

Miscelânea

Curiosidades

A primeira mulher a atravessar o Atlântico, pilotando um avião, foi a norte-americana Amélia Earhart. Foi também a primeira a voar nos Estados Unidos, de costa a costa. Amélia Earhart desapareceu no Pacífico, em 1937, quando tentava ser também a primeira a completar uma volta em redor da Terra, circulando o Equador.

O Conselho de Segurança da ONU é formado por quinze países, dos quais cinco têm lugar permanente: Estados Unidos, Rússia, Grã-Bretanha, França e China. Os dez restantes são eleitos a cada dois anos, em sistema rotativo.

A primeira lei de trânsito chamava-se Lei da Bandeira Vermelha e foi promulgada em 1836, na Inglaterra. Além de limitar em 10 quilómetros por hora a velocidade máxima, obrigava a que o carro fosse precedido por um homem portando uma bandeira vermelha para alertar os pedestres, a no mínimo 60 metros de distância.

A data da Páscoa Cristã no Ocidente é o primeiro domingo após a primeira lua cheia do equinócio da primavera. Se a lua cheia cair em um domingo, o da Páscoa será o seguinte. Isto faz com que o domingo de Páscoa caia entre 22 de março e 25 de abril. Esta norma fixou-se após muitas controvérsias. Após o século VIII.

Está parado há mais de 50 anos na ONU o projeto de um novo calendário em que todos os meses começariam em domingo e terminariam em sábado. Cada dia de cada mês cairia sempre no mesmo dia da semana. Teria 13 meses de 28 dia. O novo mês teria o nome de Sol e seria intercalado entre junho e julho.

Humor

Dois argentinos chegaram ao Brasil sem nenhum dinheiro. Nas primeiras horas da manhã, um diz para o outro:

- Vamos nos separar e pedir dinheiro na rua! E no final da tarde, nós nos encontramos para saber quanto dinheiro ganhamos!

E cada um vai para um lado. Ao cair da tarde eles se encontram e um pergunta para o outro:

- Quando você ganhou?

- Eu ganhei 30 reais!

- E como você fez para ganhar isso?

- Eu fui ao parque e falava: Tenho três criancinhas para sustentar e eu preciso de ajuda. E você quanto ganhou?

- Eu ganhei 2.000 reais!

- Nossa! Exclamou o outro. E o que você falava pra ganhar tudo isso?

- Eu falava: Ajuda-me, me faltam apenas 50 reais pra comprar uma passagem pra eu voltar para a Argentina!

Mensagens

Quanto maiores somos em humildade, tanto mais próximos estamos da grandeza.

A humildade não pode ser apanhada por nenhuma paixão, nem a ira pode molestá-lo, nem mesmo o desejo de glória.

O humilde e o tímido costumam seguir caminhos seguros, a coragem segue caminhos elevados.

Mais importante que adquirir uma grande sabedoria é a humildade na hora de transmiti-la.

Estude a si mesmo, observando que o autoconhecimento traz humildade e sem humildade é impossível ser feliz.

Essas depressões por vezes ou por outros descobrirem os seus defeitos, não têm fundamento... Pede a verdadeira humildade.

Essas falsas humildades é comodismo, assim, tão humildezinho, vais abandonando direitos que são deveres.

É preciso permitir que alguém nos ajude, nos apoie, nos de forças para continuar. Se aceitamos este amor com pureza e humildade, vamos entender que o amor não é dar ou receber, é participar.

Aprender uma coisa significa entrar em contato com um mundo do qual não se tem a menor ideia. É preciso ser humilde para aprender.

A pureza do coração é inseparável da simplicidade e da humildade.

Pensamentos

O orgulho divide os homens a humildade une-os.

Humildade é saber exatamente o que somos e o que valemos.

Deus protege e liberta o homem humilde.

A vida é uma longa lição de humildade.

Nada dura tanto exceto as mudanças.

O futuro não é mais do que costuma ser.

O homem que pensa senão em viver, não vive.

Não há solidão mais triste do que a do homem sem amigos.

Felizes são os cães que pelo faro descobrem os amigos.

Não se ache horrível de manhã, acorde depois do meio dia.

As datas, só elas dão verdadeira consistência à vida e à morte.

Arrependo-me muitas vezes de ter falado, nunca de ter calado.

O dinheiro não é tudo na vida e geralmente nem o suficiente.

A estrada da vida só tem espinhos quando andamos sozinhos.

Feliz é aquele que não sabe o que significa saudeade.

O melhor lenço para uma lágrima é o sorriso da mulher amada.

Osteoporose tem tratamento na rede de saúde de Pindamonhangaba



Dia 20 de outubro é o dia mundial da osteoporose, e todos precisam ficar atentos aos sintomas e procurar ajuda. A Prefeitura de Pindamonhangaba por meio da Secretaria de Saúde disponibiliza na rede do município uma variedade de tratamento e médicos para auxiliar o munícipe que precisa do atendimento à osteoporose. A Osteoporose é uma doença caracterizada pela diminuição da massa óssea com aumento da fragilidade óssea. Ela é uma consequência do processo de envelhecimento. As mulheres são mais suscetíveis à doença do que os homens. O climatério de Pindamonhangaba, um grupo de tratamento de menopausa, tem como objetivos abordar durante as reuniões sobre a doença. As melhores estratégias para prevenção da doença devem ser instituídas a partir dos 35 anos, idade em que se inicia a perda de massa óssea. Atualmente são contabilizados mais de 60 médicos na rede, que estão aptos a atender a população. É possível fazer o tratamento da doença e também a prevenção. Em alguns casos, poderá haver a indicação de Fisioterapia. Mais informações podem ser obtidas no posto de saúde mais próximo de sua residência. Fique atento! **O que é a osteoporose?** A **osteoporose** é uma doença que atinge os **ossos**. Caracteriza-se quando a quantidade de **massa óssea** diminui substancialmente e desenvolve ossos ocos, finos e de extrema sensibilidade, mais sujeitos a fraturas. Faz parte do processo normal de **envelhecimento**, e é mais comum em mulheres do que em homens. A doença progride lentamente e r a r a m e n t e apresenta **sintomas** antes que aconteça algo de maior gravidade, como uma fratura, que costuma ser espontânea, isto é, não relacionada a **trauma**. Se não forem feitos exames diagnósticos preventivos a osteoporose pode passar despercebida, até que tenha gravidade maior. A osteoporose pode ter sua evolução retardada por m e d i d a s preventivas. PrevençãoO médico pode orientar sobre dietas, atitudes, exercícios e medicações que podem auxiliar o paciente a preservar seus ossos fortes enquanto a idade chega. A eliminação dos maus hábitos de vida, o estímulo à atividade física e a exposição moderada e correta aos raios solares devem ser sempre consideradas seja na prevenção ou no tratamento da osteoporose. Os fatores de risco devem ser preocupação desde a infância para que se tenha ossos sempre fortes.TratamentoSe você apresenta osteoporose, seu médico indicará o tratamento que mais lhe convém. Dentre os medicamentos disponíveis atualmente destacam-se a Calcitonina, os Bisfosfonatos, o Raloxifeno, a Teriparatida, o Cálcio (e suas várias formulações) e a Vitamina D (e seus metabólitos). Embora eficazes e seguros,

estes medicamentos são usados, apenas quando necessários. Apenas o seu médico saberá qual opção de tratamento é mais indicada p a r a você.Estimativas:Estima-se que mundialmente l em cada 3 mulheres e l em cada 5 homens acima da idade dos 50 tem osteoporose. Ela é responsável por milhões de fraturas anualmente, a maioria envolvendo **vértebras lombares, quadril e punho**. Quem se encontra em maior risco de desenvolver a doença são: Mulheres; Fumantes; Consumidores de **álcool** ou **café** em excesso;**Diabéticos**;**Atividade física** inadequada, quer em excesso, quer ausência.Esta doença tem acentuada incidência sobre os brasileiros (em número que supera os 10 milhões), e cerca de 2000 pessoas morrem anualmente em decorrência de complicações de fraturas devidas a esta doença (Revista Veja - 2008).A Densitometria Óssea estabeleceu-se como o método mais moderno, aprimorado e inócuo para se medir a densidade mineral óssea e comparado com padrões para idade e sexo. Essa é condição indispensável para o diagnóstico e tratamento da osteoporose e de outras possíveis doenças que possam atingir os ossos. Os aparelhos hoje utilizados conseguem aliar precisão e rapidez na execução dos e x a m e s , a exposição à radiação é b a i x a , tanto para o paciente como para o próprio técnico.

EXPEDIENTE	
<p> Edição por Editora Flor do Vale Jornalismo Comunicação e Promoção Ltda ENP: 01.661.528/0001-43 Rua dos Lírios, 111 - Flor do Vale - Tremembé - S.P. Tel. (0xx12) 3672-2257 - Fax (0xx12) 3672-4831 CEP 12120-000 - E-mail: editoriaflordoval@terra.com.br Registro no INPI 81171790 - Impresso em 19/10/2012 Diretor responsável pela publicação: Daniel Domingues Ribeiro PRT 0040860 Diretora Comercial: Dolores Russo Ediçãoção Eletrônica e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital Representante em São Paulo REVESP Representações Ltda. Nomeada dos Júrgens, 455 Corj. 46 - São Paulo -CEP 04088-001 Filial a ADJORJ Associação dos Jornais do Interior Sistema de distribuição dirigida Materias pagas ou autografadas Não representam necessariamente a opinião deste jornal.</p>	<p> POSTOS DE DISTRIBUIÇÃO CAÇAPAVA: Na banca da Praça das Bandeiras e outside da cidade. CAMPORUBIO JORDÃO: Bancas de Jornais da Av. Aterresia CARAGUATATUBA, Salles Jornais e Revistas - Rua Manoel Soares. CUNHA: Banca da Várzea - Rua Augusto Galvão de França (Ao lado do campo de futebol) JAMBERO: Paquetairia Bongiolo - Praça Almeida Gil, 19 - Centro LACONIA: Praça Congarória - Praça Pedro Alves Ferreira,65 MONTENEGRO: Banca do Lu - Praça Com. Fiees. NATIVIDADE DA SERRA: Banca Nossa Senhora de Natividade e Parafusaria Páez Zico. Rua Lino da Silva. PARABUNA: Praça Antonio Cavaleira, 100 - Banca contra das Letras PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jornais e Rev. Rua Dep. César Claro 218. REDENÇÃO DA SERRA: Banca de Redenção/Av. 7 de setembro, 258 SANTO ANTONIO DO PINHAL: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária). SÃO BENTO DO SAPUCAÍ: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária). SÃO LUIS DO PARAITINGA: Banca da Casada e comércio local. Taubaté: Banca da Praça Praça Dom Epimondadas - 3632-18-08 TREMEMBÉ: Nas bancas de jornais da Av. Ipiranga e no Bispaj. Este jornal é distribuído à todos as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais. Jornal Regional</p>

Pinda: Prefeitura realiza doação de mudas nativas e frutíferas



A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Governo/ Departamento de Licenciamento Ambiental e Urbanismo, realiza a doação de mudas de árvores nativas e frutíferas nesta quinta-feira, dia 18.Os interessados deverão comparecer ao Viveiro Municipal para a retirada de sementes e, em

seguida, retirada das mudas. O horário da entrega das mudas será das 8h às 10h30 e serão agraciadas as primeiras 30 pessoas que retirarem a semente.Cada pessoa poderá retirar até 14 mudas, sendo 12 de árvores nativas e duas de frutas nativas. Somente moradores da área rural e chácaras na área urbana poderão

Inscrições para a EMCA encerram nesta semana

Encerram-se na próxima sexta-feira, 19, as inscrições para o processo seletivo da Escola Municipal de Ciências Aeronáuticas – EMCA, mantida pela Prefeitura de Taubaté.A unidade oferece 70 vagas para o curso técnico de manutenção de aeronaves, que é homologado pela Agência Nacional de Aviação Civil (Anac) e tem duração de dois anos.As inscrições devem ser feitas na própria EMCA, localizada na Avenida Tomé Portes Del Rey, 507, Vila São José. O horário de atendimento é das 14h30 às 22h.O candidato deve ter idade mínima de 17 anos, ensino médio completo, não possuir diploma de nível superior e ser residente em Taubaté.A taxa de inscrição é de R\$ 32,00.Para se inscrever o candidato deve apresentar original e xerox do RG, Título de Eleitor e do comprovante de residência, além do comprovante de pagamento da taxa.As provas do processo seletivo estão marcadas para 11 de novembro deste ano, das 7h30 às 12h30, e serão realizadas na Escola Municipal de Ensino Fundamental e Médio Professor José Ezequiel de Souza.De acordo com o cronograma da escola, os resultados serão divulgados no dia 11 de dezembro deste ano. Já as matrículas serão feitas no período de 14 a 18 de janeiro do próximo ano. O início das aulas está previsto para 23 de janeiro de 2013.Mais informações podem ser obtidas pelo telefone 3608-7579 e pelo e m a i l emcataubate@yahoo.com.br.

Terça Insana é o próximo espetáculo a ser apresentado no Teatro Municipal

“Terça Insana 2012 - Antes Que O Mundo Acabe” é a mais recente criação da Terça Insana e será apresentada ao público de Ubatuba nos dias 20 e 21 de outubro.Já estão à venda na bilheteria do Teatro os ingressos para o próximo espetáculo a ser apresentado no Centro do Professorado de Ubatuba / Teatro Municipal.

“Terça Insana 2012 - Antes Que O Mundo Acabe” é a mais recente criação da Terça Insana e será apresentada ao público de Ubatuba nos dias 20 de outubro, às 21h e 21 de outubro às 19h.Os ingressos saem a R\$ 50 a entrada inteira e R\$ 25 a meia entrada, válida para estudantes, maiores de 60 anos, aposentados, professores, funcionários públicos e clientes Porto Seguro. A classificação indicativa é para maiores de 14 anos.**O espetáculo**O espetáculo “Terça Insana 2012 - Antes Que O Mundo Acabe”aborda o fim do mundo que, segundo a profecia Maia, se aproxima.O roteiro apresentará cenas e textos inéditos, além de personagens clássicas expondo suas dúvidas a respeito do fim do mundo. O elenco conta com Agnes Zuliani, Arthur Khol, Mila Ribeiro, Renato Caldas e Grace Gianoukas, que também assina direção.**Terça Insana**A Terça Insana é um projeto que apresenta vários esquetes de um humor inteligente e cotidiano que se transformou, ao longo dos últimos tempos, no mais nobre representante da gargalhada paulistana e hoje um produto de exportação.A Terça Insana consolida-se não só como a mais bem sucedida empreitada humorística dos últimos tempos no Brasil, mas como a uma grife que migrou do limitado terreno do cult para a condição de espetáculo de massa, sem perder de vista o cérebro deve ir antes da boca.A Terça Insana surgiu, de maneira despretenhiosa, em outubro de 2001, apertada no pequeno palco do Teatro Next, na Rua Rego Freitas, um trecho pouco acolhedor e muito suspeito do centro de São Paulo. A idealizador do projeto – e até hoje a timoneira desta nau – é atriz gaúcha Grace Gianoukas, que já havia, ao longo dos anos 80,

Tremembé: Projeto “Meu Espaço” festeja o Dia das Crianças



O mês de Outubro é especial para as crianças do grupo de convivência “Meu Espaço” do CRAS (Centro de Referência de Assistência Social). Os pequenos sabem que tradicionalmente a instituição festeja o Dia das Crianças. Este ano, para celebrar a data, o CRAS organizou uma comemoração em um *Buffer* na cidade de Taubaté.Mais de 50 crianças do projeto participaram da festa realizada no dia 10, que

contou com várias atrações de entretenimento para as brincadeiras, jogos eletrônicos, pebolim, etc.De acordo com a equipe técnica do CRAS, a comemoração teve o objetivo de valorizar as crianças participantes do “Meu Espaço” com um momento de descontração durante as brincadeiras, que são a essência da infância.O Grupo de Convivência Meu Espaço é destinado a crianças e adolescentes das famílias

atendidas pelo CRAS e trabalha para proporcionar a vivência de novas experiências para o desenvolvimento do senso crítico e de responsabilidade social.Os participantes se reúnem semanalmente, desenvolvendo atividades programadas e acompanhadas pela equipe técnica do Centro de Referência, em conjunto com psicólogas e assistentes sociais.

Campos do Jordão: Fim de semana terá filmes franceses no Cineclub

No mês de outubro, o Cineclub Araucária preparou uma programação que homenageará os cinemas brasileiro e francês, nos finais de semanas de 19 a 21 e de 26 a 28/10.No fim de semana de 19 a 21, o público confere toda a poesia das obras francesas, pouco conhecidas no circuito cinematográfico brasileiro, com os filmes “Jean de Florette” (1985), “A Vingança de Manon”(1986) e “Pedro e o Lobo” (1993). Já nos dias 26 a 28, os espectadores irão conferir toda a qualidade técnica e artística das produções nacionais com “Cinema, Aspirinas e Urubus” (2004), “O Signo da Cidade” (2007) e “O Grilo Feliz” (2001).No dia 19/10, a partir das 19h 30, o publico viaja na história de Jean de Florette, um jovem fazendeiro que recebe as terras de seu tio Pique-Bouffie, após sua morte num acidente, porém as terras tinham interessados para que isso nunca deixe de ocorrer, a Terça Insana faz, de tempos em tempos, alterações em seu elenco fixo, o que garante aos novos talentos a chance de contracenar com atores premiados e experientes

surpresas que essa história lhes reserva.O filme tem direção de Claude Berri, no elenco Yves Montand, Daniel Auteuil, Emmanuelle Béart, Hippolyte Girardot, Margarita Lozano, Yvonne Gamy, Ticky Holgado, Jean Bouchaud. “A Vingança de Manon” será exibida às 19h 30, com duração de 114 minutos e classificação etária 14 anos.E fechando o fim de semana de filmes franceses, no domingo na sessão infantil será exibido “Pedro e o L o b o ” , baseado no poema de Sergey Prokofiev, utiliza a história para trazer para as crianças a parte de uma orquestra, tendo nessa adaptação o maestro Claudio A b b a d o , com narração do artista pop Sting e os títeres e marionetes do satírico show britânico Spitting Image. O filme em formato de musical tem direção de Steve Bendelack, Roger Law, com exibição a partir das 15h, com duração de 55 minutos e classificação LIVRE. **Próximas atrações**26/010 – Cinema, Aspirinas e Urubus27/10 – O Signo da Cidade28/10 – O Grilo Feliz

35º Feste está com inscrições abertas em Pinda



A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio do Departamento de Cultura, informa que estão abertas as inscrições para o 35º Feste – Festival Nacional de Teatro de Pindamonhangaba. As inscrições seguem até o dia 22 de outubro. O Feste é realizado com o objetivo de estimular os grupos de teatro em atividade no país, revelar novos talentos e promover o intercâmbio cultural. Neste ano, o evento será realizado no período de 11 a 25 de novembro, no Parque da Cidade, compreendendo 15 espetáculos. O grande diferencial do Feste deste ano, além do local (já que o teatro Cooptei se encontra em obras de melhorias), será a primeira semana reservada para apresentações das companhias de

Pindamonhangaba, uma iniciativa inédita do Departamento de Cultura, e que dará a oportunidade dos grupos da cidade apresentarem seus trabalhos e da população conhecer o que é produzido em artes cênicas na “Princesa do Norte”. **Seleção e Confirmação** As inscrições serão recebidas somente via Correios. Após o encerramento das inscrições, acontece o período de seleção dos espetáculos que irão entrar na programação do evento. A seleção será realizada por pessoas ligadas às artes cênicas e de comprovada competência, que avaliarão a criatividade, a qualidade técnica e artística dos espetáculos. O resultado da seleção estará disponível no site www.pindamonhangaba.sp.gov.br a partir do dia 25 de outubro. Na sequência, começa o período de confirmação dos grupos selecionados. A programação oficial deve ser divulgada a partir do dia 29 de outubro. O regulamento do 35º Feste já está disponível no site www.pindamonhangaba.sp.gov.br. **No local** As apresentações serão realizadas no Parque da Cidade, em palco Geospace, coberto, com capacidade para 400 lugares na plateia. Serão apresentados espetáculos da categoria adulto todos os dias, às 20 horas, e infantis aos finais de semana, às 15 horas, sempre com a realização de debates ao final. O encerramento do Festival terá a presença de um espetáculo convidado

Prefeitura realiza entrega de bicicletas para PM



A Prefeitura de Pindamonhangaba realizará, na quinta-feira (18), às 9 horas, na Base Comunitária de Segurança de Moreira César, a entrega de 28 bicicletas e capacetes para o uso da Polícia Militar. A entrega é mais um investimento da Prefeitura na segurança da

cidade. A ação faz parte do apoio que a Prefeitura presta ao projeto “Parceiros do Amanhã” do Núcleo da Polícia Comunitária de Pindamonhangaba. “A prefeitura tem realizado um grande investimento na segurança da cidade. A bicicleta é um meio mais

rápido, não poluente, em que os policiais conseguem se deslocar com mais facilidade principalmente nas áreas onde ocorre um maior fluxo de pessoas e carros”, ressaltou o prefeito João Ribeiro. A base comunitária fica na Avenida dos Lírios, nº 17, Vale das Acácias.



Senai abre processo seletivo para curso superior

A Faculdade de Tecnologia Senai-SP Félix Guisard, em Taubaté, abre até o dia 21 de novembro, inscrições para o curso Superior de Tecnologia em Fabricação Mecânica. Serão oferecidas 40 vagas no período noturno. As inscrições podem ser feitas via internet, no endereço <http://www.sp.senai.br/faculdades>, ou diretamente na unidade. Em resposta às novas tecnologias surgidas na década de 90, principalmente na área de eletrônica, o Senai-SP criou o curso de Fabricação Mecânica, que acompanha as mudanças do processo de usinagem para fabricação de peças, tanto de produtos acabados quanto de componentes para manutenção. O curso oferece competências para gerenciar e implementar a instalação, produção e manutenção de processos e de usinagem,

coordenando equipes de acordo com normas técnicas, ambientais, de qualidade, saúde e de segurança no trabalho. As faculdades que levam o selo da entidade no Estado de São Paulo têm por objetivo atender às competências exigidas pelo mercado de trabalho, que cada vez mais valoriza o contato com novas tecnologias. Os candidatos aprovados podem se beneficiar de um modelo inédito de financiamento estudantil, voltado a alunos com renda familiar per capita de até três salários mínimos. Para usufruir do benefício, os estudantes apenas se comprometem, sem a assinatura de nenhum instrumento jurídico, a pagar, após seis meses de formados, o equivalente à mensalidade em vigor. “Nosso objetivo é criar condições para que os

Clássicos em cena acontece em Pinda neste sábado

Pindamonhangaba recebe no dia 20 de outubro, próximo sábado, os “Clássicos em Cena” com o Tangata Quarteto, que utiliza instrumentos musicais para contar ao público a história do tango. Nesta edição do “Clássicos em Cena”, o grupo apresentará obras de Carlos Gardel e Astor Piazzolla, com acordeon ou bandoneon, violino, contrabaixo acústico e piano. O Maestro Parcival Módolo comentará a apresentação do grupo. O evento acontece às 19 horas no Museu Histórico e Pedagógico Dom Pedro I e Dona Leopoldina. A entrada é franca. A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio

do Departamento de Patrimônio Histórico apóia o evento, que é uma realização da Direção Cultural e Maat Produções Artísticas, com patrocínio da Gerda e apoio da Prefeitura de Pindamonhangaba e do Proac - Programa de Ação Cultural do Estado de São Paulo. “Nós esperamos o melhor, já que o clássico está conquistando um grande número de público. Nós pedimos que todos cheguem pontualmente, para não atrasar as peças, e que mantenham o silêncio. Os portões serão fechados às 19h15. Normalmente temos tido a colaboração da plateia, que está cada vez mais

Campos do Jordão: Happy Business brinda a Primavera

No dia 25/10, o Restaurante Vila Chã (Hotel Nevada) recebe o XXXV Happy Business, que nessa edição contempla a estação das flores nas montanhas. O Encontro que acontecerá das 16 às 21h, receberá 26 empresas expositoras que trarão produtos e serviços para potencializar o atendimento dos setores hoteleiros e gastronômico de Campos do Jordão e região. Entre as marcas que estarão presentes nessa edição: Irmãos Avelino (alimento), Arte Minha, Consulado da Cachaça,

Kitta Móveis, A Essência do Trigo e do Nó, A Tasca (bolinhos de bacalhau e lambentes), Vinho Mastroeni, R3 Limpeza Profissional, Casa de Alice (doce), Forno WG, Alibra (muzzarella sem lactose), Casa do Confeiteiro, Dispan (produtos para panificação), Adhetch (produtos químicos para hotéis e restaurantes), Suisse Chocolat, Cely Rodrigues (música de harpa), Arte Green, Agrincoo, Lotte (jogos americanos), Decanter (vinhos importados), Arte com Arte (velas artesanais), ProHotel (equipamentos e

acessórios para hotéis e restaurantes), Espaço Takanori (aquecedores de ambientes), Lembranças Exclusivas (canecas personalizadas). O XXXV Happy Business é uma realização do Grupo Cozinha da Montanha, com apoio do maizinhadomrubi@gmail.com

Leia e Anuncie

Contato: 3672 22-57

www.agazetadosmunicipios.com



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 PARATINGA • TAUBATÉ • TREMEMBÉ • UBATUBA

ANO XXII 19 DE OUTUBRO DE 2012 Nº 4/834 DIRETOR RESPONSÁVEL: DANIEL D. RIBEIRO DISTRIBUIÇÃO DIRIGIDA R\$ 1,00

Tremembé: Centro de Observação Animal realiza a 7ª Adoção de Cães Adultos e Filhotes



Na sétima edição, evento de adoção de cães já fez mais de 100 adoções. O COA (Centro de Observação Animal) de Tremembé promove neste sábado, 20 de outubro, a partir das 9h30, a 7ª Adoção de Cães Adultos e Filhotes na cidade. De acordo com a equipe do COA, cerca de 30 animais estarão disponíveis para adoção, sendo pelo menos 21 deles cães filhotes de até um ano de vida e cinco adultos. A adoção acontece em frente à locadora HL Vídeo, na Rua Sete de Setembro. Os trabalhos realizados pelo Centro de Observação Animal ganham um reconhecimento cada vez maior por toda a cidade tendo em vista que o número de animais abandonados no município está diminuindo

consideravelmente. O evento, na sua sétima edição já realizou a adoção de mais de 100 cães. Os animais que estarão prontos para receber um lar já estão castrados, vacinados e vermifugados. A veterinária do COA, Carolina Signorini, garante que a “Adoção de Filhotes e Adultos” é uma ótima oportunidade para as famílias tremembenses encontrarem novos amigos. “Essa é uma grande chance para se encontrar não apenas um cachorrinho, mas um amigo de verdade, um companheiro, que fará parte do cotidiano familiar por muitos anos”, afirma a veterinária. Carolina também destaca que é preciso ter em mente as responsabilidades para com os animais adotados, como a vacinação

em dia e uma alimentação adequada – deveres assumidos pelos novos donos no ato da adoção e que devem ser cumpridos para proporcionar uma vida longa, saudável e feliz ao animal. Os interessados em adotar precisarão estar munidos de uma cópia do RG, CPF e comprovante de residência. O COA também está aberto a visitas, de segunda à sexta-feira, das 8h às 16h30. O Centro de Observação Animal de Tremembé está localizado à Avenida Audrá, 652, Centro. Durante a semana, quem se interessar pela adoção de animais pode visitar o canil e escolher um cão para adotá-lo. Outras informações também podem ser obtidas pelo telefone 3674-3301.

Com a presença da ex-atleta olímpica Virna Prefeitura abre os 33º Jogos da Primavera

A ex-atleta da Seleção Olímpica de Voleibol, Virna, foi o grande destaque da abertura dos 33º Jogos Escolares da Primavera, promovidos pela Secretaria de Esportes e Lazer (SEL) da Prefeitura Taubaté. A solenidade de abertura aconteceu na manhã de terça-feira, 16 de outubro, no Ginásio Poliesportivo do Sesi. O evento é considerado o mais antigo do gênero no Estado de São Paulo. Estão participando desta edição 44 escolas da rede de ensino municipal e particular, contando com a presença de 3.200 alunos nos gêneros masculino e feminino, competindo em oito modalidades esportivas (atletismo, basquete, futsal, handebol, tênis

de mesa, voleibol e xadrez). Uma parceria entre a SEL e o Banco do Brasil viabilizou, através do projeto Embaixadores dos Esportes, a vinda da ex-atleta Virna. Com 20 anos dedicados à seleção brasileira de voleibol, Virna é um dos principais nomes do esporte brasileiro. Entre os seus principais títulos, estão as duas medalhas de bronze nas Olimpíadas de Atlanta, em 96, e de Sydney, em 2000, a medalha de ouro nos Jogos Pan-Americanos de Winnipeg, em 99, o tetracampeonato do Grand Prix (94/96/98/2004), além do troféu de melhor jogadora do Grand Prix por duas vezes: em 96 e em 99. Durante a abertura dos 33º Jogos Escolares Virna

acendeu a pira olímpica e fez sessão de autógrafos e fotos. Os Jogos da Primavera aconteceram até o próximo dia 4 de novembro, no Sesi e nos Ginásios Municipais do Emecal, Casa do Menor, Bonfim, Vila Aparecida e CTI. O evento fecha o calendário esportivo escolar de 2012. “Ao longo dos últimos anos saímos de 23 e atingimos 44 escolas participantes com a média de 3.200 alunos inscritos, o que consideramos um sucesso total”, frisou o secretário de Esportes de Taubaté, Geraldo Faria. Os Jogos Escolares da Primavera contam com o apoio do Sesi e da Secretaria de Educação da Prefeitura de Taubaté.

AVLA faz premiação do Concurso Olavo Bilac em

Taubaté

De acordo com o Presidente da AVLA “Alberto Mazza” neste sábado dia 20, às 10h30 acontecerá a premiação do Concurso de Poesias Olavo Bilac. A seletiva aconteceu no Hotel Olavo Bilac e contou com os a c a d ê m i c o s : Alda Lopes de Oliveira Rezende, Mártinho Monteiro, Mauro Russo, Carmem Sílvia Batista e com a presença do Presidente Alberto Mazza que acompanhou todo o

processo da seletiva. Os premiados do Concurso de Poesias Olavo Bilac foram: Benedito Dimas Ferreira (Taubaté-SP), Cleide Mara Friguis Ribeiro da Silva (Taubaté-SP), Dhiego José Caetano (Uruana-GO), Karina Pereira Issamoto (Taubaté-SP), Sueli Fonseca Aneas (Taubaté-SP). A realização deste concurso contou com o apoio cultural do Hotel Olavo Bilac, Academia Cabista de Letras, Artes e

Ciências (Arraial do Cabo RJ), e Academia Soberana Brasileira de Artes do Estado do Rio de Janeiro. A ideia original da AVLA foi homenagear também o grande poeta Olavo Bilac (Patrono Ad Eternum da cadeira 04 C, que tem como Acadêmica Correspondente Carmem Sílvia Batista. A premiação será no Hotel Olavo Bilac, na Rua Barão da Pedra Negra, 530 - Centro - Taubaté.

Taubaté mantém a liderança na geração de empregos na região

Dados do Caged (Cadastro Geral de Empregados e Desempregados) do Ministério do Trabalho e Emprego (MTE), divulgados na quarta-feira, 17 de outubro, confirmam a liderança de Taubaté na geração de empregos com carteira assinada na região. O município teve ainda o melhor mês de setembro dos últimos quatro anos, com um saldo positivo de 412 postos de trabalho neste mês. No total dos nove meses deste

ano e dos últimos 12 meses, o município também lidera, tendo gerado, respectivamente, 2.509 e 2.305 postos de trabalho. “Isto é resultado de um programa de desenvolvimento econômico que hoje está consolidado e que foi muito bem gerenciado ao longo dos últimos oito anos”, destacou o prefeito Roberto Peixoto. Para o prefeito, “ainda há muito que avançar na geração de empregos,

graças a novos investimentos que estão chegando a Taubaté, como o Via Vale Garden Shopping e o Atacadão Carrefour”. Na avaliação de Peixoto, a geração de empregos tem contribuído para o “fortalecimento da economia de Taubaté”. “Hoje, Taubaté é uma cidade extremamente atrativa e, certamente, continuará recebendo a atenção de novos investidores”, concluiu.

Hospital das Clínicas dá dicas para encarar o horário de verão

O horário de verão brasileiro terá início no próximo domingo, dia 21, à zero hora, quando os relógios deverão ser adiantados uma hora em boa parte dos estados brasileiros, incluindo São Paulo. Isso significa dormir e acordar uma hora mais cedo em algumas regiões, o exige certa adaptação do ser humano. Segundo o médico Arnaldo Lichtenstein, do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP, unidade da rede pública estadual e maior complexo hospitalar da América Latina, o melhor sono ocorre duas a três horas depois de escurecer. E o hormônio regulador do sono, “melatonina”, acionado pela falta de luz, é alterado com a mudança de horário. “Para se adaptar ao novo horário, o ideal é evitar situações estimulantes no final da tarde ou na parte da noite”, afirma, explicando que quanto mais estímulo maior a dificuldade

do organismo em relaxar. Ele observa que outros hormônios, como o cortisol e o hormônio do crescimento, também sofrem variações durante o dia. Evitar o consumo de café ou chá preto é uma das dicas dadas pelo médico do HC. “Exercícios físicos muito extenuantes também devem ser evitados”, observa, citando ainda outras atitudes que podem prejudicar o descanso, tais como se alimentar demais no jantar, ir dormir sem comer, tomar banho muito frio ou muito quente, e ler livros ou ver filmes muito estimulantes nas horas que antecedem o sono. “O horário de verão não é única instância que desequilibra o organismo. Novos turnos de trabalho ou viagens internacionais podem agir da mesma forma”, lembra. Para manter a saúde, esses cuidados com o sono devem ser constantes o ano todo.

“Dificuldade de dormir ou de acordar podem predispor o paciente a problemas cardíacos. O infarto, por exemplo, costuma ocorrer algumas horas depois de acordar e, principalmente, na segunda-feira”, diz Lichtenstein. Ele lembra que o bom ambiente de sono envolve local silencioso, escuro e arejado, e resalta que uma boa dica para os dias que antecedem a mudança é dormir a cada dia alguns minutos mais cedo. Segundo o médico, outra dívida comum é quanto aos horários das medicações. “A orientação é seguir o horário do relógio”, diz. E complementa com outra dica: “aproveite o final de tarde e início de noite mais claros para fazer atividades prazerosas e caminhadas”.

A Gazeta dos Municípios

Tudo que você lê aqui !

Você encontra em:

www.agazetadosmunicipios.com