

## Miscelânea

**Curiosidades**

Nos últimos anos, uma área da medicina chamada neuróbica tem conquistado a simpatia de muitos especialistas. Como o próprio nome já diz, a neuróbica defende uma espécie de exercício para os neurônios. Desenvolvida a partir dos anos 2000, a neuróbica ganhou destaque por apresentar bons resultados. O cérebro é como qualquer outra parte do nosso corpo. Quando o exercitamos, desenvolvemos novas habilidades e fortalecemo-nos. Por outro lado, quando não fazemos os exercícios necessários, o cérebro atrofia, perdendo a capacidade criativa, a memória e o raciocínio lógico. A prática desses exercícios é menos complicada do que parece. Basta que você mude pequenos hábitos do seu dia a dia. Por exemplo, não vá ao mercado sempre pelo mesmo caminho, alterne a mão com que escova os dentes, se vista de olhos fechados, converse mais com os outros, resolva revistas de passatempos, escreva de olhos fechados... Apesar de serem exercícios simples, eles estimulam o cérebro e auxiliam a pessoa a viver melhor.

Não é segredo para ninguém que a atividade física, em qualquer idade é muito importante para a saúde. Além de fortalecer o corpo e dar mais energia, ela realiza alterações químicas no cérebro que causam felicidade e satisfação. Na terceira idade, fazer exercícios se torna ainda mais necessário. Isso porque o organismo está em constante alteração e trabalhar o corpo e a mente pode auxiliar no combate a diversas doenças e, principalmente, no combate as dores crônicas, tão comuns nessa faixa etária. Faça caminhadas, pratique hidroterapia e, sempre que possível, exercite-se ao ar livre. A diferença será notada logo nos primeiros dias. Lembre-se, porém, de procurar seu médico antes de iniciar qualquer tipo de exercício físico. Cada pessoa tem ritmo e disposição diferentes, portanto, precisa de orientação pessoal.

Todo alimento orgânico é muito mais que um produto sem resíduos de agrotóxicos. Além de serem mais ricos em minerais e nutrientes, os orgânicos são resultados de um sistema de produção agrícola que busca incentivar a conservação do solo e dos demais recursos naturais a longo prazo, reduzindo a poluição. As técnicas de produção orgânica são também destinadas a manter a qualidade nutricional, o sabor, o odor e a textura originais do alimento, incluindo seu aspecto natural. Ao optarem por produtos orgânicos, os consumidores estarão adotando uma dieta mais rica, saudável e saborosa. Apesar de muitas pessoas relacionarem os orgânicos a alimentos frescos e in natura, há opções industrializadas para quem tem pouco tempo para se dedicar ao preparo de suas refeições, mas sem deixar de levar o prazer da boa mesa a um estilo de vida mais saudável.

As estações primavera e verão são ótimas para frutas, legumes e verduras, já que, no Brasil, a maioria das colheitas são feitas em épocas de calor. Isso faz com que o preço seja reduzido e o consumidor possa aproveitar melhor as vitaminas que a natureza nos oferece. Deve-se, porém, tomar muito cuidado na compra e no manuseio desses alimentos. Ao comprar frutas, verduras e legumes, devemos verificar se não existem amassados, se a coloração não está desbotada e se esses alimentos não contêm pequenos furos. Essas práticas podem evitar que muitas doenças, como viroses, ataquem nossos corpos. Para guardar o alimento, utilize sempre locais frescos, arejados e longe de insetos. Para cozinhar, certifique-se de que a água está cobrindo todo alimento e use a água do cozimento e as cascas para o preparo de molhos, sopas e feijões, pois muitos nutrientes ficam nelas. No verão, procure se alimentar com receitas leves, à base de frutas e verduras e boa appetite.

Alguns estudos até associam uma dieta rica em açúcar com o aparecimento de espinhas, mas não há nada especificamente condenando o chocolate. Além disso, a predisposição genética e as alterações hormonais comuns na adolescência e em momentos de stress é que são os principais responsáveis pelas espinhas. Essa lenda pode ter surgido porque muitas pessoas tendem a consumir mais chocolate nos períodos em que estão mais tensas ou ansiosas, situações em que os hormônios ficam mais à flor da pele, estimulando as espinhas.

**Humor**

O fazendeiro para o caipira:

- Nesta terra dá arroz?
- Não dá não, sinhô.
- E feijão, dá?
- De jeito nenhum!
- Dá frutas e verduras?
- Também num dá não, sinhô.
- Soja, café, amendoim, não dá nada?
- Já disse, dotô, num dá nada não!
- Quer dizer que não adianta eu plantar, que não dá nada, mesmo?
- Bom, plantando é outra coisa!

Um jovem discípulo inconformado por não dar sorte com mulher bonita,vai procurar um grande sábio japonês (claro!!!), e pergunta:
- Mestre, o que é preciso para um cara conseguir uma linda mulher?
E o sábio respondeu:
- É precisa karatê, né!
O jovem discípulo não entendendo direito, pergunta:
- Karatê, mestre?
- Sim. É preciso o karatê beleza, o karatê carro, o karatê muita grana...

**Mensagens**

Na sala de reunião de uma empresa, o diretor nervoso fala com sua equipe de gestores. Agita as mãos, mostra gráficos e olhando para cada um ameaça: ninguém é insubstituível! A frase parece ecoar nas paredes da sala de reunião em meio ao silêncio. Os gestores se entreolham, alguns abaixam a cabeça. Ninguém ousa falar nada. De repente, um braço se levanta e o diretor se prepara para triturar o atrevido:

- Alguma pergunta?
- Tenho sim. E Beethoven?
- Como assim? Encara o diretor confuso.
- O senhor disse que ninguém é insubstituível. E quem substitui Beethoven?

Silêncio...

O funcionário então fala:

- Ouvi essa estória esses dias contada por um profissional que conheço e achei muito pertinente falar sobre isso. Afinal as empresas falam em descobrir talentos, reter talentos, mas no fundo continuam achando que os profissionais são peões dentro da organização e que, quando sai um, é só encontrar outro para por no lugar... Quem substituiu Beethoven? Tom Jobim? Ayrton Senna? Ghandi? Frank Sinatra? Garrincha? Santos Dumont? Monteiro Lobato? Elvis Presley? Os Beatles? Jorge Amado? Pelé? Albert Einstein? Picasso? Todos esses talentos marcaram a história... Fazendo o que gostavam e o que sabiam fazer bem, ou seja, fizeram seu talento brilhar. E, portanto, são sim insubstituíveis. Cada ser humano tem sua contribuição a dar e seu talento direcionado para alguma coisa.

Portanto nunca esqueça: Você é um talento único, com toda certeza ninguém te substituirá! Sou um só, mas ainda assim sou um. Não posso fazer tudo, mas posso fazer alguma coisa. Por não poder fazer tudo, não me recusarei a fazer o pouco que posso. No mundo sempre existirão pessoas que vão te amar pelo que você é e outras, que vão te odiar pelo mesmo motivo. Acostume-se a isso. É bom refletir e se valorizar.

## Triatleta faz 8º edição do projeto Pódio que

## Alimenta

Mais do que um triatleta, Alessandro Pimentel é um educador físico com o compromisso de incentivar o esporte junto aos jovens. Idealizador do projeto “Pódio que Alimenta”, criado em 2005, esse projeto é uma ação social que chega ao seu oitavo ano consecutivo com a doação de equipamentos esportivos e cestas de alimentos, destinado na iniciação de jovens à prática esportiva.”O projeto Pódio que Alimenta e a minha iniciativa em realizar palestras em escolas e comunidades têm o objetivo de conscientizar sobre o caminho positivo do universo esportivo, além de compartilhar toda a minha trajetória e experiência de vida dentro e fora das pistas . O projeto já doou aproximadamente 120 mil reais entre materiais esportivos e cestas de alimentos divididos em oito edições. Agradeço sempre os meus parceiros em apoiar essa causa nobre, que sem dúvida é um grande incentivo para muitos jovens se espelharem no futuro positivo do esporte”. e q u i p a m e n t o s disponibilizados serão entregues pelo próprio triatleta que vai custear as 70 cestas de alimentos com recursos próprios. Os equipamentos foram viabilizados através de parcerias, com destaque para apoio da Gatorade. O kit vai conter camisetas (tecido Dry-Fit) e modelo polo, agasalho completo: calça e jaqueta, shorts, bermudas, bonés, squeezes (caramanholas) Gatorade e sacolas especiais, assim como toda linha da Gatorade para degustação. Ainda haverá sorteio de tênis e camisas oficiais autografadas pelo campeão, Alessandro Pimentel.”Sei da importância de incentivar um atleta no início de suas atividades. Conquistei minha primeira medalha em













## Tremembé: Escola Jardim Encantado promove Festa da Primavera



No último dia 10, o Centro de Educação Infantil Jardim Encantado promoveu sua Festa da Primavera 2012. Famílias dos alunos participaram das atividades desenvolvidas durante o evento e ainda apreciaram as apresentações de parlandas e músicas feitas pelas crianças.Muitas atrações ditaram o ritmo da Festa, entre elas exposição e venda de flores, doação de mudas de árvores pela Secretaria de Agricultura e Meio Ambiente e uma exposição sustentável, na qual estavam em destaque as ações sustentáveis desenvolvidas pela escola durante o ano e também as obras de arte feitas por crianças e pais, com

em balagens recicláveis.Dois artistas da cidade também contribuíram de forma especial com a Festa: Kleber Marcelino e Henrique Justen, que mostraram uma pequena parte de seu talento em suas exposições. Uma apresentação folclórica das crianças também foi destaque.

## Leia e Anuncie Contato: 3672 22-57 www.tremembeonline.com.br

	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>

Decreto Legislativo nº 03, de 04 de dezembro de 2012.

Atribui a denominação “ VALDEMAR CARNEIRO DE MATOS” ao Estádio Municipal de Redenção da Serra-SP.

A MESA DA CÂMARA MUNICIPAL DECRETA:

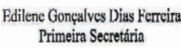
ARTIGO 1º - Fica atribuído a denominação “ VALDEMAR CARNEIRO DE MATOS” ao Estádio Municipal de Redenção da Serra – SP.

ARTIGO 2º - As despesas decorrentes do presente Decreto Legislativo, correrão por conta de verbas próprias, suplementadas se necessário.

ARTIGO 3º - Este Decreto entrará em vigor na data de sua publicação revogadas as disposições em contrário.

Câmara Municipal de Redenção da Serra, 04 de dezembro de 2012.

  
Antonio Carlos Freitas Nogueira  
Presidente

  
Edilene Gonçalves Dias Ferreira  
Primeira Secretária













## O tesouro escondido de Monteiro Lobato

Nova edição de O garimpeiro do rio das Garças resgata um livro raro de Lobato, pouco conhecido até mesmo entre os leitores mais assíduos de sua obra infantilNa década de 1920, aventureiros de todo o Brasil rumaram para a remota região do rio das Garças, no Mato Grosso, atrás do sonho de fazer fortuna no garimpo de diamantes e ouro. Inspirado nesse fato, Monteiro Lobato escreveu O garimpeiro do rio das Garças, livro infantil que permanece desconhecido do grande público e foi editado pela última vez em 1993, há quase 20 anos. A nova edição lançada pela Globinho resgata essa preciosidade da bibliografia do pai da literatura infantojuvenil brasileira. Com linguagem coloquial e elegante, em tom de fábula recheada de humor, atrama acompanha o matuto João Nariz, que vende tudo o que possui e parte para o Mato Grosso disposto a fazer fortuna. A seu favor, apenas um olfato poderoso, que João treina para farejar diamantes, além da companhia do fiel cãozinho Joli. Na luta para mudar seu

destino, o garimpeiro precisa enfrentar uma série de desafios – entre os quais, o embate com dois cangaceiros que sonham em se tornar condes.Na primeira edição desse livro, a obra, que não tem vinculação com o Sítio do Picapau Amarelo, se assemelhava a uma história em quadrinhos e apresentava ilustrações do artista alemão Kurt Wiese. Não se sabe se Lobato escreveu a história a partir dos desenhos, se Wiese ilustrou a partir do texto, ou se texto e imagem se desenvolveram simultaneamente. A nova edição de O garimpeiro do rio das Garças traz ilustrações de Guazzelli, que conferem brilho renovado à história de João Nariz. Com texto de orelha de Marisa Lajolo e prefácio de Cilza Carla Bignotto, este lançamento busca recuperar o lirismo e o humor que a obra anunciava em 1924.**O autor** José Bento Monteiro Lobato nasceu em Taubaté, em 18 de abril de 1882 e faleceu em São Paulo, em 4 de julho de 1948. Um dos mais influentes escritores brasileiros do século 20, Monteiro Lobato foi editor de livros, contista,

ensaísta, tradutor e o grande precursor da literatura infantil no país. Metade de sua obra, publicada com exclusividade pela Globinho – que inclui a clássica série de livros com os personagens do Sítio do Picapau Amarelo – foi escrita para as crianças.**O ilustrador**Eloar Guazzelli Filho é ilustrador, artista plástico e dedica boa parte de seu trabalho às histórias em quadrinhos. Nasceu em 1962, em Vacaria, Rio Grande do Sul, e mora na cidade de São Paulo desde o final de 1999. Mestre em Comunicação pela ECA-USP, obteve premiações em festivais de cinema e de humor no Brasil e no exterior. Ministra aulas de ilustração no Istituto Europeo di Design, em São Paulo, e há 26 anos trabalha como diretor de cinema para filmes de animação.Ficha técnica
T í t u l o : O garimpeiro do rio das Garças Autor: Monteiro Lobato Ilustrador: Eloar Guazzelli Filho Gênero: infantil Páginas: 64 Formato: 17,5 x 23 cm Indicação: a partir de 7 anos Preço: R\$ 32,00 ISBN: 978-85-250-5308-4 Editora: Globinho



	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>
	<b>Câmara Municipal de Redenção da Serra</b> <small>- ESTADO DE SÃO PAULO -</small>

Decreto Legislativo nº 04, de 04 de dezembro de 2012.

Atribui a denominação “THOMAZ GONÇALVES DIAS” ao Centro da Melhor Idade de Redenção da Serra-SP.

A MESA DA CÂMARA MUNICIPAL DECRETA:

ARTIGO 1º - Fica atribuído a denominação “ THOMAZ GONÇALVES DIAS” ao Centro da Melhor Idade de Redenção da Serra – SP.

ARTIGO 2º - As despesas decorrentes do presente Decreto Legislativo, correrão por conta de verbas próprias, suplementadas se necessário.

ARTIGO 3º - Este Decreto entrará em vigor na data de sua publicação revogadas as disposições em contrário.

Câmara Municipal de Redenção da Serra, 04 de dezembro de 2012.

  
Antonio Carlos Freitas Nogueira  
Presidente

  
Edilene Gonçalves Dias Ferreira  
Primeira Secretária

## Pindamonhangaba: Prefeitura apresenta novos conselheiros do Comdema

Na próxima quarta-feira (19) será realizada a posse dos novos membros do Conselho Municipal de Defesa do Meio Ambiente (Comdema). Serão oito conselheiros, quatro do poder público e quatro da sociedade civil. O cerimonial será

realizado às 17 horas, no auditório da Prefeitura. O evento é promovido pela Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio do Departamento de Meio Ambiente. O Comdema oferece assessoramento para o município em questões referentes ao equilíbrio

ecológico ao combate às agressões ambientais. Os novos membros terão a responsabilidade de avaliar os pareceres, moções e deliberações do Conselho e discutir os diferentes temas relacionados à gestão ambiental.

## Natal em Pinda está repleto de atrações culturais

Apresentações musicais, de dança, teatro, passeios históricos têm feito parte da programação de natal oferecida pela Prefeitura de Pindamonhangaba. Até o dia 27 haverá atração cultural, sendo a última a apresentação do espetáculo “Médico à força”, contemplando o encerramento das oficinas culturais. Nos dias 15 e 16 o público teve a oportunidade de prestigiar o VI Festipoema, onde atores

interpretaram poemas com temas diversificados. Ao todo foram selecionados 34 trabalhos, estes ganharam nova roupagem com o trabalho dos artistas do município. O evento aconteceu no Centro Comunitário do Bosque. Já quem passou pela Praça da Cascata teve o privilégio de conferir as apresentações dos projetos “Eu Faço Dança” e “Eu Faço Música”, os corais Cantando na Terra da Princesa do Norte e igreja

Cristã Petra, a camerata da Euterpe e a banda de Aprendiz da Euterpe. As atrações do projeto “Arte no Coreto” serão finalizadas dia 23, com a apresentação das peças realizadas a partir das 20h30. Até a data citada acima, será possível visitar o Papai Noel em sua casinha, das 19h30 às 22 horas, e brincar com os duendes. A programação completa pode ser conferida no site [www.pindamonhangabusp.gov.br](http://www.pindamonhangabusp.gov.br).

## Taubaté está à frente de grandes capitais brasileiras para investimentos estrangeiros

Taubaté está entre as dez cidades brasileiras que mais atraem investimentos estrangeiros. A cidade aparece em 7º lugar na Pesquisa de Atratividade 2012, realizada pela empresa Ernst & Young Terco. O relatório combina uma análise de investimentos estrangeiros diretos (IED) realizados no Brasil desde 2007, com uma pesquisa conduzida com 250 executivos globais, tomadores de decisão, sobre suas visões a respeito do Brasil como potencial local para negócios no futuro. Dessa forma, Taubaté faz parte de um grupo seleto, já que, segundo a Ernst & Young Terco, 78% dos

entrevistados apontaram o Brasil como o destino mais atrativo para investimentos estrangeiros diretos no futuro e 83% disseram que a atratividade do país aumentará nos próximos três anos. Além disso, em 2011 o Brasil registrou um recorde de projetos de IED, se firmando como o segundo destino global mais popular em termos de investimento estrangeiro direto e o quinto em número de projetos. Nesse contexto, Taubaté aparece à frente de importantes capitais brasileiros, como Salvador, Recife e Belo Horizonte. De acordo com o estudo, em 2010 a cidade recebeu um projeto de IED, número

que cresceu para quatro em 2011 – um crescimento de 300%. Ao avaliar o resultado da pesquisa, o prefeito de Taubaté, Roberto Peixoto, considerou que o resultado “confirma que nossa política de desenvolvimento econômico segue num processo de fortalecimento”. “Ampliamos a nossa infraestrutura, diversificamos nosso parque empresarial, criamos uma política séria de atração de investimentos e, com isso, estamos desenvolvendo nossa cidade, inclusive, nos mantendo na liderança da geração de empregos em nossa região”, afirmou Peixoto.

## Peixoto entrega Uniligas e fala sobre união dos desportistas de Taubaté

O prefeito Roberto Peixoto entregou na última terça-feira (11), um novo espaço para abrigar atividades desportivas da cidade. Trata-se da Uniligas, construída pela Prefeitura no complexo esportivo Félix Guisard, conhecido como estádio da CTIO local será a nova sede da Secretaria de Esportes de Lazer e também abrigará as diversas ligas oficiais em

atividade hoje no município, como as de futebol, vôlei, handebol e atletismo máster, além da Associação dos Cronistas Esportivos de Taubaté (ACET). A construção da Uniligas é apontada por Peixoto como um “grande avanço na área de esportes de Taubaté”. “A instalação das entidades na Uniligas vai aproximar e unir ainda mais os desportistas da

cidade da administração municipal, além de oferecer melhores acomodações para o desenvolvimento de suas atividades”, destacou Peixoto. O prefeito sugeriu que o novo espaço receba o nome de um desportista da cidade e deixou aos presidentes das Ligas a escolha do nome de quem será o homenageado.

## Chico Saad apresenta projeto de preservação da Mata do Bugio

O vereador Chico Saad (PMDB) apresentou a representantes da Volkswagen, de entidades ambientalistas e de proteção aos animais a proposta de preservação da Mata do Bugio, uma reserva no bairro do Barreiro onde habitam espécies desse primata. Segundo o vereador, seriam necessários R\$ 600 mil para essa finalidade. O valor corresponde ao cercamento da área de 72 mil m<sup>2</sup> com alambrado, a construção de uma torre de observação, de um viveiro de mudas e a compra de uma casa no local, que será usada como sede da ONG SOS Bugio e sala para aulas. Também seria feita uma loja, para venda de produtos ligados à entidade. Chico Saad destacou a área está localizada em remanescente da Mata Atlântica, e o

objetivo da reunião era chamar a sociedade civil a conservá-la. A Prefeitura de Taubaté, de acordo com o vereador, disponibilizará dois vigias. O parlamentar destacou ainda que o bugio tem sofrido muito com acidentes domésticos e atropelamentos e, com o cercamento da área, seria feito um corredor ecológico para que os animais possam se deslocar em busca de água. Presidente do Instituto Sapucaia, João Roman Neto disse que é possível preservar não só a Mata do Bugio, mas fazer uma triangulação entre outras áreas onde a espécie é encontrada, como a Fazenda Santa – primeiro estúdio do cineasta Mazaropi, o Vale do Fúmil, em São Luiz do Paraitinga, e a Mata do Bugio. Disse ainda que a fundação SOS Mata Atlântica estuda a criação de

filiais específicas, o que poderia se aplicar ao caso. A gerente de assuntos governamentais da VW, Glória Merendi, assegurou que a fábrica tem histórico de preservação, mas o primeiro passo para aceitar a parceria seria o reconhecimento da SOS Bugio como entidade legalmente constituída. “Só aí poderemos analisar o projeto, mas vejo que tem um futuro promissor”, salientou Pollyana Gama (PPS) elogiou Saad pela iniciativa. “Não tem como você falar da Mata do Bugio sem se lembrar do alerta do Chico Saad sobre a necessidade da preservação. Para se tornar esse projeto sustentável, é necessário que se tenha projetos socioeducativos, e podemos começar com palestras, principalmente das escolas da região”, sugeriu a vereadora.

## Dieese apresenta balanço das negociações dos Metalúrgicos de Taubaté em 2012

A Subseção do DIEESE dos Metalúrgicos de Taubaté e Região apresentou em entrevista coletiva realizada ontem, quinta-feira, dia 13, um balanço das negociações coletivas da categoria e do saldo de emprego do ramo metalúrgico em 2012. Durante a coletiva, o presidente do Sindicato dos Metalúrgicos de Taubaté e Região, Isaac da PLR, fez uma análise dos dados do DIEESE sobre as conquistas e avanços da categoria em 2012. O levantamento aponta que as negociações da categoria em 2012 garantem a injeção de R\$ 378,3 milhões na economia de Taubaté e do Vale do Paraíba no período de 2012 – 2013. O balanço do DIEESE envolve as negociações de Data Base, acordos com a contrapartida de abonos, PLR (Participação nos Lucros e Resultados) e 13º salário dos trabalhadores com carteira assinada em Taubaté e Região. A Campanha Salarial dos Metalúrgicos deverá injetar R\$ 110 milhões na economia no período de setembro de 2012 a agosto de 2013. A estimativa do DIEESE aponta um crescimento de 8,10% no valor injetado na economia em relação a 2011. Os dados também mostram um crescimento real da massa

salarial de 2,57% - que também é superior ao da base de 2011, que registrou uma variação real de 2,43%. Com relação aos abonos, o DIEESE estima que R\$ 33,4 milhões serão injetados na economia regional pelos Metalúrgicos de Taubaté, sendo que o valor médio do abono teve um aumento de 12,8% em relação a 2011. PLR A PLR garante a injeção de R\$ 147 milhões na economia de Taubaté e Região em 2012 segundo o DIEESE, contemplando cerca de 90,7% dos trabalhadores da base. De acordo com o DIEESE, a PLR dos metalúrgicos vem apresentando um crescimento constante desde 2007, com um crescimento real de 127%. 13º Concluindo o balanço, o DIEESE estima que o 13º salário dos Metalúrgicos de Taubaté e Região injetará R\$ 87,3 milhões em 2012, o correspondente a 44,5% do total a ser injetado pelos trabalhadores com carteira assinada na cidade que é de R\$ 195,9 milhões. Emprego De acordo com a Subseção do DIEESE, o setor metalúrgico apresentou um saldo positivo de empregos gerados em 2012. O estudo aponta que na base dos metalúrgicos de Taubaté há um saldo positivo de 853

postos de trabalho criados no ano de 2012 até outubro. Segundo o DIEESE, em outubro de 2012 verificou-se o total de 20.325 trabalhadores metalúrgicos registrados no Ministério do Trabalho e Emprego. De acordo com a secretaria geral do Sindicato dos Metalúrgicos de Taubaté e Região, há um total de 21.297 trabalhadores representados pela entidade. Para o DIEESE, isso representa um crescimento de 2,1% em comparação com dezembro de 2011, quando havia 20.868 trabalhadores. Segundo o presidente Isaac do Carmo, os Metalúrgicos de Taubaté tiveram mais um ano positivo no que diz respeito às negociações coletivas e acordos, e a geração de empregos. “Os Metalúrgicos de Taubaté conseguiram acompanhar o bom momento da economia brasileira e continuar o ritmo crescente de valorização dos salários e demais benefícios, aquecendo a economia e gerando empregos, panorama contrário do que vemos na Europa onde existe uma pauta de recessão, desemprego e de ataques à organização e aos direitos dos trabalhadores”, afirma Isaac do Carmo.



CAÇAPAVA • CAMPOS DO JORDÃO • CARAGUATUBA • CUNHA • ILHABELA • JAMBEIRO • LAGOINHA • MONTEIRO LOBATO • NATIVIDADE DA SERRA • PARAIBUNA • PINDAMONHANGABA • REDENÇÃO DA SERRA • SANTO ANTONIO DO PINHAL • SÃO BENTO DO SAPUCAÍ • SÃO LUIZ DO PARAITINGA • TAUBATÉ • TREMEMBÉ • UBATUBA



ANO XXII 18 DE DEZEMBRO DE 2012 Nº 4/874 DIRETOR RESPONSÁVEL: DANIEL D. RIBEIRO DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA R\$ 1,00

## ADJ Diabetes Brasil realiza balanço do Dia Mundial do Diabetes

Foram realizados 10.048 testes de glicemia, sendo que 272 pessoas relataram que já tinham diabetes e 580 apresentaram um pré-diagnóstico. ADJ Diabetes Brasil fechou o balanço de todas as atividades realizadas para chamar a atenção para o Dia Mundial do Diabetes. Além da iluminação azul da Ponte Estaiada, Monumento às Bandeiras, Obelisco do Ibirapuera e Arcos do Viaduto do Ché e a própria sede da instituição, foram realizados 10.048 testes durante os dias de campanha, sendo que 580 deles mostraram alteração da glicemia. Segundo a equipe da ADJ Diabetes Brasil, “às pessoas que apresentaram alteração da glicemia, fornecemos a orientação para irem aos laboratórios de diagnóstico para que realizem o exame em jejum para saber se o diagnóstico é confirmado e possam levar ao conhecimento de seus médicos o mais breve possível. Todos também foram orientados inclusive a conhecer o trabalho da nossa instituição”. Se houver a confirmação de diagnóstico de diabetes, as pessoas terão acesso a todos os atendimentos da ADJ gratuitamente, sejam eles nutrição, odontologia, psicologia, podologia, enfermagem, além de palestras e grupos de apoio. Foram envolvidas nas ações 107 pessoas, entre a

equipe da ADJ e voluntários. Ao todo, no dia 16 de outubro, foram realizados 449 testes de glicemia na Unidade Itaquera da UniCastelo; 499 testes na Unidade Itaquera da Faculdade Santa Marcelina, no dia 17 de outubro; 2.586 exames no Super Shopping Osasco, entre 18 e 21 de outubro; 2.633 testes no Shopping Boulevard Tatuapé, entre 24 e 28 de outubro; 2.343 exames de glicemia no Shopping West Plaza, de 8 a 12 de novembro e 1.538 na Estação Brás do Metrô no dia 14 de novembro. “Nós pudemos conscientizar o público que compareceu sobre a importância da realização de exames, informação aos familiares sobre diabetes, possibilidade de melhorar o tratamento de pessoas que já têm o diagnóstico e sugerir às pessoas, que tiveram alteração dos resultados, que possam realizar o exame em jejum e consultar seus respectivos médicos”, explica a equipe. Para a realização destas ações a ADJ Diabetes Brasil contou com o patrocínio das seguintes empresas: Bristol – AstraZeneca, Bayer, Roche, Abbott, MedLevensohn, Novo Nordisk, Sanofi-Aventis, Suavipan, Boehringer, Nipromed, Super Shopping Osasco, Primeira Cor. Mais informações podem ser acessadas no

[www.adj.org.br](http://www.adj.org.br) Sobre o Dia Mundial: O Dia Mundial do Diabetes foi criado em 1991 pela International Diabetes Federation (IDF) em parceria com a Organização Mundial da Saúde (OMS), em resposta ao aumento do interesse em torno do diabetes no mundo. Celebrado em 14 de novembro, é visto como a maior iniciativa mundial em torno do diabetes. A data foi escolhida devido ao nascimento do cientista canadense Frederick Banting que, em parceria com Charles Best, foi responsável pela descoberta da insulina, em outubro de 1921. Dois anos mais tarde, Banting recebeu o Prêmio Nobel de Medicina por esta descoberta e pela aplicação da insulina no tratamento das pessoas com diabetes. O símbolo do Dia Mundial do Diabetes é um círculo azul que simboliza a união. A IDF buscou um formato simples para facilitar a reprodução e o uso para as pessoas que quisessem dar apoio à campanha. Esta data também é marcada com a iluminação em todo o mundo de monumentos e construções de destaque na mesma cor. O azul representa o céu e é a mesma cor da bandeira das Nações Unidas, que simboliza também a união entre os países. Neste dia, é estimulado o uso de roupas na cor azul, cor símbolo da campanha.

## Taubaté: Alunos da Associação ProJudô são promovidos

Aconteceu no dia 10 de dezembro, o Exame de Graduação do segundo semestre da Associação ProJudô realizado no salão da paróquia São Pedro. Participaram das provas teórica e oral os alunos: Alessandro Braga Luiz, Rômulo Luiz Ferreira Lima Miranda e Rayane foram os candidatos à faixa laranja e o associado Lucas Augusto Marcos foi o candidato a faixa amarela. Infelizmente o associado Michel Matias Monteiro não

pode realizar o exame para faixa laranja, devido a uma lesão que teve no tornozelo, uma semana antes do exame. O sensei (professor) Antônio Carlos Guedes – 4º DAN, Conselheiro Fiscal e instrutor de Judô da Associação ProJudô, afirma: “estamos crescendo e a cada dia aumenta a quantidade dos praticantes de judô, não vejo a hora de inaugurarmos logo o segundo polo no bairro da Santa Fé”. Como dizem os mais experientes no mundo do judô: “o judô inicia-se na

faixa preta”. E ela é o norte para os alunos que estão a cada ano conquistando suas faixas coloridas e assim deve ser. O Sensei Regis Cândido da Silva – 4º DAN, professor responsável pela Associação ProJudô afirma: “precisa continuar estudando e se dedicando, sem suor não existe glória”. A Associação ProJudô agradece aos seus parceiros: Padre Fabio da Paróquia São Pedro, AC Editoração, Academia Bem Estar e a Quality Assessoria Contábil.

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

## Irmandade de Taubaté encerra atividades do ano com grande festa

Foi com muita alegria que a Irmandade de Misericórdia de Taubaté comemorou o encerramento das atividades de 2012 na noite de quinta-feira, dia 13. Animados, alunos e professores se reuniram no salão da entidade para prestigiar a grande festa, que teve início com a celebração de uma missa aos idosos. Na sequência, os convidados foram presenteados com uma linda apresentação do Coral da Irmandade, comandado pelo professor Alexandre Freitas. Cerca de 50 alunos embarcaram alegria ao apresentar as tradicionais canções natalinas escolhidas para a noite e emocionaram o público presente. “Foram dois meses de ensaio e um repertório escolhido a dedo para esta data especial. Estou muito feliz com o resultado e tenho certeza que meus alunos conseguiram passar toda a paz e tranquilidade que a música transmite”, elogiou

o professor do Coral. A aluna Lúcia Assoni, que participou pela primeira vez da apresentação de fim de ano do Coral, disse estar realizada com a oportunidade. “Estou há um ano neste grupo e me sinto muito feliz ao transmitir emoções através da música. A música nos traz vida, energia e nos faz renascer”, comentou Lúcia. Boa música não faltou para alegrar a noite. O encontro seguiu com a participação de um conjunto musical para agitar os convidados, que tomaram conta do salão e foram embalados pela dança. E para dançar, valia de tudo: tinham casais, mulheres dançando com outras colegas e também dançando sozinhas, como a Dona Josefina Xavier, que não se intimidou com o público e foi logo ensaiando alguns passos. “Hoje eu vim para me divertir. A festa está muito boa. A Irmandade foi a melhor coisa que eu encontrei ao

longo deste ano”, disse. O evento reuniu cerca de 500 participantes, entre alunos, funcionários e convidados. O provedor da entidade, José Roberto dos Santos, se mostrou satisfeito com o encontro. “Foi um ano muito positivo para a Irmandade. Ampliamos nosso espaço, recebemos novos alunos e tivemos novas programações também. Essa comemoração é uma forma de agradecimento a todos os alunos, professores e demais funcionários que contribuem diariamente para o sucesso deste nosso trabalho. É mais que merecido”. A entidade terá as atividades encerradas oficialmente na próxima semana e as aulas serão reiniciadas no final de janeiro. A Irmandade de Misericórdia de Taubaté fica à Rua Portugal, 169, Jardim das Nações. Informações pelo telefone (12) 3632-4423.

## Pindamonhangaba é multiplicador do SISREG na região

Há um ano na rede, o Sistema Regulador auxilia a saúde da cidade. O Sistema Regulador (Sisreg) entrou no município há um ano e desde o momento vem trazendo várias melhorias e benefícios para o atendimento da rede de saúde de Pindamonhangaba. A cidade implantou em 2011 um sistema que faz um mapeamento no município no setor da saúde. “Com o Sisreg é possível sabermos onde tem mais atendimento, como está a saúde em Pinda. Também conseguimos fazer um acompanhamento no índice de faltosos, com o sistema é possível ter o nome dos pacientes que estão faltando”, explica o gerente de informações SUS, Otávio Augusto dos Santos. Segundo o gerente, no último levantamento feito no município sobre exame de mamografia, no período de agosto a outubro, foram agendados em torno de 1.765 exames e dentro desse número 375 faltaram. “É um índice muito alto, é mais de 20% de faltas. Algumas especialidades de consultas

chegam a 30% de faltas, é um índice elevadíssimo, mas com o sistema regulador conseguimos rastrear quem e onde faltam”, enfatiza Santos. Os municípios da região do Vale do Paraíba estão tomando Pindamonhangaba como base para a implantação do sistema nas suas redes de saúde. Guaratinguetá implantou o Sisreg e teve o auxílio e as instruções de Pinda. Cruzeiro está especulando a implantação, vindo como funciona e estudando os números de Pinda para implantar o sistema no município. A ideia é que várias cidades da região tenham o sistema para obter resultados positivos e atender a população da melhor forma possível. “Antes o que demorava de 60 a 70 dias para marcar um exame, hoje marcamos de 5 a 10 dias no máximo e temos todas as informações on-line. A ideia do sistema é humanizar o atendimento e ter transparência. Com a transparência dos dados ficou fácil fazer projeções para o próximo ano e conseguir,

assim, melhorar cada vez mais o atendimento na rede”, afirma o gerente. O projeto para 2013 é implantar o sistema na área de fisioterapia. O gerente de informações do SUS pede aos municípios de Pinda que marquem as consultas e exames somente se forem e caso haja imprevistos que desmarquem com antecedência para haver a possibilidade de encaixe de outras pessoas. “É importante os municípios colaborarem conosco para conseguirmos fazer um atendimento melhor e rápido. A procura é muito grande, é preciso evitar ao máximo faltar. Hoje, as vagas estão disponibilizadas para as unidades online, então o paciente pode escolher o dia da consulta ou exame. O sistema trouxe para as unidades esta autonomia, trabalhar de acordo com a sua demanda”, frisa Santos. Pindamonhangaba conta com mais de 148 mil habitantes e as faltas em consultas e exames prejudicam não só a estrutura da saúde pública como também os cidadãos.

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