anunciou a construção de um CT dedicado ao Futebol Feminino. A segunda coisa é pelo fato da treinadora, Nívea de Lima, ter feito história ao se tornar a primeira mulher a vencer com uma equipe masculina na Copa São Paulo de Futebol Jr. Vale ressaltar que ela já tinha feito história ao se tornar auxiliar técnica do time em 2024 e, agora, consegue esse feito. Bom demais ver cada vez mais as mulheres e o futebol se aglutinando. Com esta, eu vou ficando por aqui desejando uma ótima semana e cuidem-se bem! Abraços!



Mudança impactará peso das competições e forma como os clubes acumulam pontos ao longo da temporada

Ranking da CBF redesenha cenário de ABC, América e do futebol potiguar para 2026

LEVANTAMENTO NACIONAL DEFINE PESO ESPORTIVO DOS CLUBES E INFLUENCIA VAGAS EM COMPETIÇÕES COMO COPA DO BRASIL, SÉRIE D E COPA DO NORDESTE

A Confederação Brasileira de Futebol (CBF) divulgou os Rankings Nacionais de Clubes (RNC) e de Federações (RNF), que servirão como base técnica para a organização das competições da temporada 2026. Os dados funcionam como um retrato do desempenho esportivo dos últimos cinco anos e influenciam diretamente a distribuição de vagas em torneios nacionais e regionais.

No Ranking Nacional de Clubes, o Flamengo aparece na liderança pelo sexto ano seguido, impulsionado pelo título do Campeonato Brasileiro da Série A. O clube soma 16.314 pontos. O Corinthians, campeão da Copa do Brasil, subiu para a segunda posição, com 14.930 pontos, seguido por Palmeiras, Atlético-MG e São Paulo, que completam o top 5 do futebol brasileiro.

Entre os representantes do RN, o ABC segue como o clube mais bem colocado no ranking nacional. O alvinegro aparece na 46ª posição, com 3.008 pontos, resultado das participações recentes em competições nacionais.

O América ocupa a 62ª coloca-

ção, com 1.818 pontos. A diferença entre os dois clubes reflete o peso da presença em divisões mais altas do Campeonato Brasileiro e o desempenho acumulado ao longo do período analisado pela CBF.

O Ranking Nacional de Clubes

considera a participação nas Séries A, B, C e D do Brasileiro, além da Copa do Brasil, sempre levando em conta os resultados obtidos nas últimas cinco temporadas, conforme a convenção de pontuação da entidade.

Federação do RN mantém posição intermediária

Além do ranking dos clubes, a CBF também divulgou o Ranking Nacional das Federações, que mede o desempenho conjunto dos clubes de cada estado nas competições nacionais.

Nesse levantamento, a Federação Paulista de Futebol lidera com ampla vantagem, somando 93.528 pontos. Na sequência aparecem

as federações do Rio de Janeiro, Minas Gerais, Rio Grande do Sul e Paraná, que concentram grande parte da elite do futebol brasileiro.

A Federação Norte-rio-grandense de Futebol (FNF) aparece na 15ª posição, com 6.131 pontos, mantendo o Rio Grande do Norte em uma faixa intermediária no cenário nacional.

Mudanças no ranking a partir de 2026

A CBF também confirmou que o sistema de pontuação do Ranking Nacional de Clubes passará por ajustes a partir de 2026. A alteração ocorre devido à ampliação da Copa do Brasil, que

terá o número de participantes elevado de 92 para 126 equipes. A mudança deve impactar o peso das competições e a forma como os clubes acumulam pontos ao longo da temporada.

Vai viajar ou descansar? 2026 traz calendário perfeito para feriados

SETE FERIADOS EM SEGUNDAS OU SEXTAS-FEIRAS, SOMADOS AO CALENDÁRIO ESTADUAL, COLOCAM 2026 ENTRE OS ANOS MAIS FAVORÁVEIS PARA EMENDER FOLGAS, PLANEJAR VIAGENS OU DESCANSAR NO RIO GRANDE DO NORTE SEM PREJUÍZO AO TRABALHO.

O calendário de 2026 chega com um atrativo difícil de ignorar: sete feriados nacionais cairão em segundas ou sextas-feiras, abrindo espaço para feriados sem a necessidade de faltar ao trabalho. A configuração, oficializada pelo governo federal, coloca o próximo ano entre os mais vantajosos dos últimos tempos para quem pretende planejar viagens, descanso ou compromissos pessoais com antecedência.

Ao todo, serão nove feriados nacionais, sendo oito em dias úteis. Entre eles estão o Dia do Trabalho, celebrado em uma sexta-feira, e o Dia da Independência do Brasil, que cairá em uma segunda-feira. O encaixe favorece tanto trabalhadores quanto empresas, que conseguem organizar escalas, prazos e atividades com mais previsibilidade ao longo do ano.

Além dos feriados que já caem próximos ao fim de semana, outras datas podem ser transformadas em folgas prolongadas com apenas um dia extra de emenda. O feriado de Tiradentes, marcado para uma terça-feira, é um exemplo claro. Com planejamento, até nove feriados nacionais poderão ser emendados em 2026.

Pontos facultativos ampliam as possibilidades de emenda



Com feriados bem distribuídos, 2026 é mais favorável para quem quer planejar viagens e descanso com antecedência

O cenário fica ainda mais favorável quando entram na conta os pontos facultativos, que ampliam as oportunidades de descanso, especialmente no serviço público. O Carnaval segue como um dos principais períodos de folga prolongada, normalmente concentrando a segunda e a terça-feira, além de parte da Quarta-

-feira de Cinzas. O mesmo ocorre com o Corpus Christi, que tradicionalmente permite emendas.

No Rio Grande do Norte, essas possibilidades são reforçadas pelo decreto do Governo do Estado que estabelece os feriados e pontos facultativos de 2026 para a administração pública estadual. O calendário oficial

reúne datas nacionais, o feriado estadual dos Santos Mártires de Cunhaú e Uruaçu, celebrado em 3 de outubro, além de alguns feriados municipais e pontos facultativos tradicionais.

Entre os períodos previstos estão Carnaval, Semana Santa, Corpus Christi e o recesso de fim de ano, datas que costumam im-

pactar diretamente o expediente nas repartições públicas. O decreto, no entanto, vale exclusivamente para órgãos e entidades do Governo do RN. O funcionamento do setor privado e das prefeituras segue regras próprias, e serviços essenciais, como saúde e segurança pública, devem operar normalmente, com escalas específicas.

CALENDÁRIO DOS FERIADOS PROLONGADOS NO RN EM 2026

JANEIRO

- 5 de janeiro (segunda-feira) – Ponto facultativo (apenas em Natal)
- 6 de janeiro (terça-feira) – Dia de Reis (feriado municipal em Natal)
- Possibilidade de folga prolongada na capital

FEVEREIRO – Carnaval

- 16 de fevereiro (segunda-feira) – Carnaval (ponto facultativo)
- 17 de fevereiro (terça-feira) – Carnaval (ponto facultativo)
- 18 de fevereiro (quarta-feira) – Quarta-feira de Cinzas (ponto facultativo até 14h)
- Feriadão tradicional de até quatro dias, especialmente no serviço público

ABRIL – Semana Santa e Tiradentes

- 2 de abril (quinta-feira) – Ponto facultativo
- 3 de abril (sexta-feira) – Paixão de Cristo (feriado nacional)
- Feriadão prolongado da Semana Santa

- 20 de abril (segunda-feira) – Ponto facultativo
- 21 de abril (terça-feira) – Tiradentes (feriado nacional)
- Emenda possível com apenas um dia extra

MAIO

- 1º de maio (sexta-feira) – Dia Mundial do Trabalho (feriado nacional)
- Feriadão garantido de três dias

JUNHO – Corpus Christi

- 4 de junho (quinta-feira) – Corpus Christi (ponto facultativo)
- 5 de junho (sexta-feira) – Ponto facultativo
- Feriadão prolongado no serviço público estadual

SETEMBRO

- 7 de setembro (segunda-feira) – Independência do Brasil (feriado nacional)
- Feriadão garantido de três dias

OUTUBRO

- 3 de outubro (sábado) – Santos Mártires de Cunhaú e Uruaçu (feriado estadual)
- Cai no fim de semana, sem possibilidade de emenda

DEZEMBRO

- 12 de outubro (segunda-feira) – Nossa Senhora Aparecida (feriado nacional)
- Feriadão garantido
- 30 de outubro (sexta-feira) – Dia do Servidor Público (ponto facultativo)
- Fim de semana prolongado para servidores estaduais

NOVEMBRO

- 2 de novembro (segunda-feira) – Finados (feriado nacional)
- Feriadão garantido
- 15 de novembro (domingo) – Proclamação da República (feriado nacional)
- Sem impacto para feriadão
- 20 de novembro (sexta-feira) – Dia Nacional de Zumbi e da Consciência Negra (feriado nacional)

DEZEMBRO

- Feriadão garantido
- 21 de novembro (sábado) – Padroeira de Natal (feriado municipal)
- Relevante apenas na capital

- Feriadão de Natal
- 24 de dezembro (quinta-feira) – Véspera de Natal (ponto facultativo após 13h)
- 25 de dezembro (sexta-feira) – Natal (feriado nacional)

- Feriadão de Natal
- 31 de dezembro (quinta-feira) – Véspera de Ano Novo (ponto facultativo após 13h)
- Possibilidade de emenda para o Réveillon de 2027

IMPORTANTE SABER

O calendário de pontos facultativos vale exclusivamente para a administração pública estadual do RN. Prefeituras e o setor privado seguem regras próprias. Serviços essenciais, como saúde e segurança pública, funcionam normalmente durante feriados e pontos facultativos, com escalas específicas.