

## Miscelânea

### Curiosidades

Como parar de soluçar Uma crise de soluços é algo bem desagradável, principalmente quando se está em meio ao trabalho e não há nada que interrompa esse espasmo repetido. Talvez, em virtude disso é que existem as crenças populares. Acompanhe algumas das simpatias mais usadas para interromper esta incômoda tarefa de nosso corpo: Objeto na testa: Você coloca um pedaço de linha enrolado no centro da testa da pessoa que está soluçando. Ela vai parar de soluçar? Pode até ser que sim, se a fé falar mais alto! Não há nenhum embasamento científico relacionado ao ato de fixar algo na testa como sendo um procedimento eficaz no sentido de eliminar o soluço.

Prender a respiração: Você prende a respiração até quando suportar e desta forma, seus soluços terão fim. Resultado: Momentaneamente você fica com uma enorme falta de ar e seus soluços continuam insistentes. É evidente que esta ação não passa de mais uma tentativa frustrada de solucionar o problema.

Tomar água: Uma das simpatias mais usadas. Esta pode ser realizada de infinitos modos, vejamos alguns: Tomar água flexionando o pescoço para baixo; falar "Maria" por três vezes, intercalando com um gole de água; tapar os ouvidos e tomar um copo de água sem parar, entre outras. Agora, a próxima notícia: Na maioria dos casos, não há simpatia que resolva o problema. Erguer os braços, levar um susto, tomar água de ponta-cabeça, etc., nada disso adianta quando o assunto é soluçar. Então, resta saber qual é a origem dos soluços. O soluço nada mais é do que uma resposta do organismo às contrações súbitas do diafragma (músculo localizado acima do estômago e responsável pela expansão de nossos pulmões mediante o ato de respirar). O soluço surge quando o diafragma, após se expandir, se contrai rapidamente. Esta ação força a entrada de ar dos pulmões e ao mesmo instante, a glote fecha. A glote é uma saliência que se encontra no alto da garganta, cuja função é produzir sons. O som característico dos soluços é resultado do fechamento repentino da glote e interrupção da entrada do ar. A boa notícia é que, a menos que você sofra de algum distúrbio (soluço permanente), seus soluços vão parar naturalmente, após alguns instantes. Portanto, não se apavore diante de uma crise de soluços, o melhor é relaxar e esperar.

### Humor

O sujeito era tão exagerado que dizia que seu are de terra era uma fazenda. Sua vaca deitada e o rabo sobrava para o quintal do vizinho. Uma manhã ele me falou que havia perdido uma vaca na noite anterior. Eu perguntei como foi que aconteceu e ele me respondeu: - Caiu uma goiaba na cabeça dela e a morte foi instantânea. Af eu perguntei: - Por que você não me chamou pra aproveitarmos a carne? E ele respondeu: - E o bicho da goiaba deixou?

Dois alentejanos andavam à caça no meio dos montes. De repente, avistam um jovem que fazia Asa Delta. Um dos alentejanos levanta a espingarda e dá um tiro e outro caçador pergunta: - Compadre, que pássaro era aquele? - Não sei compadre, mas que ele largou o homem que levava, largou.

### Mensagens

Avance sempre: Na vida as coisas às vezes, andam muito devagar. Mas é importante não parar. Mesmo um pequeno avanço na direção certa já é um progresso, é qualquer um pode fazer um pequeno progresso. Se você não conseguir fazer uma coisa grandiosa hoje, faça alguma coisa pequena. Pequenos riachos acabam convertendo-se em grandes rios. Continue andando e fazendo. O que parece fora de alcance esta manhã vai parecer um pouco mais próximo amanhã ao anoitecer se você continuar movendo-se para frente. A cada momento intenso e apaixonado que você dedica a seu objetivo, um pouquinho mais você se aproxima dele. Se você pára completamente é muito mais difícil começar tudo de novo. Então, continue andando e fazendo. Não desperdice a base que você já construiu. Existe alguma coisa que você pode fazer agora mesmo, hoje, neste exato instante. Pode não ser muito, mas vai mantê-lo no jogo. Vá rápido quando puder. Vá devagar quando for obrigado. Mas, seja lá o que for, continue. O importante é não parar!



**Tremembé Online**

www.tremembeonline.com.br

**O Jornal Eletrônico de Tremembé**

Muito + Conteúdo

TUDO SOBRE A ESTÂNCIA TURÍSTICA DE TREMEMBÉ E MUITO MAIS

Email: tremembeonline@tremembeonline.com.br



**FERCOM**

Comércio e Manutenção de Ferramentas Elétricas

Ass. Técnica:  
BOSCH - MAKITA - DEWALT - B&D

TELEFAX:  
(12) 3632.4310 / 3621.8354

Av. Desembargador, nº 292 - Centro - Taubaté - SP

Prefeitura Municipal de Redenção da Serra  
ESTADO DE SÃO PAULO

AV. XV DE NOVEMBRO, Nº 829 - CENTRO - CEP. 12.170-000 - FONE: (12) 3676-1346

EXTRATO DE CONTRATOS DOS MESES DE NOVEMBRO E DEZEMBRO DE 2010

Nº	Data	Objeto	Vigência	Interessado	Valor	Lotação
54	09/11/2010	PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE ARREBOLHAS	21/10/2010	BARCOZONES DOS REIS E SOUZA	2.942,50	
55	09/11/2010	AZ. DE REGISTRO PARA COBERTURA DA FÁB. DE CEMENTO E CIMENTO	31/10/2010	F.R.A. COBERTURA DE REGISTROS PARA CIMENTOS	22.091,27	Convite nº 31
56	13/11/2010	PO. DE TURBO E CAVALARIA DE CONCRETO	31/10/2010	SIFRI CONCRETA, BRASILEIRA DE CONCRETO	18.932,00	Convite nº 32
57	15/11/2010	PREST. SERVIÇO DE TRANSPORTE DE CASCAVO	31/10/2010	BENTO S MOEIRA TRANSPORTES LTDA ME	10.500,00	Convite nº 33
58	09/12/2010	TRAB. DE ENTUBAMENTO, MANUTENÇÃO E CONSERVAÇÃO DE ESTRADAS RURAIS	09/09/2011	ANTONIO FERREZ DOS SANTOS LTDA	30.000,00	Convite nº 34
59	19/12/2010	PAVIMENTAÇÃO DE PARTE DA BR-217	09/09/2011	CONSTRUTORA COSET "TERRAF" E PAVIMENTAÇÃO LTDA	100.967,72	Convite nº 35
60	20/12/2010	TRAB. DE ENTUBAMENTO DE CONCRETO PAVIMENTAÇÃO DE PARTE DA RUA 1, RUA 2, PARTE DA RUA 3, PARTE DA RUA 4 E PARTE DA AV. 11 DO LOTEAMENTO NO CALCAMENTO COM RECALQUES	30/12/2011	CONCREVALE IND. E COM. LTDA	318.921,15	Tomada de Preços nº 02/2009
61	30/12/2010	TRAB. DE CHAVE E BARRA EM RUA 16, RUA 17 DO LOTEAMENTO NO MUNICÍPIO DE REDENÇÃO DA SERRA	31/12/2011	CONCREVALE IND. E COM. LTDA	185.596,14	Tomada de Preços nº 01/2009
62	30/12/2010	TRAB. DE ADIBRIMENTOS - PERBURGAÇÃO DE POCAS ARTESIANAS	30/02/2011	TALBATE POCAS ARTESIANAS LTDA	15.442,00	Convite nº 06/2010

Redenção da Serra, 05 de janeiro de 2011.

Lidiane Graziela da Silva Santos  
Presidente da Comissão Municipal de Licitações

**EXPEDIENTE**

Editada por Editora Flor do Vale Jornalismo  
Comunicação e Promoção Ltda  
CNPJ nº 01.661.328/0001-43  
Rua dos Lírios, 1711 - Flor do Vale - Tremembé - SP  
Tel. (0xx12) 3672-2257 - Fax (0xx12) 3672-4831  
CEP: 12120-400 -  
E-mail: editoria@flordovale.com.br

Registro no INPI 817.777.90 -  
Impresso em 05/01/2011  
Diretor responsável pela publicação:  
Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860  
Diretora Comercial: Dolores Russo  
Edição: Espionagem e Imprensa: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital  
Representante em São Paulo  
REVEESP Representações Ltda.  
Alameda dos Juniper, 405  
Cj. 40 - São Paulo - CEP: 04088-001  
Filiado a ADJORN Associação dos Jornais do Interior  
Sistema de distribuição dirigida  
Materiais pagas ou autorizadas  
não representam necessariamente a opinião deste jornal.

Journal Regional

POSTOS DE DISTRIBUIÇÃO  
CACAIPURÁ: N.º 100 - Rua das Palmeiras, 100 - Centro - Cacaipurá - SP  
CASA BRANCA: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Branca - SP  
CASA VERDE: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Verde - SP  
CASA AMARELA: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Amarela - SP  
CASA AZUL: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Azul - SP  
CASA BRANCA: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Branca - SP  
CASA VERDE: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Verde - SP  
CASA AMARELA: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Amarela - SP  
CASA AZUL: Rua da Liberdade, 100 - Centro - Casa Azul - SP

## Rondoniense completa 18 anos de peregrinação

Fé, amor e paixão, Antônio Pereira, que mora em Porto Velho-RO, completa 18 anos de peregrinação até Aparecida do Norte. Ele saiu no dia 15 de janeiro de 1991 pela primeira. Nessa saída de 2010 ele saiu em 10 de janeiro e chegou sexta-feira, 17. Ele foi vítima de câncer na garganta. Andou por 527 cidades para chegar até Aparecida. Nasceu em Matão, interior de São Paulo. Aos 16 anos foi para Porto Velho, capital de Rondônia, junto com seus 15 irmãos. Lá se casou com Ilda Rodrigues Pereira, com quem teve os gêmeos José Carlos Pereira, hoje advogado, e Cristiane Pereira, professora. Após ouvir a constatação clínica, Antônio ainda sofreu um acidente. Ao buscar lenha no mato, por já não enxergar bem, foi atropelado por um trem. Ao voltar para Rio Branco, descobriu que teria que amputar a perna "Aí fui pedir a Nossa

Senhora, que se deixasse a minha perna e eu voltasse a enxergar, iria andar a pé pelo mundo por 18 anos, ajudando as pessoas pelo caminho, até Aparecida do Norte", exclamou. E o milagre aconteceu. O devoto de Nossa Senhora afirma não ter chegado a voltar para casa, começou a cumprir a promessa do hospital. O momento está gravado em sua memória. Após 18 anos de estrada andou cerca de 30 mil quilômetros a pé. Ele gastou 65 pares de tênis, 30 bonés e 25 mochilas. Chegou a passar pela Argentina, Bolívia, Paraguai, Cuiabá, Campo Grande, Paraná, Goiás, Minas Gerais e São Paulo. Por onde passou sua história ficou marcada, 515 entrevistas no rádio, 68 televisões, 1.200 em jornal, além de ter recebido ajuda de vários artistas de reconhecimento nacional. "Passei fome, passei frio. Olhava para o céu, aquele sol quente. Mas eu não

sinto mais dor. Só dói um pouquinho as costas por causa da pancada do trem". Perguntei a ele sobre saudade e me respondeu: "Está longe da família é o pior", sorri. E foi questionado sobre missão e respondeu sorrindo: "Missão não acaba nunca", exclama. E termina dizendo: "Eu sou o Romeiro que mais andou pelo mundo". E foi com bastante fé, amor e confiança que ele terminou sua promessa a Santa que foi achada nas águas do Rio Paraíba do Sul em 1717 por pescadores, que descoberta que era uma santa, fez um milagre a eles, enchendo a rede de peixes. Onde hoje está localizado o Porto Itaguaçu em Aparecida é o local que os pobres pescadores a acharam, que antes fazia parte da cidade de Guaratinguetá e logo depois venho fazer parte da cidade de Aparecida do Norte. (Colaboração: Marcos Castilho)

## O Programa Estratégia Saúde da Família é o maior aliado na batalha pela saúde da população

O ESF - Programa Estratégia Saúde da Família (antigo PSE), é um dos maiores aliados na batalha pela melhoria da saúde da população. O Programa é um modelo de atendimento assistencial, onde equipes de saúde com vários profissionais, entre médicos, enfermeiros, auxiliares de enfermagem, agentes comunitários de saúde e odontólogos atendem as famílias de uma área delimitada, incluindo o

atendimento no próprio domicílio, assim aproximam-se da comunidade. Esses profissionais prestam atendimento buscando a prevenção de doenças antes que elas aconteçam, realizando consultas, tratamentos, vacinação, pré-natal e outras atenções que visam à manutenção da saúde das famílias. Em Taubaté o Programa iniciou-se em meados de 2005 e hoje possui 15 equipes com

10 núcleos, sete na área urbana e três na rural, atingindo 10.782 famílias com atendimento a um total de 39.838 pessoas, isso representa 14,39% da população da cidade recebendo a c o m p a n h a m e n t o através do ESF. Esses números representam um avanço considerável no que tange a prevenção de doenças, trazendo melhor qualidade de vida a população da cidade.



**Chega de violência contra a criança!**



**Homêrgão** DISK LANCHE E PASTÉIS

Horário de Funcionamento De Segunda a Domingo a Partir das 18:00 hs. Temos Pastéis

**Os melhores lanches e pastéis da cidade**



**BRUNO LANCHES**

35 TIPOS DE LANCHES

**DISK LANCHE**  
(12) 9129 - 4998

ENTRANTE A ESCOLA PROF. EMANUEL GIANICO - CENTRO - TREMEMBÉ

**PREFEITURA MUNICIPAL DE REDENÇÃO DA SERRA**  
- Estado de São Paulo -  
GABINETE DO PREFEITO

**COMUNICADO**

A PREFEITURA MUNICIPAL DE REDENÇÃO DA SERRA, ente da Administração Pública direta, situada na AVENIDA XV de Novembro 829, Centro, COMUNICA que MARIA JOSÉ DE FARIA COSTA, ocupante do cargo de Servente, portador do RG 23.451.684-7, bem como CPF/MF nº. 109.731.268-25 e CTPS nº. 31207 Série 333, residente e domiciliada na, Avenida 7 de Setembro 202 - Centro, na Cidade de Redenção da Serra - SP, não comparece ao emprego desde dia 28 de novembro de 2010. Solicitamos o retorno ao emprego imediato após a publicação do presente. O não comparecimento caracterizará ABANDONO DE EMPREGO.

Redenção da Serra, 04 de janeiro de 2011.

MARIA GORETE DE LIMA  
Responsável RH

Av. XV de Novembro, 829 - Centro - CEP: 12.170-000 - Tel.: (12) 3676-1346.  
site: redencoeserra.sp.gov.br e-mail: redencoeserra@yahoo.com.br

**COMBATER A DENGUE É COMBATER O CRIADOURO**

**Atenção:**

Lixo, caixa d'água, calhas e condutores, tigela dos animais, plantas, lajes, piscinas e tudo que possa acumular água.

**DENGUE, AQUI NÃO!**

www.caragatatuba.sp.gov.br  
Informações: 3887-6888

**Caraguá**  
GOVERNO MUNICIPAL

