

## Com apoio da Suzano, agricultores familiares do Vale do Paraíba (SP) se reinventaram e transformaram a vida no campo



O PDRT (Programa de Desenvolvimento Rural e Territorial) da Suzano, referência global na fabricação de bioprodutos desenvolvidos a partir do cultivo de eucalipto, tem colaborado para transformar a agricultura familiar e a vida das famílias de pequenos produtores na região do Vale do Paraíba (SP).

Por meio do programa, que prevê consultoria especializada e acompanhamento desde o plantio até a comercialização dos alimentos; aquisição inicial de insumos e equipamentos para a modernização dos processos e implementação da produção de orgânicos e agroecológicos, agricultores familiares da região atingiram uma comercialização média de R\$ 505 mil ao ano. O número expressivo foi identificado no último balanço, referente às movimentações comerciais realizadas em 2019. A iniciativa visa a geração de emprego e renda no campo por meio do fortalecimento da cadeia produtiva e associações. Na região do Vale do

Paraíba, são 52 famílias beneficiadas pelo programa, com atuação em cinco municípios (São Luiz do Paraitinga, Redenção da Serra, Santa Branca, Salesópolis e Guararema).

“O fortalecimento da agricultura familiar está diretamente conectado à nossa meta de longo prazo, que é de retirar 200 mil pessoas da linha da pobreza no País. Esta é uma meta bastante audaciosa e o PDRT, assim como outros programas de geração de emprego e renda, aparecem como carro-chefe para que possamos alcançá-la. Por meio do PDRT, nós entendemos a vocação daquela comunidade e trabalhamos em conjunto com essas comunidades para fazer daquela vocação uma fonte de geração de renda”, destaca Israel Batista Gabriel, coordenador de Desenvolvimento Social da Suzano. Certificação e comercialização

Para Israel, uma das principais conquistas do programa na região foi a certificação de orgânicos e agroecológicos. No Vale do Paraíba, há produto-

res certificados pela OSC (Organização de Controle Social), que permite o fornecimento dos alimentos orgânicos a programas como o PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar) e restaurantes.

A certificação garantiu aos produtores a abertura de novos mercados. Com ela, os agricultores familiares conquistaram não só a valorização e reconhecimento da qualidade dos produtos como maior estabilidade financeira com a diversificação do mercado consumidor. Hoje, são três modalidades de venda trabalhadas pelos agricultores familiares: a direta, em que o produto é entregue nas mãos dos consumidores; por meio das políticas públicas de aquisição, como PNAE e PAA (Programa de Aquisição de Alimentos), e a comercialização no varejo para grandes fornecedoras.

“Também temos uma quarta modalidade em que os produtores fornecem alimentos para o abastecimento dos restaurantes da Suzano. Hoje, em Jacareí, já existe essa parceria com

o restaurante e a nossa expectativa é que até o próximo ano, 100% das nossas unidades sejam abastecidas com alimentos produzidos com apoio do PDRT. Com isso, vamos fechar o ciclo: a Suzano incentiva o agricultor familiar, o que movimenta a economia e, por sua vez, o alimento volta para a unidade, para atender a nossa demanda interna”, completa Israel. Está prevista para o início do próximo mês a realização da feirinha de orgânicos e agroecológicos na fábrica de Jacareí. O evento visa fomentar a importância da agricultura familiar e incentivar que colaboradores da Suzano adquiram as cestas agroecológicas dos produtores apoiados pelo PDRT.

Agroecológicos De acordo com Jorge Martins, vice-presidente da Associação Minhoca “Parceiros Agroecológicos”, a parceria com o PDRT permitiu aos agricultores familiares definirem o rumo que queriam para si e para suas propriedades. “A maior conquista para as famílias foi ter definido os

objetivos de cada produtor e como alcançá-los. Por meio do PDRT, pudemos alinhar o conhecimento popular do campo com o conhecimento científico e o ponto chave dessa união foi a implantação do manejo agroecológico, que é uma das maiores colaborações do PDRT para a nossa região”, destacou. Além de trabalhar sem o uso de defensivos agrícolas em sua produção, o manejo agroecológico também está alinhado com os valores de sustentabilidade da empresa. Toda a produção é pensada e executada de forma sustentável, visando aproveitar tudo o que a terra tem a oferecer. Defensivos e adubos, por exemplo, são preparados com alimentos cultivados na propriedade.

Sistema delivery O apoio do PDRT aos agricultores familiares não foi suspenso nem mesmo com a pandemia do novo coronavírus. Pelo contrário. Além de adaptar o serviço de consultoria para a modalidade remota, com o uso da internet, a Suzano também lançou a ação “A

feira vai até você”, com o objetivo de garantir renda aos agricultores familiares durante a crise.

O resultado da ação superou as expectativas. Entre os meses de maio e junho, foram comercializadas 1.156 cestas agroecológicas no interior paulista. O número corresponde a uma média de 144,5 cestas semanais, totalizando 6,3 toneladas alimentos comercializados. A ação gerou uma receita bruta de R\$ 32,7 mil aos produtores nesses dois meses.

“O delivery serviu para apresentar os produtos agroecológicos para a comunidade. As pessoas estão tendo uma nova percepção sobre o consumo, vendo que comprar do agroecológico é apoiar quem está no campo. Elas estão tomando conhecimento que há o trabalho árduo de uma família para a produção e a conservação ambiental para que chegue até ela um produto saudável. Hoje, quem produz o que está na mesa do brasileiro é o agricultor familiar, é o pequeno produtor”, ressalta Jorge.



**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

Um dos principais alimentos na dieta das galeras fitness, a batata doce, além de bastante saborosa é nutritiva e vai bem com várias receitas. Listamos algumas razões para você incluir a batata doce na sua alimentação sem culpas e com muita saúde. A batata doce possui substâncias antioxidante que ajudam a combater os radicais livres, prevenindo o envelhecimento precoce e ajudando a ficar com uma pele maravilhosa. Por contar com fibras, a batata doce auxilia no trato digestivo. Previne a constipação intestinal e te ajuda a se manter em forma. Incluir sempre algumas porções desse alimento na sua rotina vai, sem dúvida, fortalecer a sua saúde. A batata doce, além de ser um alimento rico em várias vitaminas, é super versátil na cozinha. Pode ser preparada de muitas maneiras e em várias receitas gostosas. Cozida, feita como purê, nhoque, em bolos, com carne, frango, em sopas, etc. Escolha sua receita preferida e aproveite.

## Humor

Num julgamento, o promotor chama sua primeira testemunha, uma velhinha de idade avançada e para começar a construir uma linha de argumento, pergunta à velhinha:

- Dona Genoveva, a senhora me conhece, sabe que sou e o que faço?  
 - Claro que te conheço, Marcos! Eu o conheci bebê. Só chorava e francamente, você me decepcionou. Você mente, você trai sua mulher, você manipula as pessoas, você espalha boatos e adora fofoca. Você acha que é influente e respeitado na cidade, quando na realidade você é apenas um coitado. Nem sabe que a sua filha está grávida e pelo que eu sei nem ela sabe quem é o pai. Se eu te conheço? Claro que sim!

O promotor fica petrificado, incapaz de acreditar no que estava acontecendo. Ele fica mudo, olhando para o Juiz e para os jurados. Sem saber o que fazer ele aponta para o advogado de defesa e pergunta para a velhinha:

- E o advogado de defesa, a senhora também conhece?  
 A velhinha responde imediatamente:  
 - O Robertinho? Claro que eu o conheço! Desde criancinha, eu cuidava dele para a Marina, a mãe dele, pois sempre que o pai saía, a mãe, ia pra algum outro compromisso e ele também me decepcionou, alcoólatra e sempre quer dar lição de moral aos outros, sem ter nenhuma pra ele. Ele não tem nenhum amigo e ainda conseguiu perder quase todos os processos em que atuou. Além de ser traído pela mulher com um mecânico!

Nesse momento, o Juiz pede para que a senhora fique em silêncio, chama o promotor e o advogado perto dele, se debruça na bancada e fala baixinho aos dois:

- Se algum de vocês perguntarem a essa velha se ela me conhece, vão sair desta sala presos e algemados... Fui claro?

## Mensagens

A vida pode não ser justa, mas ainda é muito boa. Quando em dúvida, dê somente o próximo passo pequeno. A vida é muito curta para desperdiçá-la odiando alguém. Você não tem que ganhar todas às vezes, aprenda a perder. Chore com alguém porque é melhor do que chorar sozinho. Não esqueça, pague mensalmente suas dívidas e guarde para a aposentadoria, comece com seu primeiro salário. Fala as pazes com o passado e ele não atrapalhará o seu presente. É bom deixar suas crianças verem que você também chora. Não compare a sua vida com a dos outros, pois você não sabe como é a jornada deles. E se um relacionamento tiver que ser segredo, você não deveria entrar nele. Livre-se de qualquer coisa que não seja útil, bonita e alegre. Quando se tratar do que você ama na vida, nunca aceite um não como resposta. Seja excêntrico agora, não espere pela velhice. Ninguém maia é responsável pela sua felicidade, somente você e mais ninguém. Perdoe tudo e todo mundo. O que as outras pessoas pensam de você não é da sua conta. O tempo cura quase tudo, então dê tempo ao tempo. Não importa que boa ou ruim seja sua situação, ela mudará. Não se leve muito a sério, pois ninguém faz isso. Acredite em milagres. Envelhecer ganha da alternativa de morrer jovem. A inveja é uma perda de tempo, você já tem de tudo o que precisa. O melhor ainda está por vir. Pense nisso e seja feliz.

## Pensamentos, provérbios e citações

Um homem que não chora tem mil razões para chorar.  
 Prefiro os erros do entusiasmo a indiferença da sabedoria.  
 A palavra é a alavanca do mundo, mas é o amor que o sustenta.  
 Devemos as paixões, talvez os maiores dons do espírito.  
 O bom humor não custa nada e agrada a todos.  
 Nenhum amor se perde, ele fica guardado em nossas lembranças.  
 Não julgue sem conhecer.  
 A ambição é o refúgio dos fracassados.  
 Nosso caráter é o resultado da nossa conduta.  
 Um sintoma da liberdade é o som de uma gargalhada.  
 O tempo é o relógio da vida.  
 Até Deus tem seu inferno: é o seu amor pela humanidade.

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

Livro D-25, FLS. nº 173, Termo nº 7214

Faço saber que pretendem se casar WLAMIR GOMES DA SILVA BRAGA e JANE CLARA DE FELIPPE BRAGA, apresentando os documentos necessários exigidos pelo artigo 1.525, incisos 1, 3, 4 e 5 do Código Civil Brasileiro. O habitante é natural de Taubaté-SP, nascido a 27 de fevereiro de 1966, de estado civil divorciado de JANE CLARA DE FELIPPE BRAGA, de profissão engenheiro químico, residente e domiciliado na Rua dos Lírios, nº 44, Flor do Vale, filho de AMIR FONSECA BRAGA, falecido em Taubaté/SP e de DALVA GOMES DA SILVA BRAGA, falecida em Campinas/SP. A habitante é natural de Taubaté-SP, nascida a 08 de novembro de 1964, de estado civil divorciada de WLAMIR GOMES DA SILVA BRAGA, de profissão agente de viagem, residente e domiciliada na Rua dos Lírios, nº 44, Flor do Vale, filha de GERALDO DE FELIPPE, falecido em Taubaté/SP e de MARTHA MOLICA DE FELIPPE, falecida em Taubaté/SP na data de 04 de novembro de 2012. 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.

## Coronavírus: Vale da mais um salto de quase mil casos em um dia e atinge 14MIL infectados pelo Sars-Cov-2

Nesta quinta-feira (23), o Vale do Paraíba atingiu a marca de 14.179 casos de Covid-19 desde o início da pandemia. Entre todas as confirmações, 482 pessoas já morreram e 9.229 estão plenamente curadas. A região, que conta com 40 municípios no total, confirmou 747 novos casos nas últimas 24h, são 35 novas confirmações a menos do que ontem. Entretanto, o número continua preocupante se comparado ao de recuperados também no último dia, que são de 411 pessoas curadas. Nesse mesmo intervalo de tempo, 13 pessoas morreram pela doença. Brasil Em todo o Brasil, o número total de confirmações para o novo coronavírus, até o momento, é de 2.287.475. Dessas, 81.487 pessoas já faleceram. Outras 633.156 estão se recuperando da doença. E ainda há 1.570.237 que estão recuperadas. A taxa de letalidade passou para 3,7%. Confira na imagem os dados completos do boletim epidemiológico de hoje.

BOLETIM EPIDEMIOLÓGICO DA REGIÃO									
Quinta-feira - 23 de julho de 2020 - 19h40									
COVID-19									
Casos	Óbitos	Curados		Casos	Óbitos	Curados			
121	4	52	Aparecida	38	2	34	Paraibuna		
0	0	0	Arapeí	655	20	228	Pindamonhangaba		
26	0	25	Areias	54	2	37	Piquete		
49	1	12	Bananal	91	1	83	Potim		
308	14	199	Caçapava	99	0	81	Queluz		
95	8	59	Cachoeira Paulista	16	1	14	Redenção da Serra		
345	6	213	Campos do Jordão	36	2	26	Roseira		
8	0	5	Canas	77	3	62	Santa Branca		
663	45	629	Caraguatatuba	29	3	19	Sto. Antônio do Pinhal		
168	12	113	Cruzeiro	33	0	26	São Bento Sapucaí		
37	1	27	Cunha	0	0	0	São José do Barreiro		
406	16	140	Guaratinguetá	5.658	173	3.366	São José dos Campos		
330	2	285	Igaratá	41	4	26	São Luiz do Paraitinga		
586	6	373	Ilhabela	879	13	600	São Sebastião		
1.110	59	761	Jacareí	21	0	20	Silveiras		
31	1	27	Jambeiro	1.348	46	1.150	Taubaté		
0	0	0	Lagoinha	109	5	84	Tremembé		
20	1	16	Lavrinhas	384	18	187	Ubatuba		
265	12	217	Lorena						
29	0	22	Monteiro Lobato	<b>TOTAL</b>					
14	1	11	Natividade da Serra	14.179	482	9.229			

Fonte: Prefeituras Municipais

BOLETIM EPIDEMIOLÓGICO DO BRASIL									
23/07/2020 . quinta-feira . 19h									
COVID-19									
Casos	Óbitos		Casos	Óbitos					
18.157	474	Acre	151.549	12.535	Rio de Janeiro				
52.529	1.457	Alagoas	46.056	1.650	Rio Grande do Norte				
34.838	548	Amapá	54.841	1.456	Rio Grande do Sul				
94.219	3.193	Amazonas	34.080	784	Rondônia				
138.358	3.044	Bahia	27.932	458	Roraima				
156.242	7.374	Ceará	62.282	812	Santa Catarina				
90.023	1.218	Distrito Federal	452.007	20.894	São Paulo				
74.608	2.341	Espírito Santo	49.397	1.247	Sergipe				
50.458	1.262	Goiás	19.423	326	Tocantins				
111.488	2.840	Maranhão							
40.755	1.491	Mato Grosso	<b>TOTAL DE CASOS CONFIRMADOS</b>						
19.671	266	Mato Grosso do Sul	<b>2.287.475</b>						
102.568	2.238	Minas Gerais							
144.467	5.616	Pará	<b>TOTAL DE ÓBITOS</b>						
73.104	1.618	Paraíba	<b>84.082</b>						
62.004	1.545	Paraná							
83.240	6.211	Pernambuco							
43.179	1.184	Piauí							

Fonte: Prefeituras Municipais

## 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 25/07/2020

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 ADJORJ Associação dos

Jornais do Interior.

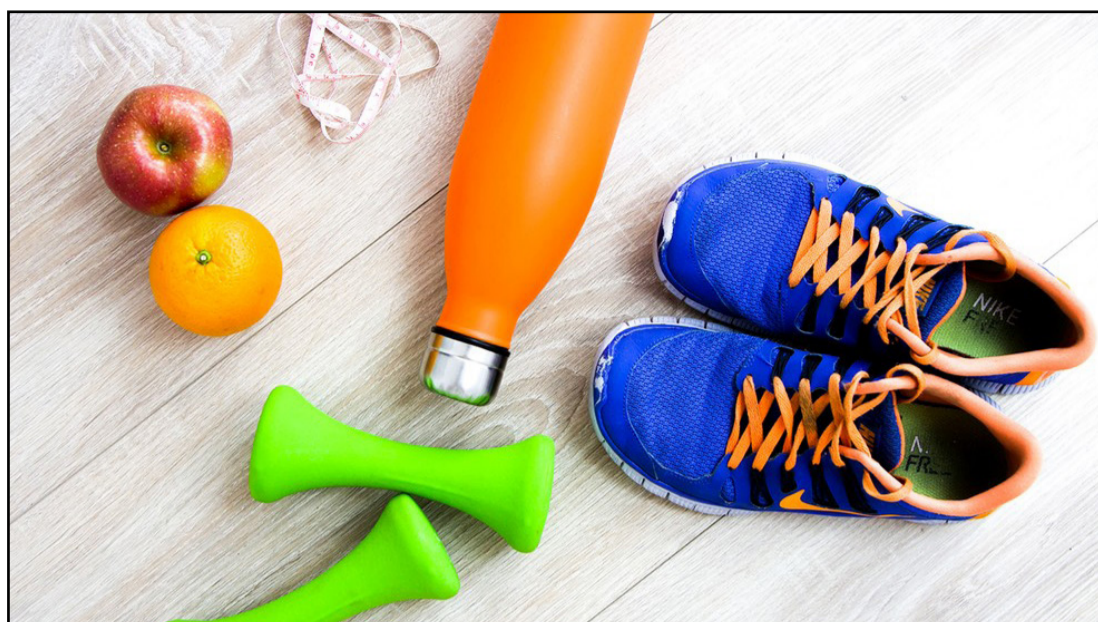
Sistema de distribuição dirigida.

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.

## Hábitos saudáveis durante o inverno ajudam a melhorar a imunidade



Cuidar do corpo durante os meses mais frios é essencial para manter a saúde e encarar bem esta época do ano.

Hábitos pouco saudáveis, como alimentação ruim e problemas na hora de dormir, podem acabar refletindo na saúde, com maior frequência de doenças, queda de cabelo, pele seca, entre outros sinais importantes que devem ser encarados com atenção.

É normal que a dieta sofra algumas alterações durante o inverno, já que a menor temperatura corporal e a baixa umidade do ar acabam influenciando os há-

bitos durante essa estação. De acordo com Diogo Cirico, nutricionista esportivo e responsável técnico da Growth Supplements, é importante garantir uma boa alimentação especialmente nesta época do ano, já que a menor exposição à luz solar e menos atividade física podem contribuir para uma redução na imunidade. “Consumam vegetais! Os alimentos pertencentes a esta família são os maiores fornecedores de vitaminas, minerais, fibras, fitoquímicos, entre outros elementos que podem ajudar a saúde, o físico e também o desem-

penho atlético muscular durante o treinamento físico”, explica. Uma boa variedade no consumo de vegetais é a receita ideal para garantir uma boa saúde durante o frio. Alimentos já conhecidos como couve, espinafre, rúcula, acerola, laranja, goiaba e maca peruana são boas opções.

Apesar das recomendações em relação à dieta, é preciso tomar alguns cuidados, já que, de acordo com Cirico, é normal sentir mais fome durante os dias frios. Por isso, mesmo com a vontade de consumir comidas calóricas e



mais quentes, que passam uma sensação de “aconchego”, exagerar nunca é adequado.

Assim, uma boa dica é substituir comidas pesadas por opções mais saudáveis, como creme de abóbora e caldo de feijão. A atenção em relação ao consumo de água também deve dobrar, já que é comum diminuir a ingestão de líquidos durante esse período do ano, apesar da importância de se manter hidratado por conta da baixa umidade do ar.

Em relação à prática de exercícios, é comum escutar que se exercitar nas es-

tações mais frias pode colaborar para potencializar o emagrecimento, entretanto, isso é mito. “A temperatura ambiente pode trazer implicações específicas como aumento da percepção subjetiva ao esforço, mas não há nenhum comportamento metabólico específico, nem potencializa emagrecimento e nem potencializaria hipertrofia”, esclarece Diogo Cirico. Ainda assim, fazer atividades físicas é positivo para o corpo e deve acontecer independentemente da estação, mesmo durante os dias frios.

Prestar atenção nos hábi-

tos do dia a dia colabora para reduzir os riscos de doenças respiratórias e alergias, tão comuns durante o inverno por conta do ar mais seco, que gera aumento das partículas de poluição. “Assim, as vias aéreas ficam mais secas, o que nos deixa mais suscetíveis a vírus, bactérias, fungos e demais elementos patogênicos”, afirma Cirico. Esse e outros fatores pedem a criação de uma rotina mais saudável, além de maior atenção para a dieta e ingestão de água durante o dia, garantindo uma boa saúde durante o inverno.

Campanha da Fraternidade 2020

“Viu, sentiu compaixão e cuidou dele”  
(Lc 10,33-34)

“Fraternidade e vida:  
dom e compromisso”

**ATENÇÃO! MOTORISTA DE APP - MOBILIDADE URBANA.** Está chegando na sua região algo inovador, com ganhos de 100% a corrida e muito mais! Inscrições pelo link abaixo. Contato (12) 99772-1688

# 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](http://www.agazetadosmunicipios.com)



**PREFEITURA MUNICIPAL DE POTIM**

**DISPENSA DE LICITAÇÃO** - A Prefeitura Municipal de Potim/SP, torna pública a Dispensa de Licitação Nº 071/2020 - AQUISIÇÃO DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS PARA MONTAGEM DO KIT MERENDA ESCOLAR pelo valor total de R\$ 191.579,00 (cento e noventa e um mil, quinhentos e setenta e nove reais) aos Fornecedores TCBASE COMERCIAL LTDA e TRANS HORTI TRANSPORTE E ALIMENTOS LTDA, nos termos do Artigo 24, Inciso IV, da Lei Nº 8.666/93. Potim, 24 de julho de 2020. Erica Soler Santos de Oliveira - Prefeita Municipal.



**PREFEITURA MUNICIPAL DE POTIM**

**AVISO DE LICITAÇÃO** - A Prefeitura Municipal de Potim torna público a abertura de Licitação na modalidade Pregão Eletrônico Nº 031/2020. Objeto: Registro de Preços para Aquisição Futura e Parcelada de Teste Rápido COVID 19 II. Data para recebimento de proposta: das 09h00min do dia 27/07/2020, até as 09h00min do dia 10/08/2020; data da abertura de propostas: das 09h00min às 10h00min do dia 10/08/2020; data de início da sessão pública: às 10h00min do dia 10/08/2020, horário de Brasília/DF, local [www.bnc.org.br](http://www.bnc.org.br) “acesso identificado no link - licitações”. O Edital na íntegra poderá ser consultado aos interessados no site supracitado. Maiores informações através do telefone (12) 3112-9200.



**PREFEITURA MUNICIPAL DE POTIM**

**EXTRATO DE HOMOLOGAÇÃO** – Pregão Eletrônico Nº 020/2020 - No dia 24 de julho de 2020, depois de constatada a regularidade dos atos procedimentais, a autoridade competente, Sra. ERICA SOLER SANTOS DE OLIVEIRA, Prefeita Municipal, Resolve HOMOLOGAR e ADJUDICAR: Item Nº 080 para a empresa BH FARMA COMERCIO LTDA no valor total de R\$ 6.420,00 e Item Nº 102 para a empresa DUPATRI HOSPITALAR COMERCIO IMPORTAÇÃO E EXPORTAÇÃO LTDA no valor total de R\$ 54.150,00, referente ao objeto: REGISTRO DE PREÇOS PARA AQUISIÇÃO FUTURA E PARCELADA DE MEDICAMENTOS II. Ficam as empresas convocadas a assinar a Ata de Registro de Preços no prazo de 05 dias úteis a partir desta publicação.

# Julho AMARELO









MÊS DE COMBATE AS HEPATITES  
VIRAIS. *Previna-se!*

## CORONAVÍRUS COVID-19

## saber e fazer.

### Como posso me proteger?

-  Lave as mãos com frequência, com água e sabão, ou higienize com álcool em gel 70%.
-  Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
-  Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas e fique em casa até melhorar.
-  Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas. Ao tocar, lave sempre as mãos com água e sabão.
-  Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
-  Evite aglomerações e mantenha os ambientes ventilados.

### Como o coronavírus (Covid-19) é transmitido?

A transmissão acontece de uma pessoa doente para outra ou por contato próximo (cerca de 2 metros), por meio de:

-  Gotículas de saliva
-  Espirro
-  Tosse
-  Cularno
-  Toque ou aperto de mãos
-  Objetos ou superfícies contaminadas

### E quais são os principais sintomas?

O coronavírus (Covid-19) é **similar a uma gripe**. Geralmente é uma doença leve a moderada, mas alguns casos podem ficar graves. Os sintomas mais comuns são:

-  Febre
-  Tosse
-  Dificuldade para respirar



Secretaria de Saúde



Acesso:

[saude.gov.br/coronavirus](https://saude.gov.br/coronavirus)



Escolha  
**CERTA**

A garantia de quem entende do seu Ford



COMERCIAL DE VEÍCULOS LTDA.



Go Further



**NOVO KA**  
HATCH 1.0 LE 1.5L



**ECOSPORT**  
1.5L / 1.6L e 2.0L



**RANGER**  
2.2 L DIESEL

**RANGER**  
2.5L



**OFICINA FORD CONSERTOS**  
**PEÇAS E MANUTENÇÃO**  
**PEÇAS ORIGINAIS COM GARANTIA**

Telefone: (12)3644-4000 Rua Celestino Ribeiro Nóbrega, nº26 - Vila Verde - Pindamonhangaba - SP