

Maio Amarelo e a Urgência de Desacelerar: Segurança no Trânsito Urbano em Foco

O trânsito urbano, complexo e dinâmico, é palco diário de milhões de deslocamentos, mas também de tragédias evitáveis. A convivência entre motoristas, motociclistas, ciclistas e pedestres exige não apenas regras, mas uma verdadeira cultura de respeito e responsabilidade. Nesse cenário, o Movimento Maio Amarelo se consolidou como uma mobilização global essencial para a conscientização sobre a segurança no trânsito. Desde sua criação, o movimento vem promovendo campanhas com temas anuais que refletem preocupações emergentes, sempre buscando provocar uma mudança de comportamento.

O tema de 2025, “Desacelere”, reforça a necessidade urgente de reduzir a velocidade — não apenas dos veículos, mas do modo como vivemos e nos deslocamos nas cidades. Ao conectar-se com os temas históricos do movimento, essa nova abordagem amplia o debate para uma transformação mais profunda da mobilidade urbana. Este artigo analisa a trajetória e relevância do Maio Amarelo, discute os impactos da velocidade no trânsito urbano, apresenta dados alarmantes de sinistros e mortes e, por fim, reflete sobre o potencial transformador da campanha atual.

O professor Carlos Félix, membro da diretoria da Apusm e especialista em mobilidade urbana, destacou alguns pontos que são importantes, não apenas em maio, mas no ano todo, para a manutenção da segurança no trânsito. Ele falou sobre como surgiu esse movimento.

“O Movimento Maio Amarelo foi lançado oficialmente em 2014, inspirado na iniciativa da Organização das Nações Unidas (ONU) que proclamou a Década de Ação pela Segurança no Trânsito (2011–2020). A cor amarela foi escolhida por simbolizar atenção e advertência, tal como nos sinais de trânsito. O mês de maio se tornou referência por abrigar, em 11 de maio de 2011, a assinatura da resolução da ONU que convocava os países-membros a intensificarem ações para a segurança viária.

O principal objetivo do movimento é mobilizar a sociedade civil, governos e empresas para a redução de acidentes e mortes no trânsito. Em vez de apontar culpados, o Maio Amarelo propõe uma abordagem colaborativa e educativa, com



Professor Carlos Félix, diretor da Apusm e especialista em mobilidade urbana

campanhas que buscam provocar reflexão e mudança de atitudes. A cada ano, um tema é escolhido para direcionar as ações e reforçar aspectos específicos da cultura de segurança no trânsito.”

Os números apontados pelo professor nos alertam para o problema:

“Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), mais de 1,3 milhão de pessoas morrem anualmente em acidentes de trânsito no mundo. No Brasil, segundo o Registro Nacional de Acidentes e Estatísticas de Trânsito (RENAEST), foram registradas cerca de 32 mil mortes por sinistros de trânsito em 2023. Nas áreas urbanas, onde circulam veículos leves, motocicletas, bicicletas e pedestres em grande densidade, os riscos se potencializam.

A urbanização acelerada e a priorização histórica do automóvel particular geraram congestionamentos, poluição e perda de qualidade de vida. Nesse contexto, o trânsito não é apenas um meio de deslocamento, mas um espaço de disputas e, muitas vezes, de violência. A velocidade excessiva, a imprudência e a distração são apontadas como causas principais dos sinistros, mas também refletem um modo de vida cada vez mais acelerado, em que a pressa se so-

brepõe à segurança.”

A cada ano, o Maio Amarelo fortalece sua atuação como movimento de mobilização e transformação social. Sua abordagem integradora, que valoriza a empatia e a responsabilidade compartilhada, tem contribuído para mudar mentalidades e inspirar novas

práticas. O tema “Desacelere”, em 2025, sinaliza um amadurecimento do movimento: a segurança no trânsito não é apenas uma questão de legislação e infraestrutura, mas de cultura e valores. Desacelerar é um ato de cuidado, que reconecta as pessoas à sua cidade, ao tempo e à vida.

O professor Carlos Félix conclui com a sua visão sobre o tema:

“Em síntese, a convergência entre a engenharia bem aplicada, a educação permanente para o trânsito e o esforço legal eficaz formam o alicerce técnico e institucional da segurança viária. No entanto, é no comportamento seguro e responsável de cada pessoa — condutor, passageiro ou pedestre — que esses pilares encontram sua verdadeira essência transformadora. Quando esses elementos caminham juntos, os resultados vão muito além da redução de acidentes: promovem mobilidade mais humana, cidades mais sustentáveis e a elevação da qualidade de vida.

Trânsito seguro não é apenas uma meta estatística ou técnica, é um pacto civilizatório. E como toda grande conquista social, ele depende de escolhas cotidianas, conscientes e coletivas. Ao compreendermos isso, tornamo-nos não apenas usuários das vias, mas protagonistas de um futuro mais seguro, mais justo e mais digno para todos.”



Nova professora de Ritmos: Manu Christo

Novo Professor de Padel: Pablo Lopes

Novo Projeto: Francês pela Canção

Academia da Apusm tem novidade no horário de funcionamento e atualiza regramentos

Desde a última semana de maio, a academia da Apusm passou a contar com novos regramentos e com novidade no horário de funcionamento aos sábados. Conforme o coordenador da academia, Rochester Soares de Lima Filho, as mudanças tem como objetivo principal proporcionar para que cada vez mais sócios da Apusm tenham acesso às mais diversas oportunidades que a academia oferece.

Sobre a novidade aos sábados, Rochester destaca que desde o dia 24 de maio, passou a valer o novo horário de funcionamento da academia: das 8h às 18h. O coordenador destaca que são dez horas ininterruptas de funcionamento, sem fechar ao meio-dia. Nos dias de semana, segue valendo o horário normal: 6h às 22h.

- A ideia geral é contemplar o pessoal que quer fazer mais cedo no sábado a sua atividade física e aproveitar o dia. E também, aqueles



que já tem o hábito de se exercitar um pouco mais tarde – destacou Rochester.

Os novos regramentos das modalidades de coletivas (pilates solo, yoga, alongamento, ritmos e dança de salão) também já estão valendo. Essas atividades também são gratuitas para os sócios. A mudança visa dar a oportunidade para que sócios que ainda não usufruíram dessas modalidades tam-

bém possam participar.

- Queremos que esse fluxo das listas de espera circule mais, que mais pessoas participem. Então, o associado que está em uma das turmas pode ter apenas uma falta mensal, na segunda falta, ele vai pro final da lista de espera para que outra pessoa tenha acesso – completou Rochester.

Além disso, o associado não poderá mais participar como aluno extra, apenas se for componente da turma de fato. Outra regra que passa a valer é de que o associado somente poderá trocar o seu dia de semana em cada modalidade, não podendo participar de duas turmas concomitantemente.

Sobre o futuro da academia, Rochester destaca que estão em processo de finalização as obras do subsolo 1, com prazo de conclusão no segundo semestre desse ano, o que trará algumas mudanças. Parte das modalidades de coletivas irão para o novo espaço, permitindo a expansão de outras áreas da academia. Com isso, a

aquisição de novos equipamentos e o desenvolvimento de novas atividades estão sendo avaliadas pela equipe.

Também como novidade, recentemente foram instaladas seis TVs na academia. As televisões acabam funcionando como aliadas principalmente nos treinos aeróbicos, dando a sensação de que o tempo passa mais rápido.

Atualmente, a academia da Apusm conta com uma faixa entre 700 e 900 usuários mensais, variando conforme a época do ano.



Rochester Filho é o coordenador da academia da Apusm

Apusm apresenta a nova professora de Ritmos: **Manu Christo**

A academia da Apusm passou a contar, a partir deste mês, com mais uma profissional. É a professora de ritmos, Emanuele Christo, mais conhecida como Prof. Manu, que chega para reforçar o quadro de profissionais. As aulas começaram no dia 19 deste mês.

Emanuele, formada em Educação Física pela Universidade Federal de Santa Maria (UFSM) em 2008, traz uma bagagem de muitas experiências profissionais. Além de ministrar aulas de diversos estilos, como jump, kangoo, bike, ritmos, a Prof. Manu tem experiências com preparação física no futebol. A professora relata, inclusive, que trabalhou por um tempo com as equipes femininas de futebol do Internacional de Porto Alegre, e possui no currículo o Curso de Preparação Física da Confederação Brasileira de Futebol (CBF).

Para a Apusm, a Prof. Manu traz o Hit Dance, modalidade que combina coreografias com músicas atuais, focando na queima de calorias e melhoria do condicionamento físico de forma divertida e dinâmica. Geralmente, são aulas com alta intensidade, que utilizam exercícios cardiovasculares e movimentos de dança.

Segundo ela, as atividades são pensadas e adaptadas conforme a fai-

xa etária da turma.

“São mulheres, e homens também, das mais variadas idades. Vai da faixa dos 40 anos até os 80. Não tem desculpa para não se exercitar”, ressalta Prof. Manu.

A professora também destaca que as aulas são bastante intensas. Conforme ela, a escolha da música e a formatação da aula faz toda a diferença.

“Para alcançarmos o objetivo final, o segredo é a escolha da música e os movimentos. As músicas tem que ser as que estão na boca do povo, pra cantar mesmo e nem perceber que está fazendo um exercício forte, como o sprint, por exemplo, que é uma corrida intensa no mesmo lugar”, completou a professora.

As aulas acontecem às segundas, quartas e sextas, às 10 horas da manhã. As turmas já estão lotadas, inclusive com lista de espera.

Sobre as primeiras semanas, Prof. Manu destaca que estão sendo sensacionais. A receptividade das alunas e da equipe a deixou muito contente.

“É muito bacana chegar ao final da aula e as alunas comemorarem que suaram bastante e nem perceberam, que foi de uma forma natural. Eu sempre digo para todo mundo: tem que sair da aula melhor do entrou. Esse é o grande objetivo”, comemorou ela.



Emanuele Christo é a nova professora de Ritmos da academia da Apusm

“Viver bem com Parkinson que você tem” é o tema do próximo Conexão60

O próximo encontro do Workshop Conexão60 já tem data, local e horário marcados! Será no dia 2 de junho, das 18h às 20h, no Auditório da APUSM (andar S1 do prédio principal). A temática desta edição é: “Viva bem com o Parkinson que você tem: o relato de uma pessoa com Parkinson”.

A palestra será mediada por Benonio Terra Villalba e Marlene Gomes Terra. Benonio falará da sua vivência em decorrência da Doença de Parkinson; e, Marlene trará seu relato de experiência como cuidadora familiar, esposa. Segundo Marlene, o sentimento foi de muita alegria com o convite do Psicólogo Caio Cesar Gomes, que coordena o projeto.

O casal que falará sobre suas experiências com o Parkinson atuou por muitos anos na área da saúde. Benonio é médico aposentado desde 2016 do Hospital



Benonio Terra Villalba e Marlene Gomes Terra serão os palestrantes da próxima edição

Universitário de Santa Maria e Marlene foi enfermeira docente do Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Maria, também aposentada desde 2018.

A dupla está na expectativa de contribuir com os associados trazendo o relato de sua relação com o Parkinson:

- Desejamos compartilhar a nossa experiência para que as pessoas compreendam que ter um diagnóstico não a define como pessoa. Quanto mais as pessoas compreenderem o que é a Doença de Parkinson, mais saberão quais estratégias utilizar para melhorar sua qualidade de vida. – completou Marlene.

As inscrições podem ser feitas através do WhatsApp: (55) 3221-4856, com o setor de Comunicação (opção 3).

O evento é exclusivo e gratuito para Associados Apusm. A Associação conta com a sua presença!

Associada da Apusm recebe honraria do Ministério das Relações Exteriores

A associada Ana Cláudia Oliveira Pavão recebeu, no dia 27 de maio, a condecoração no grau de comendador, oferecida pelo Conselho da Ordem de Rio Branco, ligado ao Ministério das Relações Exteriores do Governo Brasileiro.

O título é a maior honraria concedida pelo Ministério das Relações Exteriores a pessoas físicas e jurídicas, nacionais ou estrangeiras, com destacados serviços prestados ao país. Além de agradecer diplomatas nacionais e estrangeiros, a Ordem de Rio Branco presta homenagem a personalidades que projetam o Brasil no plano internacional.

Ana Cláudia coordena um projeto que objetiva implementar, fortalecer e desenvolver ações que promovam a educação inclusiva nos países de língua portuguesa no continente africano. O projeto é desenvolvido desde 2008 em Cabo Verde e Angola.

A associada destaca que apesar de o prêmio ter sido concedido a ela, o projeto é feito a muitas mãos.

“Quero dizer que este prêmio, hon-



raria, é para e de todos nós! Eu recebo, mas divido com todos, pois é esse trabalho coletivo, esse esforço de todos, que traz esse reconhecimento. Assim, agradeço, mais uma vez, a cada um por fazer parte dos projetos de cooperação, que colocam a UFSM em destaque nos cenários nacional e internacional.”, completou Ana Cláudia.

Apusm apresenta novo professor de padel: Pablo Lopes

A partir dessa semana, a Apusm passa a contar com um novo professor de padel para os associados. Pablo Mendes Lopes ministrará aulas às segundas e quartas, das 8h às 12h. A reserva de horários pode ser feita pelo aplicativo da Apusm.

Pablo Mendes Lopes é instrutor de Padel desde 2021 e atua como fisioterapeuta na área da Traumatologia e Ortopedia. Com experiência em jogo, oferece aulas personalizadas para todos os níveis.

Foi atleta da Seleção Brasileira de Padel de Base (2014 - 2019), disputando três mundiais e três pan-americanos representando o Brasil.

Principais títulos como atleta:

Vice-campeão no pan-americano de 2014, sediado na Cidade do México, 3º lugar no pan-americano de 2016, sediado em Buenos Aires. Dupla número 1 do Brasil da categoria sub -16 e 18, de 2016 a 2019.

O professor Pablo destaca que está muito alegre com o novo desafio.

- Gostaria de agradecer a oportuni-

dade de ingressar nesta associação, me sinto lisonjeado em fazer parte do time. Estou ansioso e com grande expectativa para passar adiante meu conhecimento sobre Padel aos associados. Ministrarei aulas nas segundas e quartas das 8 às 12 horas. Convido a todos para conhecerem o meu trabalho, será um grande prazer! – completou Pablo.

A Apusm conta com três quadras de padel para uso dos associados. Inaugurado em agosto de 2023, o espaço conta também com banheiros amplos, vestiário, chuveiros e arquibancadas. Uma estrutura completa para receber os associados e praticantes do esporte. O horário de funcionamento das quadras é de segunda à sexta, das 8h às 21h30min e aos sábados, das 09h30 às 12h30 e das 14h às 18h30. Para os associados, o valor de locação das quadras é de R\$ 60, por uma hora e meia. O custo aumenta caso até dois convidados utilizem o espaço. É necessária a participação de, no mínimo, dois associados para a locação do espaço.



Apusm lança novo projeto: Francês pela Canção



A primeira edição do Projeto “Francês pela Canção” foi realizada no dia 22 de maio. A atividade é uma proposta da Professora Gladys Ramos. As próximas edições já estão sendo programadas. A ideia é manter pelo menos um encontro mensal.

Aos 83 anos, a professora Gladys carrega uma vida dedicada ao ensino e à paixão pela cultura francesa. Natural de Santa Maria, nascida em 1942, ela

teve sua trajetória profissional marcada pela educação — um caminho inicialmente traçado pelo desejo da mãe, que sonhava vê-la professora.

Foi ainda no ginásio que Gladys descobriu o fascínio pela língua francesa. Um relato de um primo despertou sua curiosidade por outros idiomas e culturas. Não demorou para que, na segunda série do ginásio, ela iniciasse os estudos de francês na

Aliança Francesa de Santa Maria.

Graduou-se em Letras pela FIC, hoje Universidade Franciscana (UFN), e começou a dar aulas ainda como estudante, na Escola Industrial Hugo Taylor. Em seguida, lecionou no Colégio Manoel Ribas, o tradicional Maneco. Em 1967, integrou o corpo docente da Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), no recém-criado curso de Letras - Português/Francês, onde atuou até 1987.

Sua primeira viagem à França foi em 1972, por meio de uma bolsa oferecida pela Aliança Francesa — uma oportunidade que fortaleceu ainda mais seu vínculo com a cultura que tanto admira.

Conforme a professora Gladys, o objetivo do projeto é recreativo, utilizando a canção francesa para apresentar a cultura da França aos participantes.

“A música é uma linguagem universal. Facilita o entendimento”, completou a professora.

A música escolhida para essa primeira edição foi “Ça va pas changer le monde”, de Joe Dassin. A canção foi lançada no ano de 1975 e foi um dos maiores sucessos dos anos 80 na França.

A letra fala sobre uma separação

Ça va pas changer le monde

Canção de Joe Dassin - 1975

C'est drôle, tu es partie
Et pourtant tu es encore
ici
Puisque tout me parle
de toi
Un parfum de femme,
l'écho de ta voix
Ton adieu, je n'y crois pas
du tout
C'est un au revoir,
presqu'un rendez-vous
Ça va pas changer le
monde
Il a trop tourné sans nous
Il pleuvra toujours sur
Londres
Ça va rien changer du tout
Qu'est-ce que ça peut bien
lui faire
Une porte qui s'est
renfermée
On s'est aimés, n'en
parlons plus
Et la vie continue
Ça va pas changer le
monde
Que tu changes de maison
Il va continuer, le monde
Et il aura bien raison
Les poussières d'une étoile

C'est ça qui fait briller la
voie lactée
On s'est aimés, n'en
parlons plus
Et la vie continue
Ça va pas changer le
monde
Ça va pas le déranger
Il est comme avant, le
monde
C'est toi seule qui as
changé
Moi, je suis restée la
même
Celui qui croyait que tu
l'aimais
C'était pas vrai, n'en
parlons plus
Et la vie continue
Moi, je suis resté le même
Celui qui croyait que tu
l'aimais
C'était pas vrai, n'en
parlons plus
Et la vie continue
C'était pas vrai, n'en
parlons plus
Et la vie continue

amorosa e a resiliência do mundo diante das mudanças pessoais. O refrão enfatiza que a separação não terá um impacto significativo no mundo. O mundo continuará girando, Londres continuará chuvosa, e a vida seguirá seu curso natural. E encerra com a frase: a vida continua.

A professora Gladys destaca que todos os associados são bem-vindos, desde os que já tiveram contato com a cultura e com língua francesa até quem nunca teve nenhuma experiência, mas tem curiosidade sobre o tema.

Qual a sua dica para que o namoro seja “para sempre”?

O Dia dos Namorados está chegando... e nada melhor do que celebrar o amor com boas reflexões sobre os relacionamentos

duradouros. Por isso, perguntamos aos associados da Apusm: qual a sua dica para que o namoro seja “para sempre”?

A principal coisa é o diálogo e a comunicação. Sempre procurar fazer coisas que saiam da rotina, para que a paixão não se apague.”

Manuela Nunes Pereira
23 anos
estudante



Uma fórmula mágica eu acho que não existe. Mas acredito que o respeito e a cumplicidade sejam as bases de um namoro para sempre.”

Cristiano Sasse dos Santos
39 anos
técnico em tecnologia da informação



Acho que cada pessoa é de um jeito. Temos que ter compreensão, cumplicidade, respeito, solidariedade e amizade acima de tudo. Esses são os pilares de toda relação.”

Marlon Viana
51 anos
artista visual e arteterapeuta



Pequenos gestos do dia a dia são fundamentais para a manutenção de uma relação, como higienizar o equipamento da esposa na academia, por exemplo. Além disso, o respeito, o amor, o companheirismo. Tudo isso é fundamental.”

Ubirajara Russi Nunes
61 anos
professor universitário



A minha dica principal é ter paciência, bom humor e parceria. O bom relacionamento é baseado nesses pilares!”

Lázaro Schiar
55 anos
engenheiro



A minha dica é bem simples: ter muita paciência e persistência no relacionamento. Só assim a gente chega lá.”

Priscila da Costa Soares
40 anos
psicóloga



Fidelidade, cumplicidade, amor, renúncia, companheirismo. Acredito que essas palavras sejam a base de uma relação saudável.”

Silvia Cristina Paslauski Nunes
59 anos
professora



Muito companheirismo, paciência e principalmente entender o lado do próximo. Só assim a gente mantém a relação saudável ao longo do tempo.”

Ederson Bortoluzzi
35 anos
auditor fiscal

