

## Miscelânea

### Curiosidades

O Sol é uma estrela de 5ª. categoria, cujo volume supera em 1.300.000 vezes o da Terra. Esta que depende do Sol para obter luz e calor, constitui um dos planetas que giram em seu redor, não muito afastados em comparação a distância imensa que existe entre eles. Estamos a cerca de 149.500.000 quilômetros do Sol. O astro-rei constitui-se de uma enorme massa de gases inflamados, tão quente que se acredita que a temperatura interna alcance a 20 milhões de graus centígrados e a externa a 6.000 graus. Chamas gigantes e línguas de fogo, conhecidas como protuberâncias ou coroa solar, saltam da massa principal, atingindo a milhares de quilômetros de distância. De tempo em tempo, manchas escuras aparecem na face do Sol, as manchas solares, provavelmente por imensas explosões, as quais, segundo os cientistas, provocam em nossa atmosfera modificações elétricas.

Ainda hoje, muitos confundem a utilidade dos produtos diet e light. Os nutricionistas explicam que ambos devem possuir quantidades menores de alguns componentes do alimento. Os classificados como light são aqueles adequados para as pessoas que procuram consumir menos calorias e manter a forma física, já que eles devem ter no mínimo 25% a menos de alguns de seus ingredientes. Na sua maioria, a gordura e o açúcar são eliminados da tabela de valor nutricional, mas vale lembrar que seu consumo deve ser moderado, já que o fato de terem menos calorias não justifica o excesso de ingestão. Já a linha diet foi elaborada para os diabéticos, que precisam controlar o metabolismo cortando o açúcar da dieta alimentar.

### Humor

O sujeito estava no fundo do bar, triste e arrasado, com um copo de bebida, quando entra um cara revoltado, quebrando tudo, gritando com todo mundo. O cara chega até a mesa, tira o copo da sua mão, bebe a metade e ainda joga o resto no sujeito e diz:

- Fala alguma coisa, cachorro. Fala logo, antes que eu te arrebeite!  
O sujeito responde, triste:

- Hoje é mesmo o meu dia de azar. Logo de manhã perdi a hora porque acabou a energia e tive que descer vinte andares de escada. Fui sair da garagem, o pneu do carro estava furado. Pendi meia hora para trocar o pneu, sai com muita pressa e acabei batendo o carro. Cheguei muito atrasado no trabalho, discuti com o chefe e fui mandado embora. Por causa disso, cheguei bem mais cedo em casa e peguei minha mulher na cama com o amante. E pra acabar de vez com meu dia, eu estou aqui na minha, me preparando pra me suicidar e chega um idiota feito você e ainda toma todo o meu copo de veneno! Assim não dá!

Seu Pancrácio, um velhinho de 80 anos, volta de viagem de lua-de-mel e encontra um amigo que pergunta:

- Então Pancrácio, como foi a lua-de-mel?

- Ótima Olegário, respondeu o velho.

E o amigo insiste:

- E o sexo, como foi?

- Maravilhoso, fizemos amor quase todos os dias!

- Como assim, quase todos os dias?

- É isso mesmo, quase fizemos no sábado, quase fizemos no domingo, quase fizemos na segunda, quase fizemos na terça...

Anúncio publicado no jornal da minha cidade: "Homem branco, viúvo, na casa dos sessenta, procura mulher branca, na casa dos cinqüenta, incoerente, inculta e péssima cozinheira com personalidade difícil e situação financeira razoável. Estou precisando de novos problemas".

### Mensagens

Às vezes ficamos com preguiça e passamos semanas sem meditar. Somos tragados pelas rotinas e tumultos da vida e desviados do caminho por orgulho, inveja ou insegurança. Somos todos humanos e a vida é difícil. A frustração torna-se uma reação comum e normal. Não somos seres pacientes. A direção é o que importa e não a velocidade. Se você está se tornando uma pessoa mais amorosa, menos passional e violenta, encontra-se na direção certa. Podemos ser perturbados, tomamos trilhas erradas e mesmo nos perdemos, mas encontraremos o caminho de volta. Pois parece que estejamos dando dois passos pra frente e um passo pra trás, mas é assim mesmo. O progresso é um processo lento e árduo, que requer disciplina e dedicação. É mais natural que queiramos parar de vez em quando. Isso não significa que estejamos regredindo, estamos consolidando, descansando. O progresso não é linear. Podemos ter avançado muito no que diz respeito à caridade e à compreensão, mas somos principiantes em relação à raiva e à paciência. É importante não se exigir demais. Se não ficarmos nos julgando nem permitindo que outros nos julguem, não nos sentiremos frustrados.

### Pensamentos

Chicote se não for usado vira pedaço de couro.

Visão sem ação é sonho e ação sem visão é pesadelo.  
Todas as máximas já foram escritas só resta colocá-las em prática.

Para elevar-se, as pessoas precisam ajoelhar-se.  
Sou uma das poucas pessoas honestas que encontrei pela vida.

O casamento começa no motel e termina na pensão.  
Todas as máximas já foram escritas só resta colocá-las em prática.

Conserve em teu rosto somente as linhas do sorriso.  
Quem não vive para servir, não serve para viver.

Há coisas que só os olhos que choram podem ver.  
Talvez o amor seja apenas o reconhecimento do prazer.

## Shopping de Pinda conquista licença ambiental

A Cetesb concedeu autorização oficial para a construção do Shopping Vale Verde, em Pindamonhangaba. A licença ambiental é um grande passo para o início das obras. Isso significa que todos os estudos envolvendo a preservação adequada do espaço onde será implantado o novo centro de compras da região foram concluídos com sucesso. Shopping Vale Verde contará com lojas âncoras, megalojas, hipermercado, home center, praça de alimentação, área de lazer com quatro salas de cinema e um parque infantil, além de um amplo estacionamento, com mais de 1.500 vagas. Com investimentos de aproximadamente R\$ 120 milhões, o projeto promete alavancar o crescimento da cidade e criar cerca de 4200 empregos diretos e indiretos para o município e a região. A previsão de movimentação de negócios é de R\$ 20 milhões por mês quando o shopping estiver em operação. O shopping fica na Avenida Nossa Senhora do Bom Sucesso, entrada da Via Dutra para a cidade.

**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.caraguetatube.sp.gov.br  
Informações: 3887-6888

**Cantina Gadioli!**

**Quiririm**

No cardápio, as tradicionais massas italianas, além de carnes, aves, peixes, e pizzas, preparadas no forno a lenha. Carta de vinhos nacionais e importados. Uma boa dica é saborear os deliciosos queijos, frios e ante pastos (por quilo). Música ao vivo às quintas, sextas e sábados. Aos domingos, o passeio de charete para a criançada é gratuito!

Estrada Municipal, 51 - Quiririm - Taubaté - SP  
Tel.: (0xx12) 3686-1683

**EXPEDIENTE**

Editora por Editora Flor do Vale Jornalismo Comunicação e Promoção Ltda  
CNPJ: 01.161.328/0001-43  
Rua dos Lírios, 171 - Flor do Vale - Tremembé - SP  
Tel. (0xx12) 3672-2257 - Fax (0xx12) 3672-4831  
CEP: 12120-000  
E-mail: editoraflordovale@terra.com.br

Registro no INPI 81717790 - Impresso em 10/05/2011  
Diretor responsável pela publicação: Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860  
Diretora Comercial: Dolores Russo  
Edição: Espionosa e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital  
Representante em São Paulo: REVE/SP Representações Ltda. Alameda dos Juniper, 405 Conj. 48 - São Paulo - CEP: 04088-001  
Filiado a ADJORN Associação dos Jornais do Interior Sistema de distribuição dirigida Máquinas pagas ou autorizadas não representam necessariamente a opinião deste jornal.

Journal Regional

POSTOS DE DISTRIBUIÇÃO  
CACHOEIRA: Velozes do Paraná das Bandeiras e outros de cidade  
CAMPO DO JARDIM: Luvizelli S. Pres. - Rua Dr. Osório Farias, 211 - Capim  
CARAGUATUBA: Sales, Jomara e Revistas - Rua Álvaro Mendes  
CUNHA: Banca da Várzea - Rua Augusto Galvão de França (Ao lado do campo de futebol)  
JABICATO: Praça Almeida Gl. 19 - Centro - Piquete: Banguê LACONIA: Parada Oregana - Praça Paulo Neri Farneschi MONTELOPATO: Banca do Lu - Praça Com. Tiana  
NATIVIDADE DA SERRA: Banca de Natividade e Parafusos Pão Zico - Rua Lúcia de Siqueira  
BANCA NOVA SERRA de Natividade  
PARANÁ: Praça Antenor Cavalho, 100 - Banca contra das Letras PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jomara e Rev. Rua D. Carlos Cascaes 218  
REDENÇÃO DA SERRA: Banca de Redenção Av. 7 de setembro, 258 - Clausa e Góes SANTI ANTONIO DO PRATA: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária). SÃO BENTO DO PARCÁ: Banca de Jomara e Revistas Rua XV de Novembro, 504, TRÊS RIBEIRAS: Na banca de jornal da cidade. UBATUBA: O D.P. Distribuidora de Publicidade Costa Verde - Praça Evaldino S. Santos - Cx. 75 Este jornal é distribuído em todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais.

## Pindamonhangaba incentiva a realização do exame "Fique Sabendo"



Ter uma vida saudável não é tarefa fácil, mas é preciso ter disponibilidade de tempo para realizar exames rápidos que podem garantir a nossa saúde. Pensando nisso, a Prefeitura de Pindamonhangaba, em conjunto com a Secretaria de Saúde e Assistência Social, incentiva a realização do exame "Fique Sabendo". O

exame é rápido, basta coletar o sangue do paciente e descobrir se ele possui ou não o vírus de quatro doenças sexualmente transmissíveis: HIV, Hepatite B e C e Sífilis. Para realizar o exame, antes o munícipe deve realizar o pedido no setor de infectologia do Centro de Saúde. Logo em seguida será possível fazer a coleta de

sangue. "Apesar do grande número de informações que hoje obtemos, sempre há pessoas que não procuram com as devidas dúvidas. Isso acontece devido ao pensamento da população de achar que nunca vai ocorrer esses tipos de imprevistos na sua vida", afirma a Gerente de Unidade da Vigilância Epidemiológica, Maria Aparecida Teixeira

Barbosa. Além da coleta de sangue, os funcionários do Centro de Saúde estão aptos a sanar possíveis dúvidas sobre sexo seguro e doenças sexualmente transmissíveis à população. O Centro de Saúde fica localizado na rua Frederico Machado, 179, centro, ao lado da Santa Casa de Misericórdia.

**Hamburgão** DISK LANCHE E PASTÉIS

**Lanches e Pastéis Centro - Tremembé**

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

3672 - 4942  
Ao lado da torre da Telefonica

**Os melhores lanches e pastéis da cidade**

**PROMOVE**

**1º CONCURSO LITERÁRIO REGIONAL E ESTADUAL DE CRÔNICA COM O TEMA:**

**"BELEZA ATRAI E CONTEÚDO CONVENCE"**

**DESPERTE O CRONISTA QUE EXISTE EM VOCÊ E CRIE SUA CRÔNICA COM O TEMA ACIMA.**

**AS INSCRIÇÕES JÁ ESTÃO ABERTAS, CONSULTE O REGULAMENTO NA NEW BIG COSMÉTICOS, O ENCERRAMENTO PARA AS CIDADES DO VALE DO PARAÍBA EM 10/05/2011, E PARA VÁRIOS ESTADOS EM 10/11/2011.**

REALIZAÇÃO: ACADEMIA VALEPARAIBANA DE LETRAS E ARTES

"É assim que se faz Cultura"

APOIO CULTURAL

Belliz  
Cla EDY Art  
Vital-Max  
Farol São José  
New Big

## Unitau promove 23ª Semana de Prevenção à Hipertensão e ao Diabetes

A Unitau realiza, de 9 a 13 de maio, a Semana de Prevenção à Hipertensão e ao Diabetes, na Praça Dom Epaminondas, localizada na região central de Taubaté. Nessa semana, alunos de Medicina da Unitau farão o teste de glicemia e a aferição de pressão arterial. O serviço será oferecido gratuitamente à população, a partir das 8h. O evento, que está em sua vigésima terceira edição, faz parte de um projeto de extensão da

Unitau e é uma iniciativa dos próprios alunos. Participarão estudantes dos 1º e 2º anos de Medicina, que entregarão questionários a respeito da saúde e dos hábitos diários das pessoas. Se necessário, os alunos darão uma orientação para aqueles que estiverem com glicemia e a pressão arterial alterados. A previsão é de que sejam atendidas 5500 pessoas durante a Semana de Prevenção à

Hipertensão e ao Diabetes - os alunos que participarão da Semana receberão um treinamento prévio. A coordenadora pedagógica do evento, Profa. Dra. Marina Valadão, ressaltou: "A hipertensão e o diabetes são doenças crônicas, que precisam de um diagnóstico precoce para que haja a adaptação, para que o paciente saiba conviver com esses problemas de saúde, evitando assim, complicações futuras".

**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

## Estimulação Cardíaca é tema de encontro na cidade



Entre os dias 20 e 22 de maio, acontece no Hotel Serra da Estrela, em Campos do Jordão o PRONE Simpósio Anual de Estimulação Cardíaca, sendo uma realização do Departamento de Estimulação Cardíaca Artificial (DECA). O encontro que será dividido em módulos, formados por mesas-redondas e discussão trará entre os temas Eletrocardiografia dos marcapasso, Bradiaritmias, Fibrilação atrial e Terapia de

ressincronização cardíaca (TRC), sob coordenação de Vicente Ávila Neto e Eduardo Rodrigues Brito Costa. Há mais de cinco anos o DECA promove o PRONE (Programa Nacional de Ensino), levando conhecimentos sobre temas relacionados à insuficiência cardíaca e morte súbita a profissionais da área médica em cidades de norte a sul do Brasil. Mais de 10 cidades e 850 pessoas já participaram do PRONE. O DECA é

uma subdivisão da Sociedade Brasileira de Cirurgias Cardíacas e Vasculares (SBCCV), que há 25 anos vem reunindo cardiologistas, cirurgiões cardíacos e demais médicos interessados no tema, totalizando, atualmente, cerca de 500 profissionais. O Simpósio Anual de Estimulação Cardíaca conta com a coordenação de hospedagem da [Campos do Jordão Eventos](http://www.deca.org.br). Mais informações e inscrição pelo site [www.deca.org.br](http://www.deca.org.br)

## Pinhão dá sabor ao outono de Campos do Jordão



Em comemoração ao outono, a Cozinha da Montanha promove entre os dias 09 de abril a 15 de maio, mais uma edição da Temporada Gastronômica de Pinhão. Pinhão, semente dos pinheiros (*Araucária angustifolia*) que cobre boa parte da área verde de Campos do Jordão é o verdadeiro sabor da estação que antecede a mais fria do ano. É entre os meses de março a maio que as árvores fêmeas liberam suas sementes. Neste período encontrar pelas avenidas da cidade pessoas vendendo saquinhos dessa semente. Durante 35 dias, os 26 restaurantes associados ao Grupo apresentam receitas inovadoras e inéditas, nas quais o pinhão irá desde base dos pratos, como molho, acompanhamento e até na sobremesa. Entre

os sabores que poderão ser apreciados estão Sínco de Javali ao Molho e Farofa de Pinhões (La Gália), Coxinha de Pinhão (Baden Baden), Fondue de Pinhões Assados com Ervas Finas, acompanhado do Pão de Pinhão (Matterhorn) e da Paçoca de Pinhão com Carne Seca acompanhada de Purê de Banana (EcoParque Pesca na Montanha). Os clientes que forem aos 26 restaurantes associados e pedir o prato da Temporada e pagarem com o cartão patrocinador, ganharão um Brinde Gourmet: Uma garrafa de 187 ml de vinho Château Lacave em edição especial com rótulo Cozinha da Montanha. Como forma de manter viva a nossa mata nativa, o Grupo Cozinha da

Montanha em parceria com o Horto Florestal estão com uma Campanha de plantio de árvores, dando mudas de araucárias juntamente com o folder da Temporada Gastronômica aos visitantes, no portal de entrada da cidade. A Temporada Gastronômica é uma realização da Cozinha da Montanha que vem promovendo a culinária local através deste festival de sabores, valorizando os sabores e ingredientes da cidade como a cerveja artesanal (Verão), pinhão (Outono), chocolate e fondeu (Inverno), truta (Primavera), frutas vermelhas e castanhas portuguesas da Mantiqueira (Final do Ano). Outras informações pelos telefones (12) 3662-6088 e 9751-7884 pelo site [www.cozinha.damontanha.com.br](http://www.cozinha.damontanha.com.br)

## Coalizão de Pindamonhangaba é modelo para cidades vizinhas



Pindamonhangaba recebeu, nos dias 3 e 4 de maio, representantes de várias cidades da região para o treinamento de agentes na prevenção às drogas. Representantes de Taubaté, Tremembé e Guaratinguetá estiveram presentes no Hotel Colonial Plaza em Pinda para o treinamento. Na reunião de terça-feira (3), o Hotel Plaza recebeu 50 futuros agentes de bairros como Araretama, Moreira César e Centro para o treinamento que visa à expansão em todo o município, expandindo o projeto também nos bairros de Pinda. Na quarta-feira (4), o prefeito João Ribeiro fez a abertura do evento às 9 horas. Durante o discurso, o prefeito salientou a importância do evento e reafirmou o apoio contínuo à iniciativa, colocando a disposição da Coalizão todos os setores da Prefeitura, como Educação, Saúde e Fundo Social de Solidariedade. "Estou muito feliz com a expansão do projeto Coalizão, é muito importante ter Pinda como modelo pra outras cidades. As drogas estão

presentes no nosso dia a dia, todos conhecemos alguém com esse tipo de problema. É importante termos todo tipo de apoio possível", declarou. Estiveram presentes também a vice-prefeita Myriam Alckmin, a vereadora Dona Geni, Promotor Dr. Carlos e o Capitão PM Cavalheiro, entre outras autoridades. O treinamento é oferecido pelo Movimento Coalizão de Pindamonhangaba e conta com a presença da ONG norte-americana Community Antidrug Coalition of America - CADCA (Coalizão Comunitária Antidrogas da América) e o diretor internacional Dr. Eduardo Hernandez Alarcon. Em todo o Brasil, o trabalho desenvolvido em Pindamonhangaba é considerado um dos melhores resultados e é hoje modelo para criação de novos núcleos regionais. Entre as 11 cidades avaliadas, Pinda foi a primeira a ser reconhecida pelo CADCA. O governo federal tem suas redes de prevenção com o Senad

(Secretaria Nacional Antidrogas), mas Pinda segue o modelo americano e já se posiciona a frente. Eliane Prado Marcondes, diretora da Coalizão de Pindamonhangaba ressalta que o programa cresce agora para os bairros. "Nós temos hoje os 12 setores da nossa cidade, saúde, educação, as igrejas, governo, o setor família, a indústria e comércio. Então, nós temos essa tarefa aprovada pelo nosso diretor que está hoje no hotel capacitando outras cidades", conclui Eliane. "Nós começamos com o Amor Exigente em Campinas, depois Maringá, Votuporanga, Campo Grande, Goiânia e outros, mas aqui em Pindamonhangaba é o programa está dando certo", disse Eduardo Hernandez Alarcon sobre o modelo pindense. Para o diretor intencional a família é a base, mas a comunidade inteira é responsável para o que acontece com a sua juventude. O CADCA foi fundado em 1992 e trabalha com a prevenção contra as drogas ilícitas e abuso de álcool.



**Convite**  
**CHOQUE TÉRMICO ARTE E CULTURA**  
(IDEIA ORIGINAL DE ZÉ DEMÉTRIO)

À Academia Valeparaibana de Letras e Artes, tem a honra de convidar a todos para o **Evento CHOQUE TÉRMICO ARTE E CULTURA**, (Tributo ao Artista Plástico e Patrono da AVLA Zé Demétrio), que será realizado no dia 10 de maio de 2011 (terça-feira) das 11 da manhã às 16 horas na Praça D. Epaminondas, em Taubaté.

Alberto Mazza (Presidente da AVLA)  
e-mail: [mazzavaria@yahoo.com.br](mailto:mazzavaria@yahoo.com.br)

"É ASSIM QUE SE FAZ CULTURA"

APOIO CULTURAL:

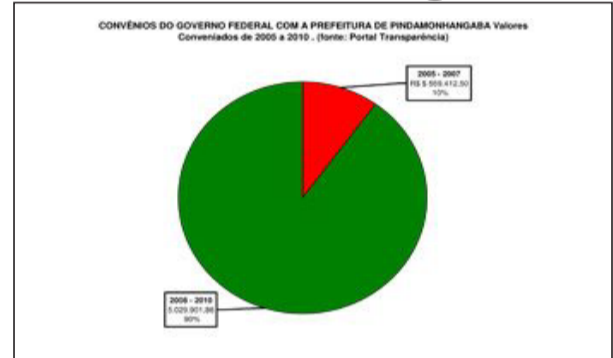
Terra Tátil  
New Dig  
Vital-Max  
Cosméticos

## Martifer inicia terraplenagem de sua fábrica em Pindamonhangaba



A empresa Martifer, sediada em Portugal e que produz estruturas metálicas, adquiriu uma área de 130.000m<sup>2</sup> em Pindamonhangaba, próxima ao trevo da Via Dutra, no Distrito de Moreira César. A área foi adquirida de um dos sócios do Vale Verde Pinda Shopping. A Martifer é a responsável por toda estrutura metálica do referido shopping, e a entrega das estruturas está prevista para junho de 2011. O material está sendo produzido em outra planta da empresa. O projeto que compreenderá a produção de estruturas metálicas, terá uma área construída de cerca de 17.000m<sup>2</sup> e uma capacidade produtiva de 12 mil toneladas anuais, com possibilidade de expansão para 20 mil toneladas anuais, correspondentes a uma área construída de 25 mil

## Captação de recursos federais cresce quase 1000% em Pindamonhangaba



A Prefeitura de Pindamonhangaba divulgou essa semana dados que mostram um crescimento de quase 1.000% na captação de recursos, via convênios, junto ao Governo Federal no período entre 2005 e 2010, em relação ao período de 1996 a 2004. Os dados divulgados foram retirados do site do Portal da Transparência, da Controladoria Geral da União - CGU. O site disponibiliza dados de convênios entre a Prefeitura de Pindamonhangaba e o Governo Federal, movimentando valores na ordem de R\$ 532.982,58, proporcionando uma média de R\$ 40.998,66 por convênio e de R\$ 59.220,29 por ano. A partir de 2005, com a implantação de uma metodologia de trabalho que potencializou o relacionamento com as instâncias estadual e federal, a assinatura de convênios com o governo federal cresceu 948,69%, alcançando a cifra de R\$ 5.589.314,36 (cinco milhões, quinhentos e oitenta e nove mil, trezentos e quatorze reais e trinta e seis centavos). No período, o número de convênios saltou para 25, com média de R\$ 223.572,60 por convênio. A média de captação anual foi de R\$ 931.552,40. O prefeito João Ribeiro comemorou os números, que considerou muito positivos: "A captação de recursos é importante pois com sua aplicação temos construído postos médicos, escolas entre outras obras nos mais variados setores da administração. Também são adquiridos equipamentos que melhoram o nosso atendimento à população. Trabalhamos incessantemente na produção de projetos que possam receber verbas

## Justiça Eleitoral cancela 1,3 milhão de títulos por ausência às urnas

Um total de 1.395.334 de títulos eleitorais foram cancelados pelo Tribunal Superior Eleitoral (TSE) pela ausência de voto e justificativa nas três últimas eleições. O anúncio foi feito pelo próprio TSE na noite desta sexta-feira (6). Com isto, estes eleitores estão impedidos de obter passaporte ou carteira de identidade, receber salários de função ou emprego público e obter certos tipos de empréstimos e inscrição. Pode haver dificuldades para investidura

Alistamento Eleitoral (RAE) e pagará multas relativas a quantidade de vezes que deixou de votar e justificar. Os títulos cancelados não se referem aos eleitores do grupo facultativo. São eles: os analfabetos, os que à época da eleição tinham entre 16 e 18 anos e os maiores de 70 anos. Também não estão sujeitos ao cancelamento os títulos dos eleitores portadores de deficiência que impeça o cumprimento das obrigações eleitorais.



**A Gazeta dos Municípios**  
Tudo que você lê aqui!  
Você encontra em:  
[www.agazetadosmunicipios.com](http://www.agazetadosmunicipios.com)

**Tremembé mora no meu**  
[www.tremembemonline.com.br](http://www.tremembemonline.com.br)