

Vermelha do Norte recebe o PUC SURF SP 2013

Três alunos do curso de administração da PUC, quiseram integrar todos os surfistas da Universidade e criaram o PUC SURF SP em 2011, desde então o campeonato vem crescendo e evoluindo, sem perder sua essência que é diversão e curtição em um fim de sema-

na diferenciado na praia! Este é o 3º evento realizado e os organizadores contam que sempre preferem a cidade de Ubatuba, pelo fato do lugar ser muito mais natureza e muito mais a cara do público da PUC. "Ubatuba é sempre garantido ter onda, um dos lugares mais

constantemente, muitas praias mais isoladas e bonitas, e nessas que gostamos de ficar" diz Richard Dayan, um dos organizadores do evento. O PUC SURF SP acontece esse sábado (12/09), na Praia Vermelha do Norte. Mais informações na sede da AUS (12) 3832-1007.

Vôlei de Taubaté consegue vitória importante pelos playoffs do Campeonato Paulista



Após um começo conturbado, a equipe de vôlei de Taubaté (FUNVIC/Taubaté) embalou e venceu o São Bernardo fora de casa na primeira partida das quartas de final do Campeonato Paulista. A partida terminou em 3 sets a 1 com parciais de 16/21, 21/12, 21/16 e 21/13. O Taubaté começou com muitos erros, principalmente na recepção, e não conseguia furar o bloqueio do São Bernardo. No segundo set, a equipe voltou melhor taticamente e conseguiu corrigir os erros para conquistar o importante resultado. O capitão da equipe, Ezinho, ressalta que a vi-

tória foi importante, mas a vaga ainda está longe, pois São Bernardo é uma grande equipe. "Eles jogam forte e muito bem taticamente. Com toda certeza irão treinar para corrigir os erros e será um jogo bem difícil", explica. A segunda partida das quartas de final do Campeonato Paulista acontece na próxima quarta-feira, dia 18 de setembro, a partir das 21h30 no ginásio do Abaeté. Estreia na Superliga Antes da partida decisiva pelo Campeonato Paulista, o Vôlei FUNVIC/Taubaté estreia pela Superliga 2013/2014. O time enfrenta o Sesi-SP

no sábado (14) às 18h no ginásio do Abaeté. Os ingressos do jogo podem ser adquiridos através da troca de um quilo de arroz ou feijão nos seguintes pontos: - Via Vale Garden Shopping: sexta até às 22h e sábado das 10h às 16h. (Endereço: Avenida Dom Pedro I, 7181 - São Gonçalo, Taubaté) - Associação de Taubaté: sexta até às 18h (Endereço: Av. Juca Esteves, 500 - Centro) - Secretaria de Esportes: sexta até às 18h (Endereço: Rua José Roberto Bueno de Mattos, 50 - Vila Edmundo, CTI) - Telefone: (12) 3624-8740

Via Rápida emprego em Natividade da Serra



O Via Rápida Emprego é um programa do Governo do Estado de São Paulo, coordenado pela Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Ciência e Tecnologia, que oferece cursos bá-

cos de qualificação profissional de acordo com as demandas regionais. O objetivo é capacitar gratuitamente a população que está em busca de uma oportunidade no mercado de trabalho ou que deseja ter seu próprio negócio. O Curso Via Rápida - Módulo Auxiliar de Crédito e Cobrança, está acontecendo no Centro Cultural diariamente das 08h00 às 12:00 horas, o mó-

lo teve início no começo de Setembro de 2013. O sucesso foi tão grande que estamos com capacidade máxima atingida, porém é importante realizar sua inscrição no Centro Cultural, e manter seu cadastro atualizado, pois futuramente serão realizadas novas convocações. **I n s c r e v a - s e :** <http://www.viarapidaemprego.sp.gov.br>

Mudança da carga horária de servidores da área da Saúde é adiada

O Sindicato comunica a todos os servidores que a decisão da Prefeitura a respeito do aumento de horas trabalhadas de determinados cargos da área da Saúde, que passaria de 30 para 40 horas semanais a partir do dia 16, foi adiada para o dia 1º de outubro. O presidente do Sindicato, Augusto Cesar Guará Filho, esteve reunido

na quarta-feira, dia 11, com a presidente da Câmara, vereadora Graça, o prefeito Ortiz Junior e servidores municipais para discutir o assunto. Até o dia 1º de outubro, a Prefeitura irá analisar todas as leis que dizem respeito às cargas horárias das respectivas funções. Durante a reunião, foram apresentadas leis federais que tratam espe-

cificamente da jornada de trabalho de algumas categorias, como por exemplo, das assistentes sociais. O Sindicato vai realizar várias reuniões com os servidores da Saúde neste período para esclarecer as dúvidas e auxiliar nas negociações com a Prefeitura. Após um posicionamento oficial da Prefeitura, o Sindicato irá se pronunciar.

Greve dos Correios tem baixa adesão, informa estatal

A greve dos trabalhadores dos Correios, iniciada ontem, dia 12, não afetou a prestação de serviços da estatal. Por meio de nota, a empresa informou que está operando normalmente, com 93,3% do efetivo trabalhando, segundo o

sistema eletrônico de presença. Isso corresponde a cerca de 116 mil dos 123 mil trabalhadores dos Correios. De acordo com a nota, toda a rede de atendimento está aberta e todos os serviços, inclusive Sedex e Banco Postal, estão disponíveis, mas

com alguns problemas pontuais na entrega de encomendas com hora marcada e no Disque-Coleta - serviço de coleta domiciliar de encomendas. A empresa informa, ainda, que algumas entregas, como telegramas, poderão ser feitas com atraso.

MISCELÂNEA

Curiosidades

Antigamente, no Brasil, para se ter melado, os escravos colocavam o caldo de cana de açúcar em um tacho e o levavam ao fogo. Não podiam parar de mexer até que uma consistência cremosa surgisse. Porém, um dia, cansados de tanto mexer e com serviços ainda por terminar, os escravos simplesmente pararam e o melado desandou. O que fazer agora? A saída que encontraram foi guardar o melado longe das vistas do feitor. No dia seguinte, encontraram o melado azedo e fermentado. Não pensaram duas vezes e misturaram o tal melado azedo com o no e levaram os dois ao fogo. Resultado: o “azedo” do melado antigo era álcool, que aos poucos foi evaporando e formou no teto do engenho umas gotas que pingavam constantemente. Era a cachaça já formada, que pingava. Daí o nome “pinga”. Quando a pinga batia nas suas costas marcadas com as chibatadas ardia muito, por isso deram o nome de “água ardente”. Caindo em seus rostos escorrendo até a boca, os escravos perceberem que, com a tal goteira, ficavam alegres e com vontade de dançar. E sempre que queriam ficar alegres repetiam o processo.

Caníço suíço

Sabendo que o exército do seu país importava canivetes alemães, Karl Elsener abriu uma fábrica em 1884. Os seus primeiros canivetes Victorinos foram entregues aos soldados suíços em outubro de 1891. Colocou o brasão do país para diferenciá-los dos alemães e os batizou homenageando seus pais. Victor e Victória. Para ampliar o negócio e atrair utilizadores mais refinados, Elsener aperfeiçoou os canivetes e assim, surgiram os modelos com ferramentas abre latas, chave de fendas, punção e saca rolhas, serrote, alicate, abre garrafas, palito de dentes, pinça, gancho de pesca, lente de aumento e até uma pequena bússola. O primeiro popularizou-se depois da Segunda Grande Guerra Mundial, com as unidades militares americanas. Atualmente, a linha para oficiais tem 100 diferentes combinações. Diferente do que se imagina, o mau humor crônico não é um traço de personalidade e sim uma variação moderada de depressão, conhecida como distímia que poder ser desencadeada tanto na infância como na vida adulta por fatores genéticos ou advenetos traumáticos. Apesar de não ter cura, o distúrbio pode ser controlado quando tratado com antidepressivos. Comemora-se a 23 de novembro o Dia do Livro. Durante muito tempo os tipos (letras) e as ilustrações dos livros eram talhadas em madeira. Esta era molhada em tinta e comprimida contra uma folha de papel. Um livro de 100 páginas necessitaria de 100 tábuas talhadas manualmente. Mas em 1454, o alemão Johannes Gutenberg revolucionou esse processo, criando os tipos móveis. Com eles era possível escrever uma página palavra após palavra, através de rodízio das letras. Com isso, foi possível popularizar o livro e difundir conhecimentos como nunca antes se havia feito. Em 1814, outro alemão, Frederick Koenig inventou a imprensa movida a vapor que conseguia rodar mais de mil cópias por hora. Em 1846, o americano Richard Roe inventou a primeira máquina rotativa que aumentou a velocidade da imprensa para cinco mil cópias por hora porque permitia a reposição mecânica do papel. Em 1884, com a invenção do linotipo, que multiplicava por seis a velocidade da imprensa, por compor os caracteres mecanicamente, chegou ao fim a era dos tipos móveis alimentados manualmente. No século passado, foi inventado a fotocomposição, em que os textos e as fotos são produzidos na redação e montados manualmente em papel especial e depois fotografados para a reprodução do fotolito. Atualmente as redações da maioria dos jornais e revistas usam a editoração eletrônica em textos e fotos compostos em uma página do computador.

Humor

O bêbado inveterado vai ai médico, acompanhado de sua esposa e o médico pergunta:

- Qual é o problema?
- É que eu sinto náuseas, dores no corpo, estou sempre cansado...
- O senhor fuma?
- Três maços por dia!
- Ai está o problema, meu amigo! Pare de fumar imediatamente e logo voltará a ter uma saúde de ferro.
Feliz com o diagnóstico despediu-se do medido e assim que saíram, a esposa perguntou-lhe:
- Que história é essa de fumar três maços por dia? Você nunca colocou um cigarro na boca!
- Eu sei, meu bem! Mas se eu dissesse que não fumava ele iria perguntar se eu bebia... aí me tocava parar de beber!

Três amigos estão no velório de um companheiro de trabalho e um deles, olhando para o defunto, diz:
- Eu queria que quando eu morresse, todos me olhassem e dissessem algo grande que fiz de bom na vida.
- É verdade, diz o outro. Eu também queria que olhassem e dissessem, foi um grande homem e o melhor amigo.
O terceiro escutava atentamente seus amigos , sem fazer comentários e os outros perguntaram:
- E você o que gostaria que dissessem?
- Eu gostaria que todos me olhassem e dissessem: Olha, olha? Parece que está se mexendo?

A tia vira-se para a sobrinha e pergunta:
- Mariazinha, o que você vai fazer quando for grandona assim como a titia?
A menina pensou um pouquinho e respondeu:
- Regime titia!

O policial faz sinal para a mulher parar, aproxima-se do carro e diz:
- A senhora estava a 130 quilômetros por hora. Vou ter que multá-la!
E a motorista, loiríssima, diz:
- Quebra o galho, Seo guarda... É a primeira vez que dirijo e eu ainda não tenho a carteira de habilitação!

Na escola Manuelzinho escuta esta piada:
- Quantos pastéis comes em jejum?
- Como dois.
- Burro! Só comes um. Quando comes o segundo já não é mais jejum.
- É verdade. Faz sentido.
Manuelzinho quando chega em casa conta a piada ao pai:
- Pai, quantos pastéis comes em jejum?
- Como três.
- Que pena! Se comesses dois eu teria uma piada ótima pra te contar.

Um amigo chega para o outro e diz:
- Acabou meu problema de memória, estou fazendo um curso sensorial de memorização. Não esqueço mais nada.
- Ah é? E como é o nome do curso? Pergunta o amigo.
O outro colocou o dedo indicador dobrado sobre os lábios como quem está pensando e falou:
- Como é o nome daquela flor que nasce num galho cheio de espinhos?
- Rosa! Respondeu o amigo.
Aí o cara virou para a esposa, que estava próxima, e falou:
- Rosa! Como é mesmo o nome do curso de memorização que eu estou fazendo?

Mensagens

Vigiar não é desconfiar. É acender a própria luz, ajudando os que se encontram nas sombras. Defender não é gritar. É prestar mais intenso serviço às causas e às pessoas. Ajudar não é impor. É amparar, substancialmente, sem pruridos de personalismo, para que o beneficiado cresça, se ilumine e seja feliz por si mesmo. Ensinar não é ferir. É orientar o próximo, amorosamente, para o reino da compreensão e da paz. Renovar não é destruir. É respeitar os fundamentos, restaurando as obras para o bem geral. Esclarecer não é discutir. É auxiliar, através do espírito de serviço e da boa vontade, o entendimento daquele que ignora. Atuar não é desejar. É compreender sempre, dar de si mesmo, renunciar aos próprios caprichos e sacrificar-se para que a luz divina do verdadeiro amor resplandeça. Não converta seus ouvidos num paiol de boatos. A intriga é uma víbora que se aninhará em sua alma. Não transforme seus olhos em óculos da maldicência. As imagens que você corromper viverão corruptas na tela de sua mente. Não faça de suas mãos lanças para lutar sem proveito. Use-as na sementeira do bem. Não menospreze suas faculdades criadoras, centralizando-as nos prazeres fáceis. Você responderá pelo que fizer delas. Não condene sua imaginação às excitações permanentes. Suas criações inferiores atormentarão seu mundo íntimo. Não conduza seus sentimentos à volúpia do sofrer. Ensine-os a gozar o prazer de servir. Não procure o caminho do paraíso, indicando aos outros a estrada para o inferno. A senda para o Céu será construída dentro de você mesmo. Falará você na bondade a todo instante, mas, se não for bom, isso será inútil para a sua felicidade. Sua mão escreverá belas páginas, atendendo a inspiração superior, no entanto, se você não estampar a beleza delas em seu espírito, não passará de estafeta sem inteligência. Lerá maravilhosos livros, com emoção e lágrimas, todavia, se não aplicar o que você leu, será tão somente um péssimo registrador. Cultivará convicções sinceras, em matéria de fé, entretanto, se essas convicções não servirem à sua renovação para o bem, sua mente estará resumida a um cabide de máximas religiosas. Sua capacidade de orientar disciplinará muita gente, melhorando personalidade, contudo, se você não disciplinar, a lei o defrontará com o mesmo rigor com que ela se utiliza de você para aprimorar os outros. Você conhecerá perfeitamente as lições para o caminho e passará, entre os olhos mortais do mundo, à galeria dos heróis e dos santos, mas, se não praticar os bons ensinamentos que conhece, perante as Leis Divinas recomeará sempre o seu trabalho e cada vez mais dificilmente, você chamará a Jesus, Mestre e Senhor, se não quiser, porém, aprender a servir com Ele, suas palavras soarão sem qualquer sentido. A paciência não é um vitral gracioso para as suas horas de lazer. É amparo destinado aos obstáculos. A serenidade não é jardim para os seus dias dourados. É suprimento de paz para as decepções do seu caminho. A calma não é harmonioso violino para as suas conversações agradáveis. É valor substancial para os seus entendimentos difíceis. A tolerância não é saboroso vinho para os seus minutos de camaradagem. É porta valiosa para que você demonstre boa vontade, ante os companheiros menos envolvidos. A boa cooperação não é processo fácil de receber concurso alheio. É o meio de você ajudar ao companheiro que necessita. A confiança não é um néctar para as suas noites de anil. É refúgio certo para as ocasiões de tormenta. O otimismo não constitui poltrona preguiçosa para os seus crepúsculos de anil. É manancial de forças para os seus dias de luta. A resistência não é adorno verbalista. É sustento de sua fé. A esperança não é genuflexório de simples contemplação. É energia para as realizações elevadas que competem ao seu espírito. Virtude não é flor ornamental. É fruto abençoado do esforço próprio que você deve usar e engrandecer no momento oportuno.

Pensamentos

Todo progresso da ciência é resultado de audácia e imaginação.
Não rezo pelos políticos, apenas observo-os e rezo pelo meu país.
Briga o mar com a praia e quem sofre é o caramujo.
Quem tem telhado de vidro não atira pedra no vizinho.
Mais depressa se apanha um mentiroso do que um coxo.
Chicote se não for usado vira pedaço de couro.
O corpo destila as lágrimas que os olhos não conseguem verter.
A amizade é um amor que nunca morre.
O caminho do progresso não é rápido e nem fácil.
Queres que falem bem de ti? Então morra.
A recompensa de uma coisa bem feita é tela feita.
Todos os amores são eternos, o que muda são as pessoas.
O curso do verdadeiro amor jamais flui suavemente.
É chato ser bonito, mas o mais chato é ser feio.
Nasci pelado, careca e sem dentes, por isso o que vier é lucro.
A natureza não criou a indecência, o homem é quem a inventou.
Criatividade é tornar simples o que é complicado.
As reuniões são indispensáveis quando não se quer decidir nada.
A decisão é frequentemente a arte de ser cruel a tempo.
Se não fosse pelo último minuto, muita coisa ficaria sem fazer-se.
A decisão é uma forma de reagir.
Se não houvesse esperança, não estaríamos lutando.
Quando Deus fecha uma porta, Ele pode estar abrindo uma janela.
Sou uma das poucas pessoas honestas que encontrei pela vida.
O casamento começa no motel e termina na pensão.
Se não pode ser o que és, seja com sinceridade o que podes ser.
A sabeloria vem do escutar, do falar e do arrependimento.
Quando o ar te faltar, respire mais devagar.
Um bom começo já é a metade.
Não se nasce mulher, torna-se mulher.
Quando se navega sem destino, nenhum vento é favorável.
Querer a verdade é confessar-se incapaz de criá-la.
Aquele que sabe mandar sempre encontra quem deve obedecer.
Diga a verdade apenas a quem está disposto a ouvi-la.
Humor não é um estado de espírito, mas é uma visão do mundo.
Se não sabes escutar, não deves falar.

CCR NovaDutra promove debates sobre meio ambiente para educadores de Caçapava

A CCR NovaDutra promoveu na quinta-feira, dia 12, oficina pedagógica do Programa Estrada para a Cidadania para educadores da cidade de Caçapava. A oficina com foco em Meio Ambiente aconteceu, no Centro de Educação Ambiental, localizado na Rua Antonio Guedes Tavares, s/nº - Vila Menino Jesus. O objetivo do evento é oferecer subsídios teóricos e práticos para que os educadores participantes do Programa levem conceitos de Meio Ambiente aos alunos do 5º ano do ensino fundamental das escolas municipais. Os professores participantes das oficinas atuarão

como multiplicadores dos conceitos debatidos em suas unidades de ensino. O treinamento é realizado por pedagogos contratados pela Concessionária, que levam aos professores sugestões de exercícios, trabalhos e atividades em sala de aula. A CCR NovaDutra oferece gratuitamente o curso e o material de apoio aos educadores, além de livros didáticos aos alunos envolvidos. Em 2013, a estimativa da Concessionária é que sejam envolvidos 5,5 mil educadores e 128 mil alunos de municípios servidos pela Via Dutra, com as temáticas de Trânsito, Cidadania e Meio Ambiente.

Estrada para a Cidadania: o Programa Estrada para a Cidadania é o maior projeto privado de educação de trânsito do País. O objetivo é disseminar os conceitos de educação de trânsito para os alunos do 4º ano e de meio ambiente para os alunos do 5º ano das escolas públicas municipais. Realizado por todas as concessionárias de rodovias, o Programa Estrada para a Cidadania da CCR foi criado em 2002 e já levou conhecimentos de trânsito, cidadania e meio ambiente a mais de 1,5 milhão de crianças com o apoio de cerca de 70 mil educadores nos Estados do Rio de Janeiro, São Paulo e Paraná.

Unimed Taubaté realiza 1º Ciclo de Planejamento estratégico

A Unimed Taubaté realizou, durante todo o dia 6 de setembro, no Auditório da Acit, a última etapa do 1º Ciclo de Planejamento Estratégico, baseado na metodologia Balanced Scorecard (BSC). Essa ação, que envolve todas as áreas do grupo, tem como objetivo alinhar as unidades de negócios à estratégia da empresa e por em prática ações para aprimorar os serviços oferecidos pela Unimed Taubaté. No final do dia, a Diretoria Executiva reuniu Funcionários, Gestores, Convidados e Membros do Conselho para uma solenidade que consolidou o encerramento do 1º Ciclo. De acordo com o presidente da Unimed de Taubaté, Dr. Wilson Gimbo, o pla-

nejamento estratégico foi necessário para nortear as ações da empresa. “Quando assumimos vimos que a Unimed Taubaté precisava de um norte, e o melhor caminho seria o planejamento estratégico. Foram quatro meses de trabalho árduo. O engajamento de todos para que a empresa esteja cada vez melhor foi fundamental”, conta o presidente. “O Planejamento estratégico é excelente para promover a integração de todas as áreas corporativas da organização, para dar um rumo e mostrar as estratégias corporativas, para que os projetos sejam encaminhados de uma forma bem equacionada. Para ter uma visão de um período mais longo, uma

visão de cinco anos e trabalhar anualmente com aqueles projetos que foram estabelecidos agora para o desenvolvimento da própria organização e com recursos próprios”, explica o gestor do Hospital São Lucas, Valdir Borba. A atual diretoria da Unimed Taubaté, pretende deixar como legado o planejamento estratégico para que qualquer gestão tenha um rumo a seguir. “Essa é uma ideia da diretoria, que entende que para tomar decisões é necessário rumo e foco, e nada mais preciso do que o planejamento estratégico para atingirmos os objetivos”, afirma Oswaldo Abbruzzini Júnior, Gestor de Desenvolvimento Técnico do Grupo.

EXPEDIENTE

Jornal Diário
A Gazeta dos Municípios

Editada por Editora Flor do Vale Jornalismo Comunicação e Promoção Ltda.
CNPJ: 61.661.328/0001-43
Rua dos Lírios, 171- Flor do Vale - Tremembé- SP
Tel. (0xx12) 3672-2257 - Fax (0xx12) 3672-4831
CEP 12120-000
E-mail: editoraflordovale@terra.com.br.
Registro no INPI 81717790
Impresso em 14/09/2013.

Diretor responsável pela publicação:
Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860
Diretora Comercial: Dolores Russo
Editoração Eletronica e Impressão: Prê Impressão Gráfica - SP - Capital.
Representante em São Paulo.
REVESP Representações Ltda.
Alameda dos Jurupes, 455
Conj. 46 - São Paulo -CEP 04088-001
Filiado a ADJORJ Associação dos Jornais do Interior.
Sistema de distribuição dirigida.
Matérias pagas ou autografadas.
não representam necessariamente a opinião deste jornal.
Atenção: Este jornal é distribuído à todas as Prefeituras e Câmaras Municipais do Vale do Paraíba, Litoral Norte e Região Serrana, além de vários órgãos Federais, Estaduais e Municipais.
Aviso: Não Existe Falta de Jornais para demanda diariamente. Edições atuais e de arquivos estão sempre a disposição no endereço: Rua dos Lírios nº 171 , Bairro: Flor do Vale, Tremembé-SP, onde poderão ser retiradas.

POSTOS DE DISTRIBUIÇÃO

CAÇAPAVA: Na banca da Praça das Bandeiras e outras da cidade.
CAMPOS DO JORDÃO: Bancas de Jornais da Av. Abernessia.
CARAGUATATUBA: Salles Jornais e Revistas - Rua Aluno Arantes.
CUNHA: Banca da Várzea - Rua Augusta Galvao de França (Ao lado do campo de futebol).
JAMBEIRO: Papelaria Bangalo - Praça Almeida Gil, 19 - Centro.
LAGOINHA: Parada Obrigatória - Praça Pedro Alves Ferreira,65.
MONTEIRO LOBATO: Banca do Lu - Praça Com. Freire.
NATIVIDADE DA SERRA: Banca Nossa Senhora de Natividade e Panificadora Pão Zico - Rua Lírio da Serra.
PARAIBUNA: Prança Antonio Carvakho, 100 - Banca canto das Letras.
PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jornais e Rev.
Rua Dep. César Claro 218.
REDENÇÃO DA SERRA:Banca de Redenção Av. 7 de setembro, 258.
SANTA BRANCA: Banca da Roberta Rua José Joaquim Nogueira tel :3972-0622
SANTO ANTÔNIO 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 Cidade e comércio local.
TAUBATÉ: Banca da Praça.
Praça Dom Epaminondas - 3632-18-08TRE-
MEMBÉ: Nas bancas de jornais da cidade.
UBATUBA: Nas bancas de jornais: Av Iperoigue e no Itaguá.

Comunicado da Prefeitura de Redenção da Serra

O Município de Redenção da Serra, torna público que requereu à CETESB a Renovação de Licença de Operação para o Aterro Sanitário Municipal, sito à Rodovia SP 121, Km 20, Bairro dos Leais, Redenção da Serra / SP. Benedito Manoel de Moraes - Prefeito Municipal - Redenção da Serra, 13/09/2013.

Prefeitura de Ubatuba abre inscrições para o Processo Seletivo nº 01/2013

A Prefeitura Municipal de Ubatuba, torna públicas as instruções relativas à realização do Processo Seletivo para contratação por tempo determinado, objetivando a contratação emergencial, em caráter excepcional, para o exercício das funções essenciais de gestão municipal do SUAS - Sistema Único de Assistência Social, da Secretaria Municipal de Cidadania e Desenvolvimento Social. O Processo Seletivo contemplará os seguintes cargos: - Assistente Social - 03 vagas - R\$ 2.680,43 - Auxiliar Administrativo - 02 vagas - R\$ 1.083,91 - Psicólogo - 02 vagas - R\$ 2.680,43. O Edital completo contendo as informações e instruções, poderão ser acessados pelo site do IBAM na internet: <http://www.ibamsp-concursos.org.br/site/concursos/cargos/325> As inscrições poderão ser realizadas exclusivamente através da Internet e ficarão abertas das 9 horas do dia 16 às 12 horas do dia 27/09/2013, no site do IBAM.

Lar Vicentino de Paraibuna Recebe verba para lar de idosos

Lar Vicentino de Paraibuna Recebe verba de R\$50 Mil. Na manhã desta quinta-feira, 12, o Deputado Federal Junj Abe (PSD), liberou junto a Secretaria de Desenvolvimento Social, uma verba de R\$50.000,00 para o Lar Vicentino de Paraibuna a pedido do Vereador Daniel Bananinha (DEM). Hoje a entidade atende cerca de 20 idosos, e com esta verba, pretende-se comprar equipamentos para uma melhor comodidade dos idosos, espera-se ainda comprar um Datashow e uma máquina de cozer cural, pois de acordo com a administradora, o Lar Vicentino depende muito de verbas arrecadadas em festas realizadas durante o ano para sobreviver, como a Pamohada, e com a compra desta máquina agilizará muito o trabalho dos voluntários. A Administradora do Lar Vicentino manifesta a alegria de receber uma verba que não esperava, “este dinheiro, veio na hora certa” ressalta Roseli. “Esta verba é importante para se obter uma perspectiva de crescimento da entidade. É mais um passo em prol dos idosos que necessitam de nosso auxílio”, afirmou o vereador Daniel.

Pinda - Encerra domingo o prazo para vacinar cães e gatos

Cães e gatos poderão ser imunizados contra a raiva até este domingo (15). A vacinação está disponível em Pindamonhangaba desde o dia 4 de setembro. Os trabalhos entre os dias 4 e 7 foram na Zona Rural e desde o dia 8 há vários locais em que o munícipe pode procurar para levar o animal de estimação para ser vacinado. No Centro de Especialidades Médicas, um dos locais onde a vacina é disponibilizada, o serviço é oferecido das 8 às 16h30. A raiva é uma doença contagiosa causada por um vírus que além de afetar os animais pode prejudicar o homem. A transmissão acontece por meio do contato com a saliva de um animal doente ou quando uma pessoa é mordida pelo cão ou gato infectado. Os principais sinais clínicos da raiva são: mudança de comportamento, pois o animal começa a se esconder ou agir de maneira diferente, agressividade, salivação e paralisia. E caso os humanos sofram com esta doença podem apresentar reações parecidas com a dos animais. Quando ocorrer mordedura ou arranhadura por qualquer animal, a primeira providência a ser tomada é lavar o ferimento com água e sabão. Isso dificulta a penetração do vírus nos tecidos mais profundos, impedindo que ele atinja as terminações nervosas por onde se propaga.

Pinda - Passeio ciclístico abre atividades do Projeto Primavera no Trânsito

Com o objetivo de comemorar a chegada da Primavera, a Prefeitura de Pindamonhangaba preparou um calendário de atividades para que a população repense sobre as atitudes e posturas no trânsito. Neste clima de renovação, o primeiro evento será um passeio ciclístico neste sábado (14), com saída da Praça do Quartel, a partir das 8h. Os participantes poderão fazer um aquecimento físico antes de pedalar os 10 km que levam até o Parque da Cidade, onde acontecerão inúmeras atividades, entre as quais o plantio de mudas de árvores e uma manhã de atividades físicas. Toda a população está convidada a participar do passeio que dá início também à campanha de conscientização do uso de bicicletas. É importante que os participantes usem os equipamentos de segurança, como capacete e levem uma garrafa de água. Novas atitudes no trânsito Segundo informações do Departamento de Trânsito, cerca de 77 mil veículos circulam em Pindamonhangaba e o incentivo ao uso de bicicletas, pode melhorar o tráfego na cidade. Para garantir segurança e gerar incentivo, a Prefeitura preparou 22 km de cicloviárias e quase 5 km de ciclofaixas, nos principais pontos da cidade. São inúmeros os benefícios de se deixar o carro na garagem e utilizar a bicicleta para ir ao trabalho ou passear. Faz parte desse programa a realização entre os dias 18 e 25 da Semana Nacional de Trânsito, com atividades de conscientização de novas atitudes e posturas no trânsito.

Pacientes acamados e com dificuldades de locomoção são atendidos em casa

O Ministério da Saúde habilitou o trabalho de atendimento domiciliar em Pindamonhangaba, recentemente. A cidade agora também faz parte do programa “Melhor em Casa”, onde pacientes acamados e com dificuldades de locomoção são atendidos por uma equipe multiprofissional, formada por um médico generalista, um enfermeiro, um fisioterapeuta e três auxiliares de enfermagem. O trabalho é desenvolvido no município de segunda a sexta-feira das 8 às 18 horas. De acordo com o Ministério da Saúde de estes pacientes devem ser visitados no mínimo uma vez por semana. Outra exigência é que o paciente tenha um cuidador, porque este também se responsabiliza pela pessoa acometida. Este serviço é realizado para atender, principalmente, regiões que não possuem PSF ou USF próximas e quando há solicitações de PSF ou USF para casos específicos. Numa população de 100 mil habitantes é preciso atender uma média de 60 pacientes. Em Pindamonhangaba, no momento, há 128 atendimentos sendo feitos. De acordo com as informações da Secretaria de Saúde da Prefeitura de Pindamonhangaba o atendimento domiciliar é destinado aos pacientes restritos ao lar ou ao leito, pessoas que não conseguem ir aos postos ou unidades de saúde e que também sofrem com as sequelas de AVC, tenacidade avançada, deficiência visual, motora, etc. Para ser atendido por este serviço existe uma série de critérios estabelecidos pelo Ministério da Saúde, tais como: procedimentos de maior complexidade que possam ser feitos em domicílio, necessidade frequente de exames laboratoriais, adaptação do paciente ao uso de próteses ou órteses, adaptação ao uso de sondas, necessidade de medicação nas veias, necessidade de fisioterapia semanal, entre outros. O atendimento pela Equipe Multiprofissional de Atendimento Domiciliar (Emad) geralmente é solicitado por uma equipe de PSF ou USF, no entanto, também ocorrem solicitações de familiares ou responsáveis pelos pacientes. Neste caso, a equipe do Emad avalia e se atender os critérios estabelecidos pelo Ministério da Saúde é dado procedimento aos trabalhos. Na tarde de terça-feira uma das pacientes visitadas pela Emad foi Francisca Ferreira de Oliveira, 99 anos, que fraturou o fêmur. Ela foi medicada, fez alguns exercícios com a fisioterapeuta e a sua cuidadora recebeu orientações da Emad. Lúcia Helena Mesquita é a cuidadora de Dona Francisca e destaca que este serviço é ótimo para as pessoas acamadas e que para sair de casa com Dona Francisca é preciso de ambulância. Ela avalia que receber a equipe em casa é excelente e espera que o trabalho exista por muitos anos, porque assim como Dona Francisca tem muitas pessoas que precisam deste serviço. Maria Aparecida Arantes, filha de Dona de Francisca, conta que mora em São José dos Campos e que já tentou levar a mãe para lá, mas não teve sucesso. “Ela tem Pinda no coração e este serviço é excelente, porque se há necessidade de exames eles já são feitos. Minha mãe está contente e confia na equipe e isso é bom”, finaliza Maria. “Se Deus quiser e me permitir, graças ao tratamento que estou tendo logo eu vou voltar para a minha máquina de costura. Sinto-me feliz e protegida com esta equipe e receber visitas é sempre bom ainda mais de pessoas que se preocupam com a gente e nos ajudam. Agradeço o carinho de todos eles”.

Sesc Taubaté realiza atividade de incentivo à leitura por meio de filmes

O Sesc Taubaté realiza, aos sábados, a programação Curta Leitura, que incentiva a leitura por meio da exibição de filmes e curtas metragens. As atividades acontecem com instrutores do Sesc nos dias 14 e 28, às 15h. No dia 14, será exibido o filme Gilda e Gilberto, dialogando com o livro “Ana, Guto e o Gato Dançarino”, de Stephen Michael King. E no dia 28, o filme A bruxinha Lili irá dialogar com a letra da música “Gabriel” de Adriana Calcanhoto. As atividades fazem parte do projeto Lendo o Mundo que oferece mediações de leitura, contações de história, oficinas artísticas e cinema que visam ampliar as possibilidades de acesso a literatura e narrativas infanto-juvenil, ajudando no desenvolvimento infantil e na formação de leitores e estimulando a integração entre pais e filhos. LENDO O MUNDO. Curta Leitura Com instrutores do Sesc Dias 14 e 28, às 15h. Grátis.

Câmara de Pinda vota proibição do comércio de animais domésticos

ORDEM DO DIA. 32ª Sessão Ordinária do ano de 2013, a realizar-se no Palácio Legislativo “Dr. Geraldo José Rodrigues Alckmin”, no próximo dia 16 de setembro de 2013, segunda-feira, às 18 horas. MATÉRIAS DE DISCUSSÃO E VOTAÇÃO I. Projeto de Lei nº 105/2013, do Vereador Antonio Alves da Silva, que “Altera a denominação da Praça Santo Antonio, localizada no Bairro do Bosque, para Emília Maria Fernandes (Dona Emília)”. II. Projeto de Lei nº 115/2013, do Vereador Antonio Alves da Silva, que “Dispõe sobre a proibição de comercialização de animais domésticos em praças, ruas, parques ou estabelecimentos não regulamentados no município”. Pindamonhangaba, 11 de setembro de 2013. Vereador Ricardo Piorino. Presidente. Pronunciamentos Pessoais: conforme inscrição dos Senhores Vereadores no livro próprio.

Semana de Segurança e Privacidade na Internet no Brasil

2º Fórum Brasileiro de CSIRTs
17 e 18 de setembro de 2013

IV Seminário de Proteção à Privacidade e aos Dados Pessoais

18 e 19 de setembro de 2013 - São Paulo - SP

I Semana de Segurança e Privacidade na Internet no Brasil
17 a 19 de setembro de 2013

O Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br), o Núcleo de Informação e Coordenação do Ponto BR (NIC.br) e o Centro de Estudos, Resposta e Tratamento de Incidentes de Segurança no Brasil (CERT.br) promovem, entre os dias 17 e 19 de setembro, a Semana de Segurança e Privacidade na Internet no Brasil. O evento reúne duas iniciati-

vas: o 2º Fórum Brasileiro de CSIRTs (Computer Security Incident Response Teams) e o 4º Seminário de Proteção à Privacidade e aos Dados Pessoais. Neles serão discutidos temas relacionados à privacidade e proteção de dados, tratamento e resposta a incidentes, detecção e mitigação de botnets. Palestras e mesas de debates farão parte dos encontros,

que contarão com a presença de representantes da sociedade civil e de empresas públicas e privadas. As atividades ocorrerão no Hotel Blue Tree Premium Morumbi, que fica na Avenida Roque Petroni Júnior, 1000, em São Paulo. As inscrições vão até dia 16 de setembro. Mais informações <http://nic.br/segurancaeprivacidade/>

Atividade física antes dos 40 ajuda a prevenir hipertensão na menopausa

Especialistas em cardiologia estimam que até 80% das mulheres podem se tornar hipertensas após a menopausa. Para prevenir o problema, a prática de exercícios físicos precisa ser incluída na rotina por volta dos 40 anos de idade, muito antes da última menstruação acontecer. O alerta foi feito pela pesquisadora da Universidade Estadual Paulista (Unesp) Angelina Zanesco, que coordena uma pesquisa cujo objetivo é desvendar os mecanismos biológicos responsáveis pelo aumento da pressão arterial feminina nessa faixa etária. Os primeiros resultados do estudo, que tem apoio da FAPESP, foram apresentados durante a 28ª Reunião Anual da Federação de Sociedades de Biologia Experimental (FeSBE), realizada entre os dias 21 e 24 de agosto em Caxambu, Minas Gerais. “Muitas mulheres começam a se preocupar com a atividade física somente após os 50 anos, quando a barriga começa a crescer. Mas nossos resultados mostram que, para evitar o desenvolvimento da doença, a intervenção precisa ser feita antes que ocorram as mudanças metabólicas e hormonais da menopausa”, afirmou Zanesco. Para chegar a tal conclusão, a equipe do Laboratório de Fisiologia Cardiovascular e Atividade Física da Unesp em Rio Claro (SP) avaliou em dois grupos de mulheres – pré e pós menopausa – o funcionamento do chamado sistema renina-angiotensina, um conjunto de peptídeos, enzimas e receptores envolvidos no controle da pressão arterial. “O sistema renina-angiotensina é responsável por elevar a pressão arterial, principalmente por meio da constrição dos vasos sanguíneos, e isso tem uma importância fisiológica. No caso de um acidente com hemorragia ou de uma infecção generalizada, por exemplo, esse sistema impede que a pressão arterial caia demais e o indivíduo desmaie. Mas quando o mecanismo é ativado sem necessidade, acaba levando à hipertensão”. Os pesquisadores coletaram amostras de sangue de 42 mulheres com mais de 40 anos que ainda não estavam na menopausa e de outras 32 que já estavam havia pelo menos 12 meses sem menstruar. “Para ter certeza de que a voluntária estava de fato na menopausa, medimos os níveis dos hormônios LH (hormônio luteinizante) e FSH (hormônio foliculoestimulante), que são marcadores da falência ovariana”, explicou Zanesco. Em seguida, mediram nos dois

grupos os níveis plasmáticos da enzima conversora de angiotensina e de diversos peptídeos, como angiotensina I, angiotensina II e a angiotensina 1-7. Os resultados mostraram que, de maneira geral, o sistema renina-angiotensina estava até 80% mais ativo no grupo de mulheres pós-menopausa quando comparados às mulheres na perimenopausa. “Quando comparamos apenas as mulheres normotensas, pré e pós menopausa, não vemos grandes diferenças. Mas, quando comparamos as hipertensas, o aumento na atividade do sistema renina-angiotensina chega a 150%. Esses dados mostram que, se a mulher esperar a menopausa para mudar seu estilo de vida, pode ser um pouco tarde e esse sistema já estará ativado para causar uma patologia”. Benefícios: Desde meados da década de 1990, diversos estudos têm mostrado os benefícios de exercícios aeróbicos no controle da pressão arterial. O efeito também foi comprovado no experimento feito com 40 mulheres – 29 normotensas e 21 hipertensas – no Laboratório de Fisiologia Cardiovascular e Atividade Física da Unesp. Após dois meses de treinamento na esteira, que incluía três sessões de 40 minutos por semana, em ritmo moderado, houve redução da gordura abdominal de aproximadamente três centímetros. Além disso, a pressão arterial das normotensas caiu 4 milímetros de mercúrio e a das hipertensas, 7 milímetros de mercúrio. “Seria o equivalente a descer de uma pressão de 13.2 para 12.5, por exemplo. É uma redução importante para um período tão curto e o suficiente para reduzir em 40% o risco de infarto do miocárdio e acidente vascular cerebral”. No momento, os pesquisadores tentam descobrir por meio de quais mecanismos biológicos a atividade física ajuda a regular a pressão. A primeira suspeita, que não se confirmou, estava relacionada à redução nos níveis de cortisol e de testosterona. “Sabemos que o cortisol, o hormônio do estresse, é produzido e liberado pelo tecido adiposo visceral. Achávamos que reduzindo a gordura da barriga haveria redução no nível de cortisol, mas não foi o que observamos”, contou Zanesco. Os níveis plasmáticos de testosterona – que já foi relacionada em estudos anteriores ao aumento da pressão arterial na menopausa – também ficaram inalterados após o período de treinamento físico. “Agora vamos iniciar uma

nova leva de experimentos e medir outros biomarcadores, como óxido nítrico e GMP (guanosina monofosfato) cíclico, que são agentes vasodilatadores”, contou. Outra hipótese a ser investigada é a de que a atividade física estimula a liberação de enzimas antioxidantes, como superóxido dismutase (SOD) e catalase (CAT), o que promoveria a redução do estresse oxidativo e ajudaria a reduzir a pressão arterial. Por último, serão avaliados mediadores inflamatórios – como a proteína C reativa, produzida pelo fígado, e interleucinas produzidas pelo tecido adiposo visceral –, que podem ser a gênese do problema. “Se conseguirmos entender os mecanismos da hipertensão nessa faixa etária poderemos encontrar meios para prevenir mais eficazmente o problema. Além de melhorar a saúde da população, isso reduziria muito os gastos do sistema de saúde”. Segundo dados da Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC), a hipertensão é responsável por 40% dos infartos, 80% dos derrames e 25% dos casos de insuficiência renal terminal. De acordo com a Diretriz Brasileira sobre Prevenção de Doenças Cardiovasculares em Mulheres Climatéricas e a Influência da Terapia de Reposição Hormonal (TRH) da SBC e da Associação Brasileira do Climatério (Sobrac), até os 55 anos há um maior percentual de homens com hipertensão. Dos 55 aos 74 anos, o percentual de mulheres é discretamente maior. Acima dos 75 anos, o predomínio no sexo feminino é significativamente superior. Os especialistas que formularam a diretriz estimam que cerca de 80% das mulheres, eventualmente, desenvolverão hipertensão na fase de menopausa. De acordo com o levantamento Vigitel 2011 (Vigilância de Fatores de Risco e Proteção para Doenças Crônicas por Inquérito Telefônico), do Ministério da Saúde, a hipertensão arterial atinge 22,7% da população adulta brasileira. A frequência da doença avança com o passar dos anos. Se entre 18 e 24 anos apenas 5,4% da população relatou ter sido diagnosticada hipertensa, aos 55 anos a proporção é 10 vezes maior, atingindo mais da metade da população (50,5%) estudada. A partir dos 65 anos, a mesma condição é observada em 59,7% dos brasileiros. Diferentemente dos dados apontados pela diretriz da SBC e da Sobrac, o Vigitel indica que a maior frequência de diagnóstico em mulheres ocorre em todas as faixas etárias.

Missa Sertaneja em Natividade da Serra

29/09 às 19h
Celebrante: Padre Alan Rudz
Participação Especial: Paróquia São José

Design Gráfico: Giovanna Goidi

DENGUE AQUI NÃO
Vamos juntos combater a dengue



Chega de violência contra a criança!

