

## 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 crendices 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.

Um soluço pode ser causado por uma variedade de fatores, incluindo uma refeição muito rápida, beber muito líquido, beber muito álcool, ou uma infecção.

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; tpar 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 deitava 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!

## São Paulo Rio e Minas devem ter chuva intensa nos próximos dias

A Defesa Civil alerta que, nos próximos dias, os três estados podem continuar com problemas decorrentes de temporais. O único estado da Região Sudeste sem previsão de problemas com as chuvas nesta semana é o Espírito Santo As chuvas que causaram danos aos moradores da Região Sudeste devem continuar nesta semana, com mais intensidade em alguns pontos. As secretarias estaduais de Defesa Civil alertam para possíveis problemas decorrentes dos temporais. “Os estados de São Paulo, do Rio de Janeiro e quase todo o estado de Minas Gerais têm riscos de chuvas intensas para os próximos dias. O único estado que não deve ter grandes problemas com chuva ao longo desta semana é o Espírito Santo. As capitais Rio de Janeiro, São Paulo e Belo Horizonte estarão sujeitas a chuvas de forte intensidade durante vários dias, que podem causar problemas para a população”, afirma a meteorologista do Climatempo Josélia Pegorim. Segundo ela, a primeira semana de janeiro foi marcada por muita chuva na maioria do estado de São Paulo, no sul de Minas Gerais e na capital, Belo Horizonte, e na região serrana e no sul do estado do Rio de Janeiro.

“Nas outras áreas do Sudeste houve chuvas, mas que não causaram problemas. Sobre o Espírito Santo, houve muita chuva na última semana de 2010, porém, na primeira semana deste ano quase não choveu e a previsão é que continue assim”, afirma a meteorologista. Os municípios se unem à Defesa Civil para amenizar os danos causados à população. De acordo com diretor de Comunicação da Defesa Civil de Minas Gerais, major Edilân Arruda, equipes do órgão estão visitando os lugares afetados. “A intenção é ver o que o governo do estado pode fazer, quais atitudes devem ser tomadas daqui em diante para ajudar a população atingida”. As chuvas diminuiram, mas uma nova frente fria deve chegar ao estado hoje (11), provocando mais chuvas. “Enquanto a chuva não cessa, a Defesa Civil está enviando material como colchões e estamos distribuindo alimentos para desabrigados e desalojados”, disse o major. “Nos anos anteriores esse tipo de coisa já acontecia e sabemos que toda vez que chover forte vai ter problema pois as cidades não estão preparadas, mas essa situação tem melhorado muito de uns tempos pra cá”, acrescentou Arruda, ao

ressaltar que, se houver menos pessoas morando em áreas de risco, o número de desabrigados também será menor. O Espírito Santo continua em alerta por causa da chuva. “Temos previsão de que a chuva retome até o final desta semana e na próxima também, mas não temos informações quanto à intensidade. Dezoito municípios já decretaram estado de emergência, tivemos, em momentos mais críticos, 17 mil desalojados, 1,3 mil desabrigados e cinco óbitos, em um total de 42 municípios atingidos”, informou o coronel Álvaro Coelho Duarte, coordenador da Defesa Civil estadual. De acordo com ele, o órgão desenvolve ações preventivas a ano todo para evitar novas tragédias. “Estamos alertando a população para a desocupação das áreas de risco. Temos o apoio do governo federal com doação de cestas básicas que já foram entregues para a população que necessita para minimizar o sofrimento das pessoas atingidas”, completou o coronel. Segundo ele, foram definidas, junto com o governado do estado, linhas de ação para apoiar os municípios na captação de recursos federais para a reconstrução das áreas atingidas.

**ERCOM**  
**Comércio e Manutenção de Ferramentas Elétricas**  
Ass. Técnica:  
**BOSCH - MAKITA - DEWALT - B&D**  
**TELEFAX:**  
**(12) 3032.4310 / 3032.8364**  
**Av. Desembargador, nº 292 - Centro - Taubaté - SP**

**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 passados (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**  
Editada por Editora Flor do Vale Jornalismo  
Comunicação e Promoção Ltda  
CNPJ: 01.161.328/001-43  
Rua dos Lírios, 171- Flor do Vale - Tremembé - SP  
Tel. (0xx12) 3672-2257 - Fax (0xx12) 3672-4831  
CEP: 12120-000  
E-mail: editoraflordoval@terra.com.br  
Registro no INPI 81717790 -  
Impresso em: 12/01/2011  
Diretor responsável pela publicação:  
Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860  
Diretora Comercial: Dolores Russo  
Edição: Espinosa e  
Impressão: Pré Impressão Gráfica -  
SP - Capital  
Representante em São Paulo  
REVE/SP Representações Ltda.  
Alameda dos Junquei, 405  
Coxf. 48 - São Paulo-CEP 04268-001  
Filial e ADJORNJ Associação dos Jornais do Interior  
Sistema de distribuição gráfica  
Máquina pagas ou autorizadas  
Não representam necessariamente a opinião deste jornal.  
Jornal Regional  
**POSTOS DE DISTRIBUIÇÃO**  
CACHOEIRA: Notícias do Povoado Bonitinho e outras da cidade.  
CAMP: O que do Município. Luvizelli S. Pires- Rua Dr. Osma Fozaj, 211 - Capim.  
CANGALHATUBA: Galois,Jonas e Revistas.  
Cau.Auro Antunes.  
CUIBÁ: Banca da Várzea - Rua Augusta Galvão de França (Ao lado do campo de futebol).  
JABUÍRO: Praça Almeida Gl. 19 - Centro - Paqueta Baragão.  
LAGOINHA: Passado,Orgânico - Praça Prata (Novo Ferenado).  
MONTENEGRO:LOGATTO Banca do Lu - Praça Com. Faria.  
NATIVIDADE DA SERRA: Banca de Natividade e Parafusaria Pão Zico - Rua Lúcia de Sene.  
Banca Nozes Sertão de Natividade.  
PAINÁBUNA: Praça Antenor Cavallari, 100 - Banca Carlos Lattes.  
PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jornais e Rev.  
Rua Dns. César Casco 218.  
REDENÇÃO DA SERRA: Banca de Redenção Av. 7 de setembro, 258 - Clausa e Condi.  
SANTO ANTONIO DO PINHAL:  
Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária).  
SÃO BENTO DO PARQUE:  
Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária).  
SÃO BENTO DO PARQUE:  
Banca do Praça - Praça Oswald Cruz, 18  
Rua XV de Novembro, 504.  
TREMÉMÉ: Na banca de jornais da cidade.  
URUBITUBA: O D.P. Distribuidora de Publicidade Costa Verde - Praça Estação à Serra - Coxf. 79.  
Este jornal é distribuído em todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Sertaneja, sem de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais.

## Vivência de Air Track no Sesc Verão em Taubaté

Nos dias 11 e 12, o Sesc Taubaté promove, dentro da programação do Sesc Verão 2011, uma vivência em Air Track, às 19h. Utilizando equipamento dinamarcuês, será montada uma pista inflável para acrobacias e saltos, proporcionando, de forma recreativa e dinâmica, a realização dos movimentos da modalidade. Sesc Verão 2011 Até 27 de fevereiro todas as unidades do Sesc do Estado de São Paulo dão início ao Sesc Verão 2011, oferecendo ao público uma programação voltada ao reconhecimento do Esporte como atividade de convívio social, de prazer, de autoconhecimento, de transformação individual e de qualidade de vida. A temática do Sesc Verão 2011 é baseada em estudos sobre pedagogia do movimento humano; assim, a programação é dedicada ao “Esporte Participação”, com atividades inclusivas, de desenvolvimento das habilidades e das potências individuais, com o intuito de fazer com que cada pessoa viva a experiência de “esportear”. O Sesc Verão 2011 acontece entre os meses de janeiro e fevereiro em todas as unidades da capital e do interior e deve reunir mais de dois milhões de pessoas em suas atividades. Tamañha afluência de público deve-se, de um lado, ao trabalho permanente que a entidade desenvolve nas 33 unidades do estado, levando a mensagem de que uma vida ativa, que contemple atividades físico-esportivas, desenvolve a saúde e o bem-estar e, de outro lado, à competência do Sesc São Paulo em oferecer programas que, ao integrar conceitos técnicos, científicos e de socialização, apresentam o caráter da ludicidade e do acesso à participação. No Sesc Taubaté o tema escolhido para sua ação no Sesc Verão foi o Esporte em todos os sentidos. Um olhar para o Esporte com mais intensidade, refletindo sobre como é possível ampliar o desenvolvimento integral das pessoas por meio da prática esportiva. Em sua concepção mais simples, pensamos no esporte do campeão, do recorde, do excepcional, do sobre-humano. O que se pretende no Sesc Verão 2011 é aprender e ensinar com o esporte – e nele estão a habilidade de conhecer, o desenvolvimento de cada um de nós, o jogo como espaço pessoal e social. No esporte, seu corpo fala, sente, ouve, vê, se descobre e encontra os caminhos do sentido. Serviços Vivência de Air Track Dias 11 e 12, às 19h. Inscrições na Central de Atendimento. Vagas limitadas. Grátis. O Sesc Taubaté está localizado na Avenida Milton de Alvarenga Peixoto, 1264, Esplanada Santa Terezinha. Informações: 36344000.

## Equipe joseense de ciclismo é o Brasil na Volta Internacional de Táchira na Venezuela

Seis ciclistas da equipe de São José dos Campos participam da Volta Internacional de Táchira, na Venezuela, de 12 a 24 de janeiro. Eles foram convidados pela Confederação Brasileira de Ciclismo para serem os únicos representantes brasileiros na prova. O embarque será no domingo (9), em São Paulo, logo após a participação da equipe na Copa América de Ciclismo. A cidade será representada pelos ciclistas Fabrício e Maurício Morandi, Soelito Gohr, Robson Dias (Grandão), Daniel Rogelin e Armando Camargo que competem com as orientações do coordenador técnico Valcemar Justino. Viajam com a equipe ainda o mecânico Celso Breves e o massagista Antônio Hunger. A 46ª Volta

Internacional de Táchira já tem sete países com presença confirmada: Cuba, República Dominicana, Brasil, Itália, Guatemala, Costa Rica e Colômbia. O percurso será feito em um total de 1.661 quilômetros de muitas subidas, divididos em 12 etapas. Panamericano Outra novidade joseense é a convocação pela Confederação Brasileira de Ciclismo (CBC) de quatro atletas da cidade para apresentação do grupo de pista em busca da classificação do Brasil aos Jogos Panamericanos de Guadalajara, no México, que será disputado em outubro de 2011. Janildes Fernandes, Sumaia Ribeiro, Armando Camargo e Robson Dias devem se apresentar no dia 25 de janeiro em Maringá (PR). Copa América de Ciclismo São

José tem grandes chances de pódio na 11ª edição da Copa América de Ciclismo, no Autódromo de Interlagos, em São Paulo, neste domingo, a partir das 9h30, com transmissão ao vivo pela TV Globo. São José será representada por oito homens (Fabrício e Maurício Morandi, Francisco Chamorro, Daniel Rogelin, Armando Camargo, Soelito Gohr, Robson Dias (Grandão) e Jean Coloca) e três mulheres (Janildes Fernandes, Sumaia Ribeiro e Márcia Fernandes). Contratações Esta semana foi anunciada a contratação de importantes atletas para a equipe joseense. O grupo inicia a temporada contando agora também com Sumaia Ribeiro, Márcia Fernandes, Jean Coloca, Daniel Soeiro “Boy” e Wanderlei Gonçalves.

## MS recomenda cuidados com a saúde durante as férias

Criança brincando na praia.

*Manter a higiene adequada e a vacinação em dia são algumas dicas para não ter transtornos durante viagens*
Cuidados simples como manter o calendário de vacinação em dia, lavar sempre as mãos antes das refeições e saber escolher quais alimentos comer na rua ou em restaurantes são algumas das precauções que o turista deve ter para evitar transtornos e garantir férias sem doenças. Ao viajar, seja no Brasil ou para outros países, hábitos saudáveis podem evitar contratempos como ter que trocar a praia por uma estadia em algum hospital. Para orientar viajantes, o Ministério da Saúde publicou na internet uma nota com várias dicas de cuidados que devem ser adotados antes, durante e depois das férias. Uma das recomendações é fazer uma avaliação de saúde com profissionais habilitados e não viajar se estiver doente. Longas horas de viagem de carro, avião ou ônibus favorecem, por exemplo, o surgimento de problemas circulatórios e podem diminuir a resistência do organismo e abrir caminho para outras doenças. Outro cuidado importante é avaliar a situação vacinal, de acordo com a idade do viajante. Para isso, basta procurar uma unidade de saúde com preferência da rede pública do Sistema Único de Saúde, portando o cartão de vacinação. Lá, um profissional de saúde fará a verificação do cartão e irá atualizar as vacinas necessárias para sua viagem. Todas as vacinas em atraso devem ser tomadas, com destaque para febre amarela, sarampo, rubéola e poliomielite. Essa medida é essencial para evitar a reintrodução de doenças controladas no Brasil, como o sarampo e a rubéola, ou mesmo já erradicada, como a poliomielite. Quanto à febre amarela, existe a obrigatoriedade para brasileiros da apresentação do Certificado Internacional de Vacinação ou Profilaxia (CIVP), sob o risco de ser enviado para o país escolhido para visitar. O CIVP é obtido nos Centros de Orientação ao Viajante da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa). Para facilitar o atendimento, faça o pré-cadastro no site <http://www.anvisa.gov.br/viajante>. No caso da febre amarela, é importante que a atualização seja realizada no mínimo com 10 dias de antecedência da data da viagem para que a vacina possa fazer efeito e a imunidade seja adquirida. **PERCURSO** – Problemas de saúde podem ocorrer ainda dentro do carro, ônibus, navio ou avião. Assim, não deixe de levar, tanto na mala como na maleta de mão, medicações contra dor de cabeça, alergias imprevistas ou aquelas de uso regular no controle de doenças pré-existentes, como hipertensão, diabetes e asma, entre outras. As medicações devem ter prescrição médica. Seja sempre as regras para transporte de objetos e líquidos, exigidas pelas companhias de transporte aéreo internacional. Se ocorrer qualquer alteração no seu estado de saúde durante um voo ou cruzeiro, comunique imediatamente a tripulação de bordo. Em caso de adocciamento durante a sua estadia no local de destino, busque atendimento médico e não pratique a automedicação.

Criança brincando na praia.

Frente a quaisquer situações imusitadas (acidentes, assaltos, perda de passaporte), bem como a problemas mais graves de saúde, procure ajuda e orientações junto às autoridades locais ou Embaixada do Brasil em cada país. Algumas outras recomendações são: conhecer características do local de destino, tais como clima, altitude, diferença de fuso-horário, infraestrutura urbana, alimentação, costumes, normas, cultura, doenças que afetam a população local e suscetibilidade a desastres naturais (inundações, terremotos, furacões) dos lugares visitados. É importante manter-se informado, seja pela internet, televisão, jornais ou quaisquer outras formas de comunicação, sobre o que ocorre no país de destino e no mundo, se há possibilidade de ocorrência de epidemias, calamidades e eventos como ataques terroristas. Para prevenir as doenças sexualmente transmissíveis e aids, o uso de preservativos é recomendado em todas as relações sexuais. Tenha preservativos facilita sua utilização e a prevenção desses agravos. Evite exposição excessiva ao sol. Lembre-se sempre de aplicar o protetor solar no mínimo 30 minutos antes da exposição, com fator de proteção solar mínimo de 15, nas áreas do corpo não protegidas por vestuário. Reaplique conforme orientação do fabricante. Utilize também óculos de sol com filtro ultravioleta e chapéu de aba larga. E lembre-se: lave as mãos com água e sabão, principalmente depois de tossir ou espirrar; antes de tocar os olhos, a boca e o nariz; após usar o banheiro e antes das refeições. **NAVIOS** – Para os viajantes de navios, outras recomendações são importantes, tais como conhecer ter cuidados com o consumo de água e alimentos em cada parada de ultraviagem (sobremesas, alimentos crus ou mal passados. Prefira os alimentos bem cozidos, ao invés daqueles que ficam expostos em balcões térmicos aquecidos ou refrigerados (sobremesas, saladas e molhos frios). No caso de diarreia três ou mais vezes em um intervalo de 24 horas, procure atendimento médico e informe imediatamente a tripulação do navio, que, por sua vez, deve notificar a Anvisa. Exija do operador de turismo um guia de telefones e endereços de serviços médicos disponíveis em cada parada. Dessa forma, em caso de emergência, você saberá a quem recorrer. Observe se a acomodação escolhida apresenta de boa ventilação em todos os lugares. **RETORNO** – Após o retorno da viagem, não se esqueça de registrar o serviço médico e informe o itinerário de sua viagem. Se possível, procure por serviços de referência para doenças infecto-contagiosas em seu Estado. Exemplos de doenças que exigem cuidados durante viagens: doenças de transmissão hídrica-alimentar; cólera; doenças transmitidas por vetores e zoonoses (mosquitos, carrapatos e do homem para o animal e do animal para o homem); febre amarela; malária; chikungunya; doenças de transmissão respiratória como a gripe, sarampo, rubéola, varicela e caxumba; Anemia por deficiência de ferro; doença Meningocócica, entre outras. **DESTAQUES Febre do Chikungunya:** A febre do chikungunya é uma doença infecciosa febril, causada pelo vírus chikungunya (CHIKV), transmitido pelos mosquitos Aedes aegypti e Aedes albopictus, os mesmos vetores que transmitem a dengue. Não existe transmissão da doença nas Américas. Os casos diagnosticados no Brasil foram importados, oriundos de locais onde o vírus circula em alguns países da África e da Ásia. Em 2010 há relato de casos na Índia, Indonésia, Mianmar, Tailândia, Ilhas Maldivas, Ilhas Reunião e Taiwan – todos com transmissão sustentada. Os sintomas incluem febre, dor nas articulações e dores nas articulações de pés e mãos – alguns casos com sintomas de inflamação de membranas. Algumas medidas de proteção individual, como o uso de repelentes, podem ser adotadas para reduzir o risco de infecção. Ao retornar da viagem, caso apresente febre alta e dores nas articulações, procure atendimento médico imediatamente, relatando seu histórico de viagens, e evitar tomar medicamentos por conta própria. **Doenças de Transmissão Respiratória:** Influenza Pandêmica (H1N1) 2009 teve grande importância epidemiológica em todo o mundo. No Brasil, durante o ano de 2010 foi realizada vacinação de grupos populacionais mais vulneráveis, alcançando aproximadamente 90 milhões de pessoas, diminuindo o risco de ocorrência de formas graves e mortes pela doença. **Sarampo e Rubéola:** O controle dessas duas doenças tem relevância epidemiológica fundamental, considerando a fase atual de interrupção da circulação viral sustentada no Brasil. São doenças de ocorrência comum em eventos que envolvem pessoas de diferentes países e preveníveis por vacina. No Brasil, a vacina contra o sarampo e rubéola é administrada regularmente, independente da ocorrência destas situações. No período de férias os cuidados para prevenir o sarampo e a rubéola se tornam mais importantes pela sua relação com viagens internacionais e principalmente eventos de massa (ex. houve registro de surto de sarampo na África do Sul durante a copa do mundo). **SERVIÇO Confira** a íntegra das recomendações: [http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/orientacao\\_viajante\\_24\\_12\\_2010.pdf](http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/orientacao_viajante_24_12_2010.pdf) Informações sobre o Certificado do Internacional de Vacinação: <http://www.anvisa.gov.br/viajante> Outras informações Atendimento à Imprensa (61) 3315 3580 e 3315 2351

## Concurso público da Prefeitura de Taubaté abre 35 vagas para o ESF

A Prefeitura de Taubaté abre no próximo dia 17 de janeiro inscrições para concurso público visando o preenchimento de 35 vagas para diversos cargos do programa Estratégia de Saúde da Família (ESF). Os cargos são para funções de nível médio e superior, com salários que variam de R\$ 790,00 a R\$ 2.759,21 (além de adicionais). O concurso público 01/2011 oferece uma vaga para atendente de consultório dentário (nível médio com curso técnico reconhecido pelo Conselho Regional de

Odontologia), dez vagas para dentista, nove vagas para enfermeiro e 15 vagas para médico. As inscrições podem ser feitas até o dia 28 de janeiro, somente pela internet, no endereço [www.institutoqualicon.org.br](http://www.institutoqualicon.org.br) (no qual pode ser consultado o edital completo do concurso). A taxa de inscrição é de R\$ 50,00 para o cargo de atendente e de R\$ 70,00 para os demais cargos. **C a n d i d a t o s** desempregados poderão solicitar isenção da taxa de inscrição no período

de 17 a 19 de janeiro. A previsão é que as provas sejam realizadas no dia 20 de fevereiro e que a homologação do resultado final seja publicada em 25 de março. Quem não tem acesso à internet pode utilizar gratuitamente qualquer um dos postos de Acesso São Paulo existentes em Taubaté. Eles estão localizados na Rodoviária Nova, no Poupatempo (instalado no complexo Shibata) e no bairro Chácara do Visconde (Avenida Monteiro Lobato, 228).

## Prefeito Roberto Peixoto destaca avanços e perspectivas de Taubaté

Como o início de uma reforma administrativa na Prefeitura, que teve como base a criação de secretarias municipais, o prefeito de Taubaté, Roberto Peixoto, avalia que as perspectivas para o município nos próximos anos são de que avanços ainda maiores serão percebidos pela população. Na avaliação de Peixoto, as secretarias vão gerar "uma maior agilidade da administração municipal", devido ao nível de autonomia dos secretários. "As secretarias vão proporcionar uma revitalização, uma oxigenação na Prefeitura", completou. No entendimento do prefeito, ao longo dos últimos seis anos, Taubaté conquistou "uma série de avanços nas mais diversas áreas". Os servidores municipais, por exemplo, foram valorizados, com o aumento do piso salarial de R\$ 465,00 para R\$ 790,00 e com a realização de diversos concursos públicos para os mais variados cargos – tendo sido empoados cerca de 3.070 servidores. Na educação, os professores P1 passaram a receber adicional de nível universitário e a

implantação do sistema apostilado promoveu um salto de qualidade no ensino da rede municipal. Diversas escolas foram reformadas e ampliadas e as novas, contam com piscina semiolímpica. Uma obra de grande destaque foi a construção do Centro Municipal Terapêutico Especializado – CEMTE. Madre Cecília. Para 2011, outras avanços serão consolidados, com as inaugurações do Sedes – Sistema Educacional de Desenvolvimento Social e da Fatec (Faculdade de Tecnologia). Na saúde, reforça o prefeito, Taubaté ganhou a Carreta da Saúde da Mulher, o Laboratório do Povo, a Farmácia Popular, o novo Centro de Controle de Zoonoses, os Pronto Atendimentos 24 horas da Gurilândia e do Cecap e o Centro de Especialidades Odontológicas (CEO). Também houve a ampliação do horário de atendimento dos Postos de Atendimento Médico Odontológico (PAMOs) para até as 20h30 e a implantação do programa Estratégia de Saúde da Família – ESF (antigo PSF).

que conta com 15 equipes que atuam nas áreas urbana e rural. Na área social, destacou-se a distribuição de cestas básicas para cerca de 12 mil famílias, a implantação do Centro de Referência em Assistência Social (CEREAAS), da quarta unidade do Programa Ensino Esporte e Juventude (PEEJ), do Programa Renda Cidadã e do Centro de Convivência da Melhor Idade, entre outros avanços. O prefeito apontou ainda diversas outras conquistas, como a revitalização e abertura de novas vias, proporcionando melhorias no sistema viário do município. O crescimento de Taubaté – motivado pelo programa de desenvolvimento do município, levou a revista Veja a incluir o município na lista das 20 cidades médias brasileiras que estão preparadas para se transformarem em metrópoles do futuro. "Todos esses avanços transformaram a qualidade de vida em nossa cidade, mas estamos cientes que muito mais ainda pode ser feito e estamos preparados para isso", finalizou Peixoto.

**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](http://www.caragatatuba.sp.gov.br)  
Informações: 3887-6888

Caraguá GOVERNO MUNICIPAL

**DENGUE AQUI NÃO**

Vamos juntos combater a dengue



CAÇAPAVA • CAMPOS DO JORDÃO • CARAGUATATUBA • CUNHA • ILHABELA • JAMBEIRO • LAGONHA • MONTEIRO LOBATO • NATIVIDADE DA SERRA • PARAEUNA • PINDAMONHANGABA • REDEÇÃO DA SERRA • SANTO ANTONIO DO PINHAL • SÃO BENTO DO SAPUCAÍ • SÃO LUIZ DO PARATINGA • TAUBATÉ • TREMEMBÉ • UBATUBA

ANO XXI 12 DE JANEIRO DE 2011 DE 2011 Nº 10/388 DIRETOR RESPONSÁVEL: DANIEL D. RIBEIRO



R\$ 1,00

## Academia Valeparaibana de Letras e Artes promove 1º Concurso Literário Regional e Estadual de Crônica

**1º Concurso Literário Regional e Estadual de Crônica com o tema: "Beleza Atrai e Convence" Promovido pela AVLA em parceria com as empresas: Belliz Company, Vitalmax Cosméticos, Cia Cultural Farol São José, Cia Edy Art, e Projeto Espaço Literário em Cruzeiro.** O Concurso de Crônica da AVLA tem como objetivo incentivar e divulgar o estilo Literário revelando novos cronistas; e obedecer ao seguinte: **Regulamento** 1-As inscrições já estão abertas e o recebimento da Crônica para as cidades do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana se encerrará em 10 de maio 2011, e para vários Estados se encerrará em 10 de novembro de 2011; e poderão participar pessoas de 15 anos em diante, exceto os membros da Academia Valeparaibana de Letras e Artes e funcionários da Belliz Company, Vitalmax Cosméticos, Cia Cultural Farol São José, Cia Edy Art e Projeto Espaço Literário em Cruzeiro. 2- O tema a ser abordado na Crônica é "Beleza Atrai e Convence". Cada autor pode concorrer apenas com um trabalho que deverá ter no máximo de 3 laudas de papel sulfite A4, em apenas um lado da folha, a digitação deve ser feita em Times New Roman, tamanho 12, simples, margem direita de 2,5cm. 3- Será cobrada uma taxa simbólica de R\$

10,00 (dez reais) para ajuda de custos referentes ao Concurso, e o participante deverá depositar o valor em conta corrente em nome da Academia Valeparaibana de Letras, Agência: 1273-4 c/c - 21660-7 - Banco Bradesco-4 Para a ficha de inscrição nome completo, pseudônimo, data de nascimento, RG, CPF, endereço completo, (nº, cidade, bairro e cep.), telefone próprio ou recado, e-mail (se tiver). 5-O trabalho, comprovante da taxa e a ficha de inscrição deverão ser enviadas através do e-mail: [atbivaleparaibana@vtr.com.br](mailto:atbivaleparaibana@vtr.com.br) ou pelo correio o endereço para remessa deverá constar 1º Concurso de Crônica da AVLA, no endereço: Rua Eduardo Rabelo Sobrinho, 126 - Vila Albina- Taubaté -SP - Cep. 12052-440; caso o valor da taxa seja feito em cheque colocar em nome da Academia Valeparaibana de Letras e Artes juntamente com o trabalho e ficha de inscrição em envelope lacrado que deverá ser encaminhada no endereço citado. 6- O participante também poderá encaminhar seu trabalho, ficha de inscrição e comprovante da taxa dentro de um envelope na: Rua Duque de Caxias, nº 257 - centro - Taubaté; a taxa será depositada em conta corrente do item 3 do regulamento. 7- A comissão julgadora deste concurso será formada por professores e acadêmicos da AVLA, o preenchimento incorreto da ficha de inscrição, o

não pagamento da taxa e qualquer item do regulamento não cumprido desclassifica o autor, sem que haja obrigação de comunicar. 8- O resultado do Concurso será divulgado na imprensa e os classificados serão comunicados por carta, e-mail ou telefone; não comparecimento do autor ou representante no dia da premiação o mesmo perderá o direito à premiação. 9- A premiação: Serão premiados os 10 primeiros colocados que serão contemplados com produtos de beleza que serão cedidos pelas Empresas Belliz Company e Vitalmax Cosméticos e parceiros do núcleo AVLA de outros Estados; os participantes receberão certificados personalizados pela AVLA e Cia Cultural Farol São José. 10- A data e local da premiação será anunciada pela imprensa e no Orkut da Academia Valeparaibana de Letras e Artes. 11- Os trabalhos não serão devolvidos podendo os classificados serem arquivados na AVLA para futura composição de uma Coleção. 14 - Informações sobre o Concurso pelos fones: (12) 3633-1748 (12) 3672-3593 (12) 3424-2528 (12) 3633-2528 (12) 9184-8487 (12) 9726-8822 (12) 9139-988415- Consulte o Regulamento deste Concurso pelos sites: [www.faroljs.com.br](http://www.faroljs.com.br) e [www.projetoespaçoliterario.com](http://www.projetoespaçoliterario.com) Alberto Mazza (Presidente da AVLA)

## Força Jovem Campeão Amador de 2010

No dia 19 de dezembro aconteceu no campo do Floresta, no bairro Padre Eterno, a final do Campeonato Amador de Futebol de Tremembé. O time do Força Jovem, comandado pelo técnico Rafael Porcel venceu o Jardim Santana por 1 x 0 com o gol do centro avançado Maicon. A Diretoria do Associação Esportiva Força Jovem

aproveitou a oportunidade para agradecer ao empenho e dedicação dos Jogadores pelo título do campeonato. O Coordenador de Esportes da Prefeitura Canhoto informou que nesse ano o esporte da cidade receberá uma atenção especial. "Estamos desenvolvendo alguns projetos para serem implantados durante o ano

na área de esportes", informou o Coordenador. Canhoto, disse também que em breve disponibilizará um cronograma para os interessados em praticar futebol na cidade. O Secretário de Turismo, Cultura e Esportes Ariando Tosti também parabenizou os atletas pela conquista do título.



**PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE TREMEMBÉ**  
(Lei Estadual nº 8.206 de 27 de dezembro de 1993)  
Rua 7 de Setembro, 76 - CEP 12122-000 - Tremembé-SP - Caixa Postal nº 97 - Fone: 3607.1000 - FAX: 3607.1000  
E-mail: [atbivaleparaibana@vtr.com.br](mailto:atbivaleparaibana@vtr.com.br) - Site: [www.tremembe.sp.gov.br](http://www.tremembe.sp.gov.br)

### Patrulha Mecanizada gera benefício para população

A Secretaria de Agricultura e Meio Ambiente (SAMA) de Tremembé vem apoiando a produção agrícola com aluguel de máquinas e implementos a um preço irrisório aos produtores rurais de nosso município.

A Patrulha Agrícola Mecanizada é uma ferramenta extremamente importante para o desenvolvimento rural, permite melhores condições de trabalho ao pequeno e médio produtor e, além de diminuir os custos de produção, aumenta a produtividade e rentabilidade. Desde 2007 a utilização dos maquinários da Patrulha Mecanizada da Prefeitura é disponibilizada para a população com a função de aração com o globo, gradagem, serviços com a retroscavadeira e trator. Outros serviços também são disponibilizados, como: implementos para adubação, plantio, transporte de insumos, limpeza de áreas, transporte de água através do tanque nível, distribuidor de calcário, arado de três bacias, retroscavadeira acoplado ao trator, planta hidráulica, guincho agrícola, colhedora de forragem e outras atividades agrícolas também são realizadas.

Os maquinários da Prefeitura também poderão auxiliar os produtores da Agricultura familiar que possuem Declaração de Aptidão ao Pronaf (DAP) jurídico com a nova Lei que vigora no município por meio de chamadas públicas para aquisição dos alimentos para Merenda escolar.

Cerca de 90% dos produtores que utilizam esses serviços fazem parte do Assentamento Conquista - representado pela população da agricultura familiar. O uso de tecnologias desenvolvidas no setor rural visa aumentar a produtividade da terra com máquinas e equipamentos adaptados aos pequenos produtores. "O objetivo é eliminar a ociosidade da terra e aumentar a produtividade do trabalho, procurando desenvolver a sustentabilidade ambiental" comenta o Secretário, Francisco de Barros Pereira.

A SAMA informou que até o mês de outubro de 2010 foram realizados cerca de 100 (cem) alugueis das máquinas da Patrulha Mecanizada Municipal, número que vem crescendo a cada ano.

Existem algumas restrições de serviços como movimentação de terra em áreas de manancial com menos de 50 metros do seu entorno, Área de Preservação Permanente como topo de morro, matas ciliares, cursos d'água e Área de Proteção Ambiental.

Os produtores rurais interessados podem protocolar pedido no prédio da Prefeitura, na Secretaria de Agricultura de Meio Ambiente, portando RG, CPF, CCIR, Inscrição Municipal e DIPAM. Após a realização do protocolo, o Engenheiro Agrônomo irá até o local para fazer um relatório da situação da área para elaborar a autorização do pedido.

Melhores informações ligue: 3607-1021.

**Chega de violência contra a criança!**

**Tremembé mora no meu coração**

[www.tremembeonline.com.br](http://www.tremembeonline.com.br)

**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"*

ROPIO CULTURAL

Belliz Cia EDY Art Vital-Max Cia Cultural Farol São José New Big

**Tremembé Online**

[www.tremembeonline.com.br](http://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](mailto:tremembeonline@tremembeonline.com.br)

**A Gazeta dos Municípios**

Tudo que você lê aqui!

Você encontra em:

[www.agazetadosmunicipios.com](http://www.agazetadosmunicipios.com)