

## Fiscalização de obras atua em 12 bairros da zona rural



No último sábado, dia 12 de janeiro, agentes da Divisão de Fiscalização de Obras Particulares (DFOP) da Prefeitura de Taubaté vistoriaram 12 localidades da região rural visando impedir a expansão dos loteamentos clandestinos.

Nessa ação foram percorridos um total de 115 km. Os fiscais executaram vistorias no bairro Pouso Frio e realizaram procedimentos de instrução de processos cumprindo determinação do Ministério Público nos seguintes bairros: Macuco, Cachoeira do Caipira, Pedra Gran-

de, Sobradinho, Caieiras, Sete Voltas, Mangalot, Taboãozinho, Ipiranga, estrada João Pasin e Sítio Jesus Miranda.

As operações têm surtido resultados. No loteamento Pouso Frio, por exemplo, os fiscais verificaram que as obras permanecem paralisadas e a vegetação já toma conta da estrada.

A administração municipal reforça que o intuito dessas ações é evitar o desrespeito à legislação e o prosseguimento de obras que foram embargadas. As operações são executadas de forma frequente pelos fiscais da DFOP,

com apoio da Guarda Civil Municipal em atendimento a recomendação do Ministério Público.

Quem tem pretensão de comprar um imóvel na zona rural precisa tomar precauções.

A primeira atitude é verificar junto à prefeitura as condições de legalidade e se há projeto contendo toda a infraestrutura necessária, como asfalto das vias, instalação de energia elétrica, esgoto e água. Qualquer dúvida é só entrar em contato com a Secretaria de Planejamento pelo telefone 3625 5026.

## 2º Caiçara Street Workout distribui R\$ 2,1 mil em prêmios na Martim de Sá



A 2ª edição do Caiçara Street Workout (treino de rua)/Calistenia movimentou as areias da Praia Martim de Sá, em Caraguatuba. Ao todo, 41 atletas de calistenia do Brasil inteiro disputaram a competição no último sábado (12/01). O campeonato distribuiu R\$ 2.150 em premiação aos vencedores.

Do total de inscritos, 17 atletas participaram na categoria Avançado e 24 competiram na Intermediária. Eles executaram movimentos acrobáticos no solo, barras e barras paralelas.

Thiago Tavares tornou-se bicampeão do Avançado e faturou um cheque de R\$ 1.500. John Wayne foi o vice-campeão e levou para casa um cheque de R\$ 300. O atleta Ericky Evaristo terminou em 3º lugar, com o prêmio de R\$ 100. Nicolas Duarte venceu no nível Intermediária e ganhou R\$ 250 pelo título; seguido por Willian Souza, na vice-liderança, e

Isak Rodrigues, na 3ª colocação.

Os árbitros avaliaram quesitos relacionados à estática, dinâmica de força, acrobática e o conjunto das manobras (combo). O torneio somou pontos no ranking da Liga Nacional StreetWorkout/Brasil.

O campeonato foi organizado pela equipe Caiçara Street Workout (CSW), em parceria com Liga Nacional StreetWorkout/Brasil e conta com o apoio da Corpus Nutrição Esportiva, Supermercado Silva Indaiá, Santo Suco, Core Sport, Ulisses Lopes Fisioterapia, Edinho Treinamento, Equilíbrio Condicionamento e Saúde, No Vaca Açaí, Reabilite Odontologia, Athenas Academia Shopping, E-Brasil Instrumentos Musicais, Big Apple, Quiosque Canto Bravo e Prefeitura de Caraguatuba, por meio da Secretaria de Esportes e Recreação. Street Workout e Calistenia. No street workout –

treino de rua, o praticante usa o peso do próprio corpo para executar exercícios em barras fixas, paralelas, no solo e até mesmo se apoiando em companheiros de treino. A prática exige força, coordenação, explosão e equilíbrio e pode ser praticada ao ar livre, na rua ou em praças e locais públicos que ofereçam os equipamentos, ou até mesmo dentro de casa. Com criatividade, os atletas conseguem transformar itens do cotidiano em aparelhos para o treinamento.

A Calistenia (do grego kallos, que significa beleza e sthenos, que significa fortaleza) é um conjunto de exercícios físicos em quais se movimentam diversos grupos musculares, concentrando-se na potência e no esforço. A calistenia é também chamada de aquecimento. O esporte é praticado em cerca de 90 países, tendo os Estados Unidos e a Rússia como referências.

## Vigilância em Saúde de Ubatuba alerta para cuidados a tomar com escorpiões

A Vigilância em Saúde de Ubatuba informa que escorpiões vêm se multiplicando em diferentes bairros de Ubatuba. Já foram registradas populações desse animal, que é peçonhento, ou seja, inocula veneno ao picar, nos bairros Estufa I, Estufa II, Itaguá, Casanga, Lagoinha e Ipiranguinha, além do Silop.

Ubatuba teve quatro acidentes com escorpiões em 2017, quatro casos em 2018 e um caso agora no início de 2019. Não houve óbitos. A Vigilância recomenda procurar imediatamente a Santa Casa de Ubatuba em caso de acidentes com escorpiões.

Para evitá-los, alguns cuidados são importantes como:

- Examinar roupas, calçados, toalhas e roupas de cama antes de usá-los;
- Manter lençóis, cobertores, cortinas sem contato direto com o chão;
- Usar luvas grossas ao manusear materiais de construção, na limpeza de jardins ou outros materiais que possam servir de abrigo a escorpiões;
- Manter cama, sofás e berços afastados da parede.

A equipe da Vigilância Ambiental vem realizando visitas de casa em casa com o objetivo de orientar a população com relação aos cuidados a adotar para evitar a presença e proliferação de escorpiões, tais como:

- Manter a tampa dos ralos internos na posição

fechada; abrir apenas para limpeza e enquanto estiver em uso;

- Colocar telas milimétricas nos ralos na área externa;
- Vedar frestas nos muros, paredes e pisos;
- Vedar a soleira das portas com rodinho ou rolinhos de areia;
- Não acumular entulho ou materiais de construção;
- Verificar se os espelhos de luz e pontos de fiação elétrica não apresentam frestas e vãos;
- Manter o ambiente limpo e organizado, acondicionando o lixo em recipientes fechados; manter a limpeza de jardins, sem acúmulo de folhas; providenciar a limpeza e corte do mato em terrenos.

## Inscrições para arte-educadores da Fundart se encerram no dia 18 em Ubatuba

Terminam na próxima sexta-feira, 18, as inscrições de arte-educadores interessados em ministrar oficinas como parte do Projeto “Arte para todos” 2019, da Fundação de Arte e Cultura de Ubatuba (Fundart).

As oficinas culturais da Fundart compreendem a realização de atividades semanais de aspecto prático, artístico e cultural realizadas anualmente pela instituição. O objetivo é desenvolver as potencialidades expressivas, esti-

mular a sensibilidade, ampliar a comunicabilidade, contribuir para a autoestima e auxiliar na formação de cidadãos.

Arte-educadores interessados em participar poderão inscrever-se para a execução de até duas oficinas culturais.

A inscrição é obrigatória, devendo ser efetuada em formulário específico que inclui detalhes sobre o plano de trabalho a ser desenvolvido na oficina. O documento deve ser entregue até o dia 18 de ja-

neiro de 2019, de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas, na sede da Fundart, na Praça Nóbrega nº 54, Centro, ou pelos Correios. Com o objetivo de orientar os arte-educadores interessados, a Fundart promoveu no último dia 7 uma oficina de capacitação para conhecimento do edital específico e elaboração do plano de trabalho. Mais informações podem ser obtidas pelo telefone (12) 3833-7000 ou pelo e-mail: cultural@fundart.com.br

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

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

# Miscelânea

## Curiosidades

O quiabo é uma planta da família da malva. Quiabo é uma hortaliça de clima quente originário da África, sendo trazida para o Brasil pelos escravos. Desde então, a hortaliça passou a fazer parte da culinária brasileira, um exemplo é o frango com quiabo, um símbolo da cozinha de Minas Gerais. Na verdade, o quiabo é uma cápsula fibrosa cheia de sementes que é colhida antes de chegar a fazer maturação. Geralmente, a hortaliça é verde, possui uma forma de cápsula, é seca e apresenta um líquido viscoso em seu interior. O fruto possui uma quantidade significativa de vitamina C, entretanto se perde durante o cozimento. Mesmo assim o quiabo é um alimento nutritivo, é rico em vitamina A, importante para o bom estado da visão, vitaminas do complexo B, fundamentais para o processo de crescimento, além disso, de cálcio, ferro, fósforo e cobre importante para a formação dos ossos, dentes e sangue. Em razão de ser um fruto de fácil digestão, o quiabo também é indicado no caso de infecção do intestino, bexiga e rins. O quiabo é consumido frito, cozido ou refogado, no preparo de pratos e saladas. Na hora de comprar é aconselhável optar por frutas firmes, sem manchas e com comprimento de doze centímetros. Além disso, deve-se consumir o fruto rapidamente, pois o mesmo pode ficar murcho e escurecer em seguida. Uma solução prática para evitar a goma viscosa do quiabo, pouco apreciada, é só pingar algumas gotas de limão enquanto estiver cozinhando. Os maiores produtores mundiais do fruto são: Índia, Paquistão, Gana e Egito.

## Humor

O sujeito leva o carro a uma oficina e o mecânico pergunta:

- Qual é o problema?
- Quero colocar uma buzina bem forte, mas bem forte mesmo!
- Tudo bem, podemos colocar uma buzina de caminhão.
- Não tem uma mais forte?
- Mas por que você quer uma buzina tão forte?
- É que os freios estão falhando...

\*\*\*

Um dia um mineiro resolveu pescar sozinho, porque já ficava irritado com gente em volta dele. Varas na mão, lata de minhoca e lá vai ele para a beira do rio, bem cedinho. No meio do caminho, um caboclinho começa acompanhá-lo. O mineiro pensando: Será que esse caboclinho vai ficar grudado em mim? Chegaram no rio e o caboclinho do lado sem falar nada. O mineiro se arruma todo, começa a pescar e também não fala nada. O tempo passa e o caboclinho acorocado, olhando sem dar um pio. Já no finalzinho da tarde, o mineiro fica com pena e oferecendo uma vara para o caboclinho, diz:

- Ô menino, você quer pescar um pouquinho?

E o caboclinho respondeu:

- Deus me livre, não tenho muita paciência não, sô!

\*\*\*

Uma loira formou-se em Direito, mas estando com algumas dúvidas, resolveu formular um questionário para a OAB, com as seguintes perguntas:

- 1 – Qual é a capital do Estado Civil?
- 2 – Dizer que gato preto dá azar é preconceito racial?
- 3 – Pessoas de má fé são aquelas que não acreditam em Deus?
- 4 – Quem é canhoto pode prestar vestibular para Direito?
- 5 – Tem direito a mulher em trabalho de parto em carteira assinada?
- 6 – Seria patrocínio o assassinato de um patrão.
- 7 – Cabe relaxamento de pena nos casos de prisão de ventre?
- 8 – A marcha processual tem cambio manual ou automático?
- 9 – Provocar o Judiciário é falar mal do Juiz?
- 10 – Para um tiro a queima roupa é preciso que a vítima esteja vestida?

## Mensagens

O que os filhos pensam do pai

Aos 7 anos: Papai é um gênio, sabe tudo.

Aos 14 anos: Parece que papai se engana em certas coisas que me fala.

Aos 21 anos: Papai está um pouco atrasado em suas teorias, elas não são desta época.

Aos 28 anos: O velho não sabe nada, está caducando.

Aos 35 anos: Com a minha experiência, o velho nessa idade seria um milionário.

Aos 42 anos: Não sei se consulto o velho neste momento, talvez pudesse me aconselhar.

Aos 49 anos: Que pena o velho ter morrido, a verdade é que tinha umas idéias e umas clarividências notáveis.

Aos 56 anos: Pobre papai, era um sábio, como lamento tê-lo compreendido tão tarde.

Pensamentos, provérbios e citações

Quem ama a vida é amado pela vida.

A paciência torna mais leve o que a tristeza não cura.

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

Livro D-25, FLS. nº 34, Termo nº 6936

Faço saber que pretendem se casar ROMULO DE OLIVEIRA NEVES e ANA CAROLINA COUTO DE PAULA, 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 7 de outubro de 1982, de profissão operador de maquina B, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Rua São José, nº 66, Vila Santo Antonio, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filho de GLAUCO TERCIO NEVES, de 54 anos, natural de Tremembé/SP, nascido na data de 22 de novembro de 1964 e de DILMA DE OLIVEIRA, de 52 anos, natural de Tremembé/SP, nascida na data de 3 de junho de 1966, ambos residentes e domiciliados em Tremembé/SP. Ela é natural de Taubaté-SP, nascida em 2 de fevereiro de 1987, de profissão do lar, de estado civil solteira, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de OSMAR DE PAULA, falecido em em Taubaté/SP e de ISABEL CRISTINA COUTO SOUZA, de 56 anos, natural de Tremembé/SP, nascida na data de 15 de setembro de 1962, residente e domiciliada em Tremembé/SP. Se algum 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 33, Termo nº 6935

Faço saber que pretendem se casar BILAH SAMIH ABDALLAH e CAMILA LUQUINI DA FONSECA, 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 30 de julho de 1987, de profissão empresário, de estado civil solteiro, residente e domiciliado na Rua Silvio Caldas, nº 91, Campos do Conde I, Tremembé/SP, CEP 12120-000, filho de SAMIH SAID ABDALLAH, de 68 anos, nascido na data de 10 de julho de 1950, residente e domiciliado São Paulo/SP, natural de kalarchuba - Libano e de ZALFA ABDALLAH, de 56 anos, nascida na data de 19 de abril de 1962, residente e domiciliada São Paulo/SP, natural de Jandaia do Sul/PR. Ela é natural de Osasco-SP, nascida em 3 de setembro de 1987, de profissão fisioterapeuta, de estado civil divorciada, residente e domiciliada no mesmo endereço do contraente, filha de MAURO PINTO DA FONSECA, de 64 anos, nascido na data de 25 de janeiro de 1954, residente e domiciliado Tremembé/SP, natural de Osasco/SP e de ELSA DE FATIMA LUQUINI DA FONSECA, de 63 anos, nascida na data de 8 de julho de 1955, residente e domiciliada Tremembé/SP, natural de Tarumã/SP. Se algum 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.

## Fundacc abre credenciamento de contratação de artista/orientador para oficinas culturais 2019



A Fundacc – Fundação Educacional e Cultural de Caraguatatuba abriu o credenciamento de artistas/orientadores para prestação de serviços nas Oficinas Culturais para o ano de 2019. Os selecionados vão integrar o cadastro da fundação e poderão ser convocados quando houver demanda.

A documentação deve ser entregue, pessoalmente, até o dia 9 de fevereiro, das 9h às 12h e das 14h às 17h, na sede da Fundacc, à Rua Santa Cruz, 396, Centro de Caraguatatuba, mediante o preenchimento da Ficha de Inscrição, Plano de Trabalho e demais documentos, em envelope lacrado, que constam no edital.

A divulgação da habilitação e classificação sairá no dia 19 de fevereiro no site da Fundacc e a lista dos artistas/orientadores credenciados no dia 4 de

março de 2019.

Neste primeiro semestre as oficinas culturais serão de 11 de março a 28 de junho. No segundo semestre será de 5 de agosto a 6 de dezembro. A Fundacc atende, em média, 5 mil alunos por semestre.

Podem participar do credenciamento qualquer interessado, prestador de serviço artístico representado por pessoa jurídica em cujo objetivo social esteja prevista a prestação de serviço artístico e que atendam aos requisitos e condições do Edital e seus anexos. Conforme o edital, o credenciamento não gera qualquer direito à contratação, objetivando somente o cadastramento de oficinas culturais nas linguagens artísticas como artesanato, arte circense, artes plásticas, cine-fotovideo, dança, ecologia, folclore e tradições popu-

lares, literatura, música, teatro e cursos livres.

As Oficinas Culturais compreendem atividades de aspecto prático e cultural, de forma extensiva e regular, com duração de quatro até oito meses cada turma, realizadas semanalmente, em oficinas regulares, de acordo com os dias e carga horária a ser definidos pela Coordenação.

O edital completo do credenciamento poderá ser consultado pelo interessado através do endereço eletrônico

A documentação apresentada será examinada pela Comissão de Avaliação de Credenciamento, na data prevista para cada sessão e se constatada a regularidade e estrita observância aos termos do edital, efetuará o respectivo credenciamento, que será homologado pela presidente, depois de decorridos os prazos recursais.

## 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 16/01/2019

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.

REVESP Representações Ltda.

Alameda dos Jurupes, 455

Conj. 46 - São Paulo - CEP 04088-001

Filiado a ADJORG 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 Abernassia.

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: Praça 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 PARAÍTINGA: Banca da Cidade e comércio local.

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

TREMOMBÉ: Nas bancas de jornais da cidade e repartições públicas

UBATUBA: Nas bancas de jornais: Av Iperouge e no Itaguá.

## Fundacc faz seleção para compor Corpo de Baile de Caraguatatuba



A Fundacc – Fundação Educacional e Cultural de Caraguatatuba está com inscrições abertas para jovens bailarinos que querem compor o Corpo de Baile Municipal de Caraguatatuba. Os interessados devem preencher ficha de inscrição publicada no site e entregar na sede da fundação conforme publicado no edital <https://fundacc.sp.gov.br/edital-n-001-de-10-de-janeiro-de-2019-corpo-de-baile/> Para concorrer a uma das 10 vagas oferecidas, o jovem bailarino deve ter, no mínimo, 16 anos completos até a data da audição. Menores de 18 anos precisam da autorização devidamente assinada pelo responsável legal. As inscrições podem ser realizadas até o dia 1º de fevereiro de 2019, presencialmente, à Rua Santa Cruz, 396, no Centro,

de segunda a sexta-feira, das 9h às 12h e das 14h às 17h. Os menores devem estar acompanhados pelo representante legal (pais ou responsável).

Os candidatos serão avaliados por júri especializado em relação a aula de técnica clássica, variação contemporânea e entrevista e disponibilidade nos horários de atividades do Corpo de Baile (aulas, ensaios e apresentações).

Os aprovados receberão bolsa auxílio-artística no valor de R\$ 5 mil divididos em 10 parcelas de R\$ 500 mensais, por um período de 10 meses.

Entre os objetivos do projeto estão estimular a formação artística; promover a cidadania e melhoria de condições socioculturais aos jovens que frequentam as atividades de dança; oportunizar o desenvolvimento de competências

para a vida cidadã e o trabalho produtivo aos interessados que estão ou já completaram seus estudos e proporcionar o acesso à arte e estimular a formação de público por meio de apresentações.

A audição para seleção será realizada no dia 2 de fevereiro (sábado), às 10h, na sala de dança do Teatro Mario Covas, situado na Avenida Goiás, 187, no Indaiá. O resultado da seleção será divulgado no dia 4 de fevereiro, a partir das 14h, na sede da Fundacc e no site: [www.fundacc.sp.gov.br](http://www.fundacc.sp.gov.br).

O Corpo de Baile Municipal de Caraguatatuba é um projeto de formação artística criado pela Fundacc, com o objetivo de capacitar bailarinos levando-os a profissionalização artística oportunizando o estudo da técnica clássica e contemporânea a jovens talentos.

## Última semana de aula da 1º turma da Guarda Mirim



As primeiras turmas de alunos da Guarda Mirim voltou ontem (14/01) de férias com tudo para a última semana de aula.

Após a conclusão das aulas, a turma irá realizar a sua formatura.

Para essa última semana, as turmas que eram divididas no período da manhã e da tarde, terão aulas em conjunto das 9h às 12h da manhã, na Secretaria Municipal de Educação.

Ainda não há previsão para a data da formatura, mas após se formarem, os alunos serão inseridos no mercado de trabalho.

Ao todo são 18 meninas e 33 meninos, dos 51 alunos que irão se formar.

Ao participarem deste projeto, os alunos contam com um ano e meio de acompanhamento.

Nos primeiros seis meses eles são Aspirantes da

Guarda, ou seja, realizam o curso da Guarda Mirim, e nesse período recebem: uniforme, alimentação e vale transporte.

Após se formarem eles têm mais um ano de acompanhamento no Mercado de Trabalho, por meio do Projeto Primeiro Emprego. Além disso, contará com curso de formação profissional ministrado por uma instituição ainda a ser escolhida.



## Caraguatatuba recebe 1º Congresso de Capoeira Angola no fim de semana



Caraguatatuba recebe entre os dias 18 e 20 de janeiro o 1º Congresso de Capoeira Angola ‘Vadiando Entre Amigos’. Grandes mestres do País e convidados internacionais participam do evento que tem por objetivo a valorização da cultura popular brasileira.

A organização é da Fundacc – Fundação Educacional e Cultural de Caraguatatuba e da Escola de Capoeira Angola Rei Zumbi e contra com apoio da e Prefeitura Municipal. A recepção aos participantes será na sexta-feira (18), às 19h45, no Ilha Morena Clube, localizado no Morro do Algodão. Em seguida, tem apresentação de Moçambique e depois Roda de Capoeira.

A abertura oficial será no sábado (19), às 9h30, na Praça Cândido Moto, no Centro. Ao longo do con-

gresso haverá puxada de rede, oficina de Coco de Roda, Maculelê e Danças Afro e Popular Brasileira. Edivan Santos é um dos coordenadores e destaca que este congresso é uma troca de experiência entre mestre e alunos. “Queremos discutir os avanços da capoeira, como era, onde vamos chegar”.

O coordenador de Folclore e Tradições Populares da Fundacc, Felipe Leite, destaca que este é o maior evento do gênero realizado no município. “Precisamos, reconhecer, ampliar e proporcionar novas vivências e experiências relacionadas à capoeira. Ela faz parte da nossa história de diversas formas”. Entre os mestres participantes ele cita Adó, Zeca e Hugo, filhos do Mestre Gato, que treinou 20 anos na academia de Pastinha, um dos precursores da

Capoeira Angola. Também estarão presentes profissionais da Paraíba, Maranhão, Minas Gerais, Rio de Janeiro, São Paulo, Finlândia e Japão.

Diretamente da Ásia, tem Shimamoto Kenichi foi aluno de Mestre Baiano, que está no Litoral Norte desde 1982, e levou a capoeira para a sua cidade, Fukuoka, no Japão, e uma vez por ano retorna a Caraguatatuba onde faz atualização.

Serviço

1º Congresso de Capoeira Angola ‘Vadiando Entre Amigos’

Dias: 18 a 20 de janeiro 2019

Recepção: 18/01 – 19h45 – Ilha Morena Clube

Abertura: 19/01 – 9h30 – Praça Dr. Cândido Mota

Informações: (12) 3897-5661 com Felipe Leite, (12) 99748.6842 e (12) 98865.5224

## Grupos de pilates do NASF-AB retomam atividades em Ubatuba

O Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB) retomou nesta semana os grupos de atendimento em pilates. A técnica é utilizada tanto na promoção de saúde quanto na reabilitação física. Segundo Joseph Pilates, criador dessa modalidade, a prática representa o equilíbrio entre corpo, mente e espírito. As atividades são todas gratuitas e acontecem no Horto, na Estufa 2 e na orla do Itaguá. Podem participar pessoas com mais de 18 anos que não estejam com hipertensão ou diabetes descompensadas, não tenham alteração cognitiva importante e não apresentem dor crônica severa que impossibilite a realização dos movimentos. É preciso comparecer ao local no dia levando colchonete, tatame ou cama que possa ser colocado no chão, bem como o cartão do SUS, que pode ser feito em qualquer unidade de saúde ou na sede

da secretaria municipal de Saúde (o “Postão”), na Av. Rio Grande do Sul, 710 – Centro).

Confira o cronograma e os locais de realização dos grupos:

– Pilates do Horto: toda segunda-feira, às 15 horas, no salão do Ubatuba Country Club, na rodovia Oswaldo Cruz, 4502. É necessário levar documento de identidade e apresentar na entrada.

– Estufa Ativa: toda quinta-feira às 8h30, na sede da Sabe – Sociedade de Amigos do Bairro da Estufa, na praça Maracanã, 301 – Estufa II

– Pilates na orla do Itaguá: toda sexta-feira, às 8h30, no gramado ao lado da pista de skate da Praça Capricórnio

Mais sobre o NASF-AB

O NASF-AB de Ubatuba conta com duas equipes formadas por profissionais concursados das áreas de fonoaudiologia, serviço social, educação física, psicologia, nutri-

ção e fisioterapia. Além de atendimentos individuais a pacientes na unidade de saúde e visitas domiciliares especialmente a acamados, a equipe oferece à população diferentes grupos como, por exemplo, de alimentação saudável, famílias grávidas, orientações sobre amamentação e alimentação, dor crônica, dificuldades da fala, entre outros. As atividades acontecem tanto na unidade de saúde quanto em espaços da comunidade.

Para a população interessada em participar desses grupos, é fundamental buscar a unidade de saúde mais próxima de sua residência para manifestar essa demanda e para que o NASF-AB possa planejar, juntamente com as equipes, as atividades, conforme a demanda existente. Em breve o NASF-AB irá divulgar a programação completa de grupos para o ano de 2019.

Mais informações podem ser obtidas pelo email:

## Taubaté promove mutirão de oftalmologia



A Secretaria de Saúde de Taubaté iniciou em janeiro um mutirão de consultas oftalmológicas com o objetivo de reduzir a demanda do setor. O mutirão deve ocorrer ao

longo do ano, com uma média mensal de 350 procedimentos extras. Os pacientes inseridos na fila de espera estão recebendo ligações para confirmar o agendamento das consul-

tas, que vão acontecer na Policlínica Municipal. A maioria das consultas é para procedimentos considerados simples, a exemplo de aferição da acuidade visual.

## Paratleta de Taubaté é convocado para Seleção Brasileira



O paratleta Rafael Mateus, de 33 anos, atual recordista mundial do lançamento do club (classe F31) foi convocado para um período de treinos com Seleção Brasileira, em São Paulo. Esta é a primeira vez que Rafael Mateus, que integra a equipe do programa Esporte para Todos, é convocado para a Seleção Brasileira de Paratletismo. Ele permanecerá no Centro de Treinamento Paralímpico de 13 a 25 de janeiro. Seu treinador, Diego Cascardo, também foi convocado e vai trabalhar por duas semanas com o paratleta. O ano de 2018 foi produtivo para Rafael. Ele dominou a prova do lançamento do club em âmbito nacional, alcançou o

recorde mundial da classe F11 (para atletas com paralisia cerebral) com a marca de 30,72m, obtida no Circuito Loterias Caixa de Paratletismo, em agosto. De olho nas principais competições do ano, Rafael reforça que está em boa forma e quer alcançar novos degraus na carreira. Ele tem como primeira grande competição no ano o Open Grande Prix Internacional de São Paulo, de 23 a 28 de abril. Rafael estreia em maio no Circuito Loterias Caixa. Os Jogos Parapan Americanos de Lima, no Peru, acontecem de 23 de agosto a 1º de setembro. O Campeonato Mundial de Paratletismo acontecerá em Dubai, nos Emirados Árabes Unidos,

de 7 a 15 de novembro. O Programa Esporte Para Todos congrega toda a prática esportiva destinada a pessoas com deficiência em Taubaté. O programa tem como principal mantenedor a Prefeitura de Taubaté, por meio da Secretaria de Esportes e Lazer, sendo hoje uma das equipes com melhor estrutura em todo o Brasil. O Esporte Para Todos conta com equipe de alto rendimento, atendimento social e prática esportiva para pessoas com deficiência. As modalidades que fazem parte do programa são: atletismo, natação, halterofilismo, bocha, basquete em cadeira de rodas, tênis de mesa, goalball, triatlo, ciclismo, e badminton.

## Meninos do Taubaté ajudam a arrecadar 7 toneladas de alimentos



Os meninos do burrinho se despediram esta semana da 50ª Copa São Paulo de Futebol Junior com o apoio da torcida e mais de 7 toneladas de alimentos arrecadados por meio do ingresso solidário. Durante os três jogos da primeira fase da Copinha, a troca solidária dos ingressos para assistir as partidas totalizou 7.177 quilos de alimentos. A troca dos alimentos foi responsabilidade da Prefeitura de Taubaté. A prática do ingresso solidário é recorrente pela prefeitura em diversos eventos esportivos e sociais no decorrer do ano. Os mantimentos

trocados na primeira rodada da Copinha irão beneficiar cinco entidades. Mesmo com a saída do Esporte Clube Taubaté, o estádio Joaquim de Moraes Filho recebe mais duas fases da Copinha nos dias 12 e 14 de janeiro, sábado e segunda-feira. O jogo de sábado será entre Vasco e Juventude, pela segunda fase do campeonato, às 11h. O horário da partida da segunda-feira ainda será definido pela Federação Paulista de Futebol (FPF). Para adquirir o ingresso o torcedor precisa fazer a troca pelo quilo de alimento: arroz (1kg), feijão

(1kg), pó de café (500g), leite em pó (400g), macarrão (1kg) ou óleo (1l). Cada ingresso corresponde a um alimento, ou seja, em caso de cinco ingressos o torcedor deverá levar 5 quilos de alimento. Os ingressos podem ser trocados no dia da partida, a partir de 10h, na bilheteria do estádio. Cada torcedor poderá trocar, no máximo, cinco ingressos por rodada (cada ingresso dará direito para os dois jogos da rodada) e deverá apresentar seu documento, RG ou CPF, no momento da troca. Crianças até 4 anos de idade não precisam do ingresso.

## Construção civil tem inflação de 4,41% em 2018



O Índice Nacional da Construção Civil (Sinapi), medido pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), fechou 2018 com uma taxa de inflação de 4,41%, acima dos 3,82% de 2017. Com a alta, o custo nacional da construção por metro

quadrado ficou em R\$ 1.113,88. Os custos com materiais de construção ficaram 6,3% mais caros em 2018, passando a ser de R\$ 579,33 por metro quadrado. Já os gastos com mão de obra subiram 2,45% no

período e passaram a custar R\$ 534,55 por metro quadrado. Em dezembro, a inflação ficou em 0,22%, abaixo da taxa de 0,24% de novembro. O preço dos materiais cresceu 0,45% no mês enquanto o custo da mão de obra recuou 0,02%.