

Núcleo Pindamonhangaba, de projeto do IEE, comemora o Dia das Crianças com atividades esportivas



O Dia das Crianças será comemorado com muito esporte e diversão no Núcleo Pindamonhangaba. Nesta terça-feira (8), a partir das 8h, os alunos do local terão a oportunidade de participar de diversas atividades esportivas e educativas. O Núcleo Pindamonhangaba faz parte do projeto Rede de Núcleos, realizado pelo Instituto Esporte & Educação (IEE), e conta com o patrocínio da Novelis, por meio da Lei de Incentivo ao Esporte do Governo Federal. O IEE foi criado e é presidido pela medalhista olímpica Ana Moser.

O evento será realizado em dois horários durante o dia: das 8h às 11h30 e das 13h às 16h30. São esperadas cerca de 250 crianças e na programação estão jogos como queimada, resgate, invasão, corrida do saco, acerte o alvo e pintura.

“Esta ‘Semana da Criança’ visa proporcionar atividades com jogos diver-

tidos e educativos para os alunos. Além disso, os jovens monitores serão protagonistas do evento, desde o planejamento até a realização, organização e avaliação das atividades. Esses monitores fazem parte do grupo de lideranças juvenis que já atua no Julieta Reale e que está se reunindo com a intenção de reativar ações para a comunidade escolar”, conta Celiane de Oliveira, coordenadora do IEE.

“Nossa expectativa é que as crianças aproveitem esse evento para socializar com outros alunos e professores da escola, valorizem o momento de brincar, aprendam novos jogos e brincadeiras e fortaleçam o vínculo com os jovens monitores”, completa Shanaine Souza, professora do IEE.

O projeto Rede de Núcleos é um dos programas do IEE que mais realiza atendimentos diretos e está presente nas cidades de São Sebastião (SP), Embu das Artes (SP), Rio de Ja-

neiro (RJ), Carapicuíba (SP), Pindamonhangaba (SP), Osasco (SP), Caieiras (SP), Cajamar (SP), Recife (PE) e São Paulo (SP). Estruturado a partir de parcerias locais e institucionais, para atender a crianças e adolescentes de comunidades, conta com atividades regulares e contínuas. Os núcleos atendem a crianças, jovens e adultos e são considerados referência na comunidade ao redor.

Serviço Dia das Crianças - Núcleo Pindamonhangaba
Data: Terça-feira (8)
Horário: 8h às 11h30 e das 13h às 16h30

Local: Travessa da rua Felício Carpana Vitalli, nº149 - Castolira

Sobre o Instituto Esporte & Educação - O Instituto Esporte & Educação (IEE) foi criado em 2001, já atendeu a 3,1 milhões de crianças e jovens em todo o Brasil e contribuiu para a formação de mais de 50 mil professores e educadores.

MegaMemória: há 9 anos, prêmio da Mega-Sena quebrava recorde absurdo



Não é de hoje que a Mega-Sena costuma pagar prêmios milionários aos apostadores que acertam as tão sonhadas seis dezenas que saem a cada concurso. Aliás, os altos valores já fazem parte da loteria há um bom tempo, mas não faz tantos anos assim que uma marca incriável foi quebrada. No dia 6 de outubro de 2010, há quase 9 anos, pela primeira vez na história da Mega-Sena um único apostador levava para casa mais de R\$ 100 MILHÕES! Naquele dia, no concurso 1220 da loteria, uma aposta de Fontoura Xavier, no Rio Grande do Sul, faturou o absurdo valor de R\$ 119.142.144,27. No entanto, essa não foi a primeira vez que mais de R\$ 100 milhões foram distribuídos em um único concurso da Mega-Sena. Alguns meses antes, na Mega da Virada de 2009, a loteria dividiu quase R\$ 145 milhões para duas apostas vencedoras. Como apostar na Mega-Sena?

A Mega-Sena é uma das

mais populares loterias que existem no Brasil. Para jogar basta escolher entre 6 e 15 dezenas das 60 que estão disponíveis no volante. Quanto mais números forem escolhidos em um mesmo jogo, maior são as chances de vencer, assim como mais cara fica a aposta para o jogador.

Ganha o prêmio principal quem acertar os seis números que são sorteados em cada concurso. No entanto, quem marca cinco ou quatro acertos também é premiado, mas em uma faixa menor.

É possível aumentar muito as chances de ser premiado na Mega-Sena gastando bem pouco: apostar em bolões. Nesta modalidade é possível ser mais agressivo, investindo em jogos com mais de seis dezenas ou então em combos com vários jogos. Em caso de vitória, o prêmio é dividido entre todos aqueles que adquiriram cota (s) da série premiada.

Para apostar no Sorte Online basta se cadastrar no site, escolher em qual loteria deseja apostar e em

qual a modalidade de jogo fará o seu investimento. A aposta simples na Mega-Sena, com seis números, custa R\$ 4,75. Os bolões, que são projetados por especialistas em loterias, têm grupos com cotas vendidas a partir de R\$ 10,00. As apostas simples, realizadas através do “Faça o seu jogo”, podem ser registradas até às 13h (de Brasília), enquanto os bolões podem ser adquiridos até às 19h (de Brasília), do dia do sorteio.

Assista no Sorte Online O sorteio da Mega-Sena acontece às quartas e aos sábados, no Espaço Loterias Caixa, no Terminal Rodoviário do Tietê, em São Paulo, a partir das 20h (de Brasília). No mesmo horário, o Sorte Online, em sua página no Facebook, inicia a transmissão ao vivo dos resultados do dia, com comentários.

Conheça o Sorte Online O Sorte Online é pioneiro em loterias na internet. Há mais de 15 anos no mercado, o site já distribuiu mais de R\$ 88,3 MILHÕES em prêmios aos seus usuários.

Trecho de Serra terá ‘pare e siga’ no km 116 da SP-55 a partir desta quarta-feira (9)



O km 116 da Rodovia Rio Santos (SP-55) voltará a receber obras emergentes

ciais a partir desta quarta-feira (9), com operação do sistema ‘pare e siga’ durante todo o dia, inclusive aos finais de semana e feriados, no trecho de serra que liga a Costa Norte ao Centro de São Sebastião.

A intervenção será realizada pela Companhia de Saneamento Básico do Estado de São Paulo (Sabesp) e tem prazo de conclusão para 60 dias. De acordo com a Companhia, o trabalho consiste no remanejamento de parte da tubulação de água instala-

da no trecho onde houve um afundamento da rodovia a 200 metros da parte que desbarrancou no início do ano.

Na fase de interligações, os trabalhos acontecerão no período noturno, quando será necessária a interrupção do abastecimento de água e a população será avisada previamente pela Sabesp.

Em setembro deste ano, a Prefeitura de São Sebastião notificou o Departamento de Estradas de Rodagem (DER) para intervenção do trecho, uma

vez que foram constatados sinais de deslizamento no morro, além de trincas e fissuras na parte da rodovia, assim como degrau de abatimento no talude, que é a inclinação na superfície lateral, que tem como função garantir estabilidade no local.

De acordo com a Defesa Civil de São Sebastião, a variação no clima, com chuvas constantes, mantém o solo encharcado.

O que pode ser prejudicial para o trecho, com risco de colapso do talude.

A Gazeta dos Municípios
Tudo o que você lê aqui!
Você encontra em:
www.agazetadosmunicipios.com
Contato: (12) 3672-2257

Tremembé mora no meu
TREMEMBÉ
www.tremembeonline.com.br

Miscelânea

Curiosidades

A busca por uma aparência jovem sempre preocupou homens e mulheres e hoje em dia tem sido tema de pesquisas constantes dos dermatologistas. Apesar das rugas serem algo que mais cedo ou mais tarde surgirão em nossa pele, devido a fatores orgânicos a perda da elasticidade natural que ocorre com o envelhecimento, agentes externos são as principais causas de sua formação. A exposição ao Sol é a maior vilã do envelhecimento precoce. Para qualquer tipo de pele é necessário utilizar bloqueador solar com fator 15, no mínimo. Outros hábitos que provoca rugas é o fumo. A fumaça tende a obstruir os poros e a danificar a pele com produtos químicos. A posição de dormir também influencia a beleza facial. O ideal é repousar de barriga para cima, evitando o contato do rosto com o travesseiro.

Humor

Duas senhoras chegaram ao mesmo tempo no caixa do banco com muita pressa e uma disse:

- Primeiro eu, ainda tenho que levar as crianças na escola!

E a outra retruca:

- Primeiro eu que moro muito longe!

O caixa muito esperto resolveu acabar com a briga dizendo:

- Primeiro eu vou atender a mais velha!

As suas se olharam e disseram:

- Sua vez! Pode ir!

- Não! Primeiro você! Não viu o moço dizer?

Quando minha filha estava com sete anos, tentei lhe explicar que ela tinha muita sorte de ser menina, porque nós mulheres sabemos fazer algo muito especial:

- Filha, você sabe o que nós mulheres sabemos fazer que os homens não sabem?

Ela pensou um pouquinho e respondeu:

- Faxina?

Mensagens

Com o tempo você vai percebendo que, para ser feliz com outra pessoa você precisa em primeiro lugar, não precisar dela. Você aprende a gostar de você, a cuidar de você, principalmente, a gostar de quem também gosta de você. O segredo é não correr atrás das borboletas, mas cuidar do jardim para que elas venham até você. No final das contas, você vai achar não quem você estava procurando, mas quem estava procurando você.

Regras básicas da convivência

Chegou? Cumprimenta.

Já vai? Se despeça.

Recebeu um favor? Agradeça.

Prometeu? Cumpra.

Ofendeu? Se desculpa.

Não entendeu? Pergunte.

Tem? Compartilhe.

Não tem? Não inveje.

Sujou? Limpe.

Não curte? Respeite.

Ama? Demonstre.

Não vai ajudar? Não atrapalhe.

Quebrou? Conserte.

Pediu emprestado? Devolva.

Falaram contigo? Responda.

Acedeu? Apague.

Abriu? Feche.

Comprou? Pague.

Pensamentos, provérbios e citações

De nada adianta correr se estamos na estrada errada.

Cozinhar é uma experiência que nunca muda.

Tudo pode dar certo, só depende da gente.

Quem vive como lobo só aprende a uivar.

É durante a dificuldade que a gente conhece os verdadeiros amigos.

Eu penso que em nossa vida é útil nunca se esconder de nada.

Bem feito é melhor que bem explicado.

Quem julga as pessoas não tem tempo de amá-las.

Faça primeiro o mais importante e não o mais urgente.

Todas as flores do futuro estão nas sementes do presente.

Onde não há dignidade, a amizade não perdura.

O amor não se define, apenas sente-se.

A humildade é a única base sólida de todas as virtudes.

Só uma grande alma pode sofrer sem se queixar.

Numa semente de trigo há mais vida do que num monte de feno.

Cada golpe que a nossa ira dá acaba nos atingindo.

Oficial de Registro Civil das Pessoas Naturais da Comarca de Tremembé/SP

Livro D-25, FLS. nº 108, Termo nº 7084

Faço saber que pretendem se casar RENAN ALVES MICHELETT CARDOSO e DANIELA APARECIDA DA SILVA, apresentando os documentos necessário exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3, 4 e 5 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de São Paulo-SP, nascido em 22 de abril de 1989, de profissão gerente, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Rua Major Zanani, nº 38, Centro, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filho de OLMAR VENERANDO MICHELETT CARDOSO, de 57 anos, natural de Maringá/PR, nascido na data de 23 de agosto de 1962, residente e domiciliado em Jequiriça/BA e de LILIAN COSTA ALVES, de 52 anos, natural de São Paulo/SP, nascida na data de 01 de dezembro de 1966, residente e domiciliada em Caraguatatuba/SP. Ela é natural de Tremembé-SP, nascida em 07 de fevereiro de 1980, de profissão supervisora de vendas, de estado civil divorciada, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de ANTONIO DA SILVA, falecido em Taubaté/SP na data de 28 de abril de 2019 e de MARIA DE FATIMA CORREA DA SILVA, de 65 anos, natural de Maria da Fé/SP, nascida na data de 23 de setembro de 1954, residente e domiciliada em Tremembé/SP. Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.

Livro D-25, FLS. nº 108, Termo nº 7085

Faço saber que pretendem se casar DOUGLAS MARCELINO DE FARIA e IZABELA CAMARGO LOPES, apresentando os documentos necessário exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3 e 4 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de Tremembé-SP, nascido em 12 de setembro de 1986, de profissão vendedor, de estado civil solteiro, residente e domiciliado no mesmo endereço da contraente, filho de JOSÉ CARLOS DE FARIA, natural de Tremembé/SP e de ZENILDA APARECIDA DE FARIA, natural de Tremembé/SP, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Ela é natural de São Paulo-SP, nascida em 23 de junho de 1988, de profissão do lar, de estado civil solteira, residente e domiciliada na Avenida das Samambaias, nº 28, Residencial Vale das Flores, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filha de ROBERTO FEITOSA LOPES, falecido em Tremembé/SP e de HELENA SILVA DE CAMARGO LOPES, natural de Paraibuna/SP, residente e domiciliada em Tremembé/SP. Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.

Livro D-25, FLS. nº 109, Termo nº 7086

Faço saber que pretendem se casar JULIO CESAR DOS SANTOS ENCARNAÇÃO e ISABEL CRISTINA QUADROS DE FELIPPE, apresentando os documentos necessário exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3 e 4 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de Taubaté-SP, nascido em 13 de maio de 1995, de profissão autônomo, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Rua Queluz, nº 56, Nossa Senhora da Glória, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filho de JOSÉ ELIAS DA ENCARNÇÃO, de 59 anos, natural de Taubaté/SP, nascido na data de 30 de dezembro de 1959 e de CRISTINA APARECIDA DOS SANTOS ENCARNAÇÃO, de 51 anos, natural de Taubaté/SP, nascida na data de 07 de janeiro de 1968, ambos residentes e domiciliados em Taubaté/SP. Ela é natural de Tremembé-SP, nascida em 05 de março de 1997, de profissão do lar, de estado civil solteira, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de JULIO CESAR DE FELIPPE, de 52 anos, natural de Tremembé/SP, nascido na data de 15 de novembro de 1966 e de MARIA JOANA QUADROS DE FELIPPE, de 59 anos, natural de Tremembé/SP, nascida na data de 10 de julho de 1960, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.

Livro D-25, FLS. nº 109, Termo nº 7087

Faço saber que pretendem se casar WELLINGTON ESTEVÃO AMORIM SILVA e NÚBIA MARIA DE JESUS BARBOSA DA SILVA, apresentando os documentos necessário exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3, 4 e 5 do Código Civil Brasileiro. Ele é natural de Caçapava-SP, nascido em 15 de dezembro de 1990, de profissão jardineiro, de estado civil divorciado, residente e domiciliado na Rua Vinte e Um, nº 115, Jardim Maracaibo, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filho de JOSÉ CICERO DA SILVA, de 51 anos, natural de Coité do Nóia/AL, nascido na data de 05 de julho de 1968 e de ROSELI ESTEVÃO DA SILVA, de 54 anos, natural de Caçapava/SP, nascida na data de 18 de fevereiro de 1965, residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Ela é natural de Tremembé-SP, nascida em 24 de março de 1999, de profissão do lar, de estado civil solteira, residente e domiciliada na Rua Onze, nº 75, Jardim Alberto Ronconi, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filha de CÍCERO JOSÉ BARBOSA DA SILVA, de 43 anos, natural de Várzea/PE, nascido na data de 10 de fevereiro de 1976 e de VANDA DE JESUS BARBOSA DA SILVA, de 48 anos, natural de Taubaté/SP, nascida na data de 15 de janeiro de 1971, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Se alguém souber de algum impedimento, oponha-o na forma da Lei. Lavro o presente para ser afixado em Cartório e cópia para a imprensa local desta cidade.

A Gazeta dos Municípios

Leia e Anuncie
Tel: (12) 3672-2257

Circulando no Vale do Paraíba Litoral Norte e Região Serrana

Para o leitor: Grande conteúdo e informações confiáveis
Para empresários: Uma vitrine de grande alcance e eficiência
www.agazetadosmunicipios.com

EXPEDIENTE

JORNAL DIÁRIO E REGIONAL

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: publicacoesgazeta@hotmail.com

Registro no INPI 81717790

Impresso em 08/10/2019

Diretor responsável pela publicação:

Daniel Domingues Ribeiro PRT 004860

Diretora Comercial: Dolores Russo

Editoração Eletrônica e Impressão: Pré Impressão Gráfica - SP - Capital.

Representante em São Paulo.

REVEP 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.

DISTRIBUIDORES E REPRESENTANTES:

CAÇAPAVA: Na banca da Praça das Bandeiras e outras da cidade.

CAMPOS DO JORDÃO: Bancas de Jornais da Avenida Abernssia.

CARAGUATATUBA: Salles Jornais e Revistas - Rua Aluno Arantes.

CUNHA: Banca da Várzea - Rua Augusta Galvão 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 Carvalho, 100 - Banca canto das Letras.

POTIM: Nas bancas de jornais e repartições públicas

PINDAMONHANGABA: Distribuidora de Jornais e Rev. Rua Dep. César Claro 218.

REDENÇÃO DA SERRA: Banca de Redenção Av. 7 de Setembro, 258 e Supermercado Resende

SANTA BRANCA: Banca da Roberta - Rua José Joaquim Nogueira. Tel.: (12) 3972-0622

SANTO ANTÔNIO DO PINHAL: Na banca de jornal da cidade (Estação rodoviária).

SÃO BENTO DO SAPUCAÍ: Na Distribuidora local de Jornais, São Bento do Sapucaí - SP

SÃO LUIS DO PARAITINGA: Banca da Cidade e comércio local.

TAUBATÉ: Banca da Praça. Praça Dom Epaminondas - Tel.: (12)3632-1808

TREMEMBÉ: Nas bancas de jornais da cidade e repartições públicas

UBATUBA: Nas bancas de jornais: Av Iperoigue e no Itaguaá.

Uma temporada de neve e belezas naturais conseguindo vôos baratos



Quando chegam as férias ou a possibilidade de fugir por um tempo da rotina, muitos destinos surgem como possibilidade de uma viagem, e conseguir vôos baratos é a melhor opção. Um dos destinos mais procurados nos últimos tempos é San Carlos de Bariloche, no sul da Argentina, para onde é possível conseguir boas passagens aéreas e curtir uma temporada maravilhosa. Bariloche fica na Patagônia argentina, tendo o belo Lago Nahuel Huapi e a Cordilheira dos Andes como marco paisagístico. Devido a grande quantidade de visitantes que recebe constantemente, existe uma grande diversidade de passagens aéreas de várias companhias que voam diariamente para esse destino. Portanto, é possível conseguir vôos baratos. Com uma arquitetura bem europeia, Bariloche também é conhecida como o

lugar do melhor chocolate e o destino ideal para esquiar. Planejar uma viagem para Bariloche é sinônimo de sucesso, pois há muita coisa para fazer por lá, desde relaxar, curtir uma boa gastronomia e fazer diversos esportes. Para os amantes da neve, este é um destino espetacular, que une o frio, a neve, as montanhas, lago, bosques, portanto uma paisagem muito especial, difícil não gostar. Voar para Bariloche é uma excelente escolha para poder viver uma experiência que, com certeza, será inesquecível. Com seguir vôos baratos para poder comprar chocolate! Bariloche é, sem dúvidas, a Meca do chocolate na Argentina. Há muitas lojas de chocolate principalmente no centro da cidade. Percorrer a rua Mitre é ter a possibilidade de degustar diversos tipos de choco-

lates, que são oferecidos pelas lojas justamente para ficar apaixonados e acabar comprando. Com certeza vale a pena! Também há outros tipos de doces feitos com frutas da região, e licores. Anualmente, na época da Páscoa, é feita a Festa Nacional do Chocolate, com chocolates imensos feitos especialmente para a ocasião. A vida noturna em Bariloche é famosa por conta dos grupos de formandos que viajam de diversas escolas para comemorar a graduação. São grupos vindos de todo país e de outros países. Também muitos grupos de garotas de 15 anos viajam para festejar essa idade com uma bela viagem, no lugar da festa. Portanto, Bariloche é um dos melhores destinos do continente para curtir a vida noturna de uma forma bem divertida, com muita música e animação.



Mas existem passeios e excursões que devem ser feitos para poder garantir o sucesso da viagem: Cerro Catedral: lá fica o centro invernal mais importante da América do Sul. Com muitos e diversos serviços turísticos, possui varias pistas de esqui com diferentes dificuldades, para esportistas que começam nessa atividade e para aqueles que são quase profissionais. É possível praticar também snowboard. A subida para o cerro já é um passeio espetacular por conta das impressionantes vistas da cordilheira dos Andes e da própria cidade de Bariloche.

Cerro Tronador: as excursões para o Cerro Tronador costumam levar aos visitantes até a fronteira com Chile. Nessa região, desde os mirantes, dá para tirar fotos espetaculares. Este cerro é um vulcão dormido, com quase três mil e quinhentos metros sobre o nível do mar. O caminho dos Lagos: uma viagem pelos arredores de Bariloche, visitando lagos como o Lago Moreno, o Lago Gutierrez e o Lago Mascardi. Passeio ideal para andar e para relaxar, bebendo chocolate quente ou o famoso chimarrão na beira do lago. Fazer um lanche no hotel Llao Llao: é o hotel mais

famoso da região, conhecido internacionalmente também por receber personalidades do mundo todo. Os encontros presidenciais são feitos ali. Fica numa região de Bariloche espetacular, com o lago e as montanhas como pano de fundo. Tomar um café, um chá ou um chocolate quente olhando pelas grandes janelas do restaurante será uma experiência maravilhosa. Passear pelo centro da cidade: o popularmente conhecido Centro Cívico, onde se localiza a Municipalidade e outros prédios administrativos. Lá fica o famoso relógio na torre, o cartão postal da cidade.

Motoristas devem redobrar a atenção devido a presença de romarias a pé na via Dutra



Há menos de uma semana para o feriado de Nossa Senhora Aparecida (12 de outubro), já é grande o número de romeiros caminhando a pé pelo acostamento da via Dutra. Apenas no último fim de semana foram contabilizados 3.190 peregrinos andando em direção à Basílica de Aparecida, no Vale do Paraíba (SP). A contagem dos romeiros é realizada pela equipe operacional da Concessionária durante a passagem pelas cidades de Pindamonhangaba (SP), no km 87, e Itatiaia (RJ), no km 318. Em 2018, mais de 20 mil romeiros passaram pela rodovia com destino à Aparecida, entre a segunda quinzena de setembro até a segunda quinzena de novembro, período de maior movimento de romarias a pé.

A campanha Preocupada com aumento de romeiros dividindo espaço com carros e caminhões na rodovia, a CCR NovaDutra intensifica sua campanha de orientação a peregrinos e motoristas que trafegam pela via Dutra em direção a cidade de Aparecida. A campanha, realizada todos os anos a partir da segunda quinzena de setembro, tem foco nas orientações de segurança aos grupos de romeiros e usuários da rodovia, além de reforçar sobre os riscos de romarias a pé pelo acostamento. A campanha também orienta sobre a utilização de um caminho mais seguro para esta manifestação de fé: a Rota da Luz SP.

Nesta semana, serão realizadas novas ações pela Concessionária, como a instalação de faixas indicando os acessos à Rota da Luz aos romeiros que ainda insistem em caminhar pela via Dutra. Também serão distribuídos folhetos aos motoristas alertando sobre a presença de romeiros caminhando pelo acostamento. A CCR NovaDutra não recomenda este tipo de manifestação de fé, em função do risco que representa para os peregrinos que utilizam o acostamento para caminhar.

Além dessas ações, os painéis de mensagens variáveis da rodovia alertam os motoristas sobre romeiros pelo acostamento. A cam-

panha ganha reforço também na programação da CCRFM 107,5, com plantões ao vivo, dicas de segurança e informação dos trechos da rodovia com peregrinos a pé. Todos os colaboradores da Concessionária estão treinados para abordar os grupos de romeiros que estão caminhando, principalmente no mesmo sentido do tráfego, e orientar sobre a forma mais segura de realizar sua peregrinação. É entregue material com dicas de segurança para esses grupos de pessoas que insistem em caminhar pelo acostamento da rodovia.

Mortes

E o risco de caminhar a pé pelo acostamento pode ser visto nos números. Dados da Concessionária mostram que, no ano passado, entre os meses de janeiro e dezembro foram contabilizados 13 atropelamentos, um aumento de 200% no número de atropelamentos em comparação com o mesmo período de 2017. Somente no período da campanha de orientação que ocorre entre setembro e novembro 10 pessoas foram atropeladas em 2018. Em 2019, a Concessionária registrou três mortes de romeiros. Em dois casos os romeiros estavam caminhando pelo acostamento quando foram atropelados. Um terceiro foi atropelado enquanto caminhava pela faixa de desaceleração da rodovia.

Dados atropelamentos

Janeiro a dezembro 2018x2017

2018

Atropelamentos - 13

Mortos - 04

Feridos - 09

2017

Atropelamentos - 07

Mortos - 02

Feridos - 05

Atropelamento no período de orientação da campanha (setembro a novembro) 2018x2017

2018

Atropelamentos - 10

Mortos - 02

Feridos - 08

2017

Atropelamentos - 04

Mortos - 01

Feridos - 03

“O romeiro acredita que a o acostamento é um local seguro para realizar sua peregrinação, mas esquecem que o acostamento é um local para paradas de emergências de veículos

e o risco de um atropelamento é grande. Sem contar que a Dutra tem mais de mil acessos, entradas e saídas de cidades e postos de serviços, as travessias de trevos e acessos, aumenta o risco de atropelamentos. Não temos como proibir a manifestação de fé na rodovia, mas há uma necessidade urgente da sociedade entender os riscos de caminhar pelo acostamento da via Dutra”, explica o gestor de Atendimento da CCR NovaDutra, Virgílio Leocádio.

Uma rota mais segura - conheaça a Rota da Luz SP Inaugurada pelo Governo do Estado de São Paulo, a Rota da Luz é um traçado formado por estradas secundárias, somando 201 km que passam por nove municípios, saindo de Mogi das Cruzes. Criada pela Secretaria Estadual de Turismo, a rota é um caminho mais seguro para os romeiros com destino ao Santuário Nacional de Aparecida. A Concessionária reforça em sua orientação aos romeiros a utilização da Rota da Luz SP. Mais informações podem ser obtidas pelo site <http://www.rotadaluzsp.com.br/>. Dicas de segurança e orientação para romeiros:

- 1) Utilize a Rota da Luz SP, um caminho mais seguro para os romeiros;
- 2) Caminhe no sentido contrário ao tráfego, em fila indiana, o mais distante possível da pista e do acostamento;
- 3) Só caminhe durante o dia. Evite caminhar à noite ou na madrugada;
- 4) Use roupas claras e coloridas. Se possível, use faixas refletivas. Aumente ao máximo a sua visibilidade para os motoristas;
- 5) Descanse fora da rodovia. Se houver veículo de apoio, estacioná-lo em local seguro, em postos de serviços, nunca no acostamento;
- 6) Mantenha sua atenção. Rodovia é espaço para veículos, não para pedestres;
- 7) Se chover, interrompa sua caminhada. Os riscos são maiores com pista molhada.

A campanha de orientação aos romeiros e motoristas é realizada pela CCR NovaDutra com o apoio da Agência Nacional de Transportes Terrestres e da Polícia Rodoviária Federal.

Câncer de mama: cinco fatos importantes que todos devem saber



De acordo com o Instituto Nacional do Câncer (Inca), são diagnosticados no Brasil cerca de 60 mil novos casos de câncer de mama por ano e aproximadamente 12 mil mulheres morrem em decorrência dessa doença. Motivado pelas altas taxas de incidência, que não param de crescer desde a segunda metade do século XX, o mês de outubro foi escolhido para serem realizadas atividades educativas e de prevenção para o câncer de mama, o chamado Outubro Rosa.

De acordo com Alfredo Barros, mastologista da BP - A Beneficência Portuguesa de São Paulo, a redução do número de filhos, a primeira gestação tardia e os curtos períodos de amamentação tornaram a mulher exposta a um maior número de ciclos menstruais e, consequentemente, a intenso e repetido estímulo hormonal estrogênico. “Esse estímulo promove a multiplicação de células mamárias, geneticamente modificadas, na direção do câncer. Além disso, a ausência de gestação implica que o tecido mamário deixe de receber proteção de certos hormônios da placenta como a gonadotrofina coriônica, que tornam as células da mama refratárias à lesão do DNA cromossomal, evento inicial do determinismo do câncer”, conta o médico.

Confira abaixo cinco fatos importantes relacionados à doença ressaltados pelo especialista:

Tendências: a obesidade, o sedentarismo, dieta gordurosa, ingestão alcoólica em excesso e a reposição hormonal prolongada na menopausa são condições que elevam o risco da incidência de câncer.

“Pode-se diminuir a chance de formação do câncer de mama evitando estes fatores e aumentando a ingestão de verduras e fru-

tas. Os vegetais contêm substâncias flavonoides, que dificultam a ligação dos estrogênios com proteínas receptoras no tecido mamário. Também é muito provável que agrotóxicos, pesticidas, poluentes orgânicos de diversos tipos e anabolizantes nos alimentos contribuam para a lesão no DNA e a proliferação celular”, afirma o mastologista.

A mamografia pode salvar vidas: para o diagnóstico na fase pré-clínica a mamografia é fundamental. Ela permite o reconhecimento de tumores a partir de 1 milímetro, muitos anos antes dele se tornar perceptível ao toque, por meio da identificação de sinais de suspeição, como microcalcificações ou pequenos nódulos. “Quanto mais precoce for o diagnóstico, maior será a chance de cura, menor a extensão da cirurgia e mais simples o tratamento complementar. Desde a primeira divisão celular anômala até um nódulo chegar a ser palpável com 1 centímetro, existe um intervalo aproximado de 10 anos. Se o tumor for descoberto nesse período, as possibilidades de cura oscilam ao redor de 95%”, ressalta o médico. A mamografia é indicada anualmente a partir dos 40 anos de idade, de acordo com a Sociedade Brasileira de Mastologia (SBM) e pela Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo).

Quem tem caso de câncer na família, deve redobrar o cuidado: nas pacientes de alto risco familiar, a rotina do exame de mamografia precisa ser iniciada mais cedo, também com ultrassonografia e a ressonância magnética. “Geralmente solicita-se a mamografia nas pacientes de alto risco depois da idade correspondente a 10 anos antes quando foi diagnóstico o câncer na mãe ou

nas irmãs, por exemplo”, conta o médico.

O autoexame não deixa de ser tão importante quanto a mamografia: o exame físico das mamas realizado pelo especialista permite o diagnóstico precoce de tumores a partir de 1 centímetro de diâmetro. “Já o autoexame das mamas, realizado pela própria paciente, todos os meses na semana após a menstruação, identifica nódulos geralmente maiores que 2 centímetros de diâmetro e deve ser ensinado e praticado especialmente para quem não tem acesso à mamografia. Tem a virtude de estimular a atenção com o próprio corpo e o autocuidado”, afirma Alfredo.

Não tenha medo: o receio das doenças, quando enfrentado com racionalidade, pode levar a uma atitude pragmática sadia e à adoção de medidas preventivas úteis. Ainda existe muita falta de informação. “Quando a mamografia é repetida anualmente o medo do câncer vai diminuindo porque a mulher sabe que depois de um exame normal qualquer anormalidade que surgir no próximo ano deverá ser muito inicial e, portanto, curável”, conta o mastologista.

A mama é órgão muito especial para a mulher. Mais do que fonte de nutrição para recém-nascidos, desempenha papel essencial para a autoestima e autoimagem. “Por isso, é possível uma mudança de hábitos para redução de risco e é muito importante o diagnóstico precoce para um tratamento altamente eficiente e geralmente não mutilante.

Os próximos outubros serão certamente mais cor-de-rosa se recomendações simples como as aqui mencionadas forem seguidas por mais e mais mulheres”, finaliza o médico.

Governo federal entrega 180 ônibus para o transporte escolar de 144 municípios paulistas



No Estado de São Paulo, 144 municípios estão na lista dos contemplados com novos ônibus escolares. Em cerimônia promovida nesta segunda-feira (7) no Parque Villa-Lobos, em São Paulo, o Governo federal entregou 180 ônibus escolares que serão utilizados na rede de ensino.

Participaram da cerimônia o vice-governador Rodrigo Garcia; o secretário da Educação do Estado de São Paulo, Rossieli Soares; e o ministro da Educação, Abraham Weintraub. Foram investidos cerca de R\$ 40,7 milhões. O valor unitário de cada ônibus é R\$ 226,5 mil.

A compra faz parte do “Programa Caminho da Escola”, criado pelo Fundo Nacional do Desen-

volvimento da Educação (FNDE), vinculado ao Ministério da Educação, segundo informou o vice-governador.

“Transporte escolar é um dos maiores desafios que nós temos para os municípios e para estados.

Por todos os aspectos, pelo financeiro, mas também pela logística e pela responsabilidade de se transportar milhares e milhões de crianças todos os dias”, diz o secretário Rossieli Soares.

Para o vice-governador Rodrigo Garcia, a educação “une a todos em relação ao resultado que queremos alcançar.”

Acessibilidade - Os veículos possuem características que permitem circulação tanto em zonas

urbanas, quanto em zonas rurais, passando por vias sem pavimentação, terrenos acidentados e irregulares, sob condições severas de operação. Eles comportam até 44 estudantes sentados, além do condutor.

Os ônibus também estão equipados com dispositivo de acessibilidade. Uma poltrona móvel, que pode ser deslocada, garante o embarque e desembarque dos estudantes com deficiência ou mobilidade reduzida.

Por meio da parceria com os municípios e o investimento no transporte escolar, o Governo de São Paulo garante o acesso e permanência dos estudantes nas escolas e a segurança no deslocamento até elas.

Artesp alerta para cuidados na contratação de fretamento de ônibus



Aproxima-se o feriado da Padroeira do Brasil, em 12 de outubro, período de muito movimento nas estradas com destino a Aparecida. A Artesp (Agência Reguladora de Transporte de São Paulo) indica alguns cuidados ao contratar o fretamento de ônibus para viagens intermunicipais para garantir uma viagem tranquila e segura. Em 2019, até agosto, 4.853 veículos foram fiscalizados, sendo que 356 veículos foram retidos por realizarem transporte clandestino.

A utilização do transporte irregular traz riscos para os passageiros, já que os veículos não passam por vistorias exigidas pela Artesp para atuar no segmento, além de não haver a garantia de que o moto-

rista está devidamente habilitado para a prestação do serviço.

Para ajudar o usuário a verificar se a empresa, bem como o ônibus, que está contratando estão devidamente regularizados junto à Artesp para as viagens intermunicipais, a Agência Reguladora tem em seu site um endereço eletrônico onde é possível fazer essa checagem: extranet.artesp.sp.gov.br/transporte coletivo/empresa/consulta/.

A consulta pode ser feita por meio da placa do veículo ou CNPJ da empresa e vale para qualquer empresa que realize fretamento para viagens intermunicipais no Estado de São Paulo. Esse simples procedimento evita eventuais transtornos e

oferece maior garantia de segurança para as viagens. Além disso, as empresas legalizadas também têm de afixar nos veículos o logotipo da Artesp e, no para-brisa, deve ser afixado a letra “F” de fretamento. Quando o transportador irregular é flagrado, o veículo é retirado de circulação e os passageiros são realocados em um ônibus devidamente regulamentado. Além dos riscos de viajar em veículos clandestinos, os passageiros também sofrem os transtornos do desembarque e espera por um novo veículo.

A atuação dos transportadores irregulares pode ser denunciada na Ouvidoria da Artesp, através do telefone 0800 727 83 77 ou pelo e-mail ouvidoria@artesp.sp.gov.br.